



UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP

**FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

**“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y HABILIDADES
SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA
PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD
PARTICULAR DE CHICLAYO- SEDE JAÉN, CAJAMARCA,
2019”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR:

Bach. DIONE DEL ROSARIO OLANO IPARRAGUIRRE

LIMA – PERÚ

2019

ASESOR DE TESIS

MG. CHRISTIAN OVALLE PAULINO

JURADO EXAMINADOR

Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE
Presidente

Dr. YRENEO EUGENIO CRUZ TELADA
Secretario

Dra. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
Vocal

DEDICATORIA

A Dios y a mis amados nietos Luanha Mariajosé y Mattias Eliel, mi inspiración, mi gran motivación y parte fundamental para el desarrollo de la presente investigación. Ellos me dieron la fuerza y optimismo en momentos de debilidad, su amor incondicional, su confianza y su inocencia me impulsaron para lograr con entusiasmo este sueño.

AGRADECIMIENTO

Mi agradecimiento a Dios por este logro, por darme salud, paciencia para conservar la calma en momentos de debilidad y fuerza para superar las dificultades.

Mi gratitud a mi familia, quienes con su comprensión y paciencia me apoyaron en mi proceso profesional y a mi estimado amigo Ps. Andrés Abelino Bautista Quispe

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue demostrar la relación que existe entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo - Sede Jaén – Cajamarca, 2019. Es de relevancia el estudio porque abordó la Inteligencia emocional y dimensiones autoconciencia, autocontrol y automotivación que están relacionadas con el desarrollo de las habilidades sociales y la empatía. El tipo de estudio es básico, nivel descriptivo-correlacional de diseño no experimental. Los instrumentos utilizados fueron: el Inventario de Coeficiente Emocional - ICE de Bar-On y la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein” que tienen validez, confiabilidad y adaptación a la población. La muestra fue de 100 estudiantes. Se codificó los datos al programa estadístico SSPS 23.0 y la prueba de bondad de ajuste es que los datos sigan la curva de distribución normal. Se utilizó la prueba de Kolmogorov - Smirnov, que determinó el uso de la prueba no paramétrica Sperman-Browm. Se calculó las diferencias significativas de variable según: sexo, edad y año de estudio. Se utilizó la correlación de Pearson a fin de obtener todos los cálculos con un nivel de significación igual a $p < .05$ y $p < .01$., donde se utilizó la estadística descriptiva. De ello, se concluye que existe relación significativa entre la inteligencia emocional y habilidades sociales respondiendo con base a los objetivos específicos, existe relación entre la dimensión intrapersonal y habilidades sociales ($\rho = .223$; $p > .05$); así como entre la dimensión interpersonal y habilidades sociales ($\rho = .213$; $p < .05$), la adaptabilidad y habilidades sociales ($\rho = .240$; $p < .01$); sin embargo, no existe relación entre manejo de estrés y habilidades sociales ($\rho = .017$; $p < .01$). y la dimensión estado de ánimo general y habilidades sociales si presentan relación significativa ($\rho = .479$; $p < .05$)

Palabras claves: Inteligencia emocional, habilidades sociales, intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés, estado de ánimo en general, habilidades sociales avanzadas, habilidades para manejar sentimientos y habilidades alternativas de agresión.

ABSTRACT

The objective of this study was to demonstrate the relationship between Emotional Intelligence and Social Skills in Students of the Professional School of Psychology of the University of Chiclayo - Jaen Headquarters – Cajamarca, 2019. The study is of relevance because I approach the Emotional Intelligence and dimensions self-awareness, self-control and self-motivation that are related to the development of social skills and empathy. The type of study is basic, descriptive-correlational level of non-experimental design. The instruments used were: The Emotional Coefficient Inventory - ICE by Bar-On and the Goldstein Social Skills Scale" that have validity, reliability and adaptation to the population. The sample was 100 students. The data is colluded, applying the SSPS 23.0 statistical program, the goodness-of-fit test is that the data follow the normal distribution curve. The Kolmogorov test was used Sperman-Browm nonparametric test. Significant variable differences were calculated based on: gender, age, and year of study. Pearson correlation was used. Obtaining from all calculations a significance level equal to $p < .05$ and $p < .01$. where the descriptive statistic was used. It concludes, that there is a significant relationship between Emotional Intelligence and social skills responding based on specific objectives, there is a relationship between the intrapersonal dimension and social skills ($\rho = .223$; $p > .05$); as well as between the interpersonal dimension and social skills ($\rho = .213$; $p < .05$), adaptability and social skills ($\rho = .240$; $p < .01$); however, there is no relationship between stress management and social skills ($\rho = .017$; $p < .01$). and the overall mood and social skills dimension if they have significant relationship ($\rho = .479$; $p < .05$)

Keywords: emotional intelligence, emotional skills, intrapersonal, interpersonal, adaptability, stress management, general in mood, advanced social skills, feelings management skills and alternative aggression skills.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARATULA	i
ASESOR DE TESIS.....	ii
JURADO EXAMINADOR.....	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT.....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
ÍNDICE DE TABLAS.....	x
INTRODUCCIÓN	xi
I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	13
1.1. Planteamiento de problema.....	13
1.2. Formulación del problema	15
1.1.1. Problema general.	15
1.1.2. Problemas específicos.	15
1.3. Justificación del estudio.....	16
1.4. Objetivo de la investigación.....	18
1.4.1. Objetivo general.	18
1.4.2. Objetivos específicos.	18
II. MARCO TEÓRICO	20
2.1. Antecedentes de la investigación.	20
2.1.1. Antecedentes nacionales.	20
2.1.2. Antecedentes internacionales.	24
2.2. Bases teóricas de las variables	27
2.2.1. Inteligencia emocional.....	27
2.2.2. Habilidades sociales.....	38
2.3. Definición de términos básicos	54
III. MARCO METODOLÓGICO.....	56
3.1. Hipótesis de la investigación	56
3.1.1. Hipótesis general.....	56
3.1.2. Hipótesis específicas.....	56

3.2. Variables de estudio	57
3.2.1. Definición conceptual.	57
3.2.2. Definición operacional.	57
3.3. Tipo y nivel de la investigación	60
3.4. Diseño de la investigación	61
3.5. Población y muestra de estudio.....	61
3.5.1. Población.	61
3.5.2. Muestra.	61
3.5.3. Muestreo.	61
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	62
3.6.1. Técnicas de recolección de datos.	62
3.6.2. Instrumentos de recolección de datos.....	62
3.7. Métodos de análisis de datos	67
3.8. Aspectos éticos	68
IV. RESULTADOS	70
4.1. Análisis descriptivo	70
4.1.1. Análisis descriptivo de la inteligencia emocional.....	70
4.1.2. Nivel de inteligencia emocional según datos sociodemográficos.	70
4.1.3. Análisis descriptivo de las habilidades sociales.	73
4.1.4. Nivel de habilidades sociales según datos sociodemográficos. ...	73
4.2. Prueba de normalidad	77
4.3. Correlación entre las variables	77
V. DISCUSIÓN.....	79
5.1. Análisis de discusión de resultados.....	79
VI. CONCLUSIONES.....	82
VII. RECOMENDACIONES.....	83
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	85
ANEXOS.....	88
Anexo 1: Matriz de consistencia	89
Anexo 2: Matriz de operacionalización de variables	91
Anexo 3. Instrumentos de medición.....	93
Anexo 4: Validación de instrumentos.....	100

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	<i>Características de la muestra en estudio.....</i>	62
Tabla 2	<i>Nivel de inteligencia emocional en estudiantes universitarios</i>	70
Tabla 3	<i>Nivel de inteligencia emocional según sexo de los adolescentes.....</i>	71
Tabla 4	<i>Nivel de inteligencia emocional según edad de los adolescentes</i>	72
Tabla 5	<i>Nivel de habilidades sociales en estudiantes universitarios.....</i>	73
Tabla 6	<i>Nivel de habilidades sociales según sexo de estudiantes universitarios .</i>	74
Tabla 7	<i>Nivel de habilidades sociales según edad de estudiantes universitarios.....</i>	76
Tabla 8	<i>Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio</i>	77
Tabla 9	<i>Coeficiente de correlación entre inteligencia emocional y habilidades sociales.....</i>	78

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se refiere a la relación entre Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019, se realizó siguiendo las líneas de investigación de Salud y Nutrición de la Escuela de Psicología de la Universidad Privada TELESUP, en el trabajo científico desarrollado se dio a conocer como en los últimos años la globalización ha cobrado especial relevancia; asimismo, se observa que muy pocas personas educan la Inteligencia Emocional lo que dificulta el control y manejo de emociones de los estudiantes de las instituciones universitarias públicas y privadas. Así pues, la situación académica ante la presencia de conductas agresivas por la carencia de control y manejo de emociones como una problemática nacional y mundial es considerada un impedimento para la psicoeducación en habilidades sociales y si a ello añadimos la problemática del agente de socialización de la familia, los medios de comunicación se hace aún más crítica, siendo estos factores de riesgos al incremento de la violencia y más aun con el crecimiento de la delincuencia e inseguridad del ciudadano que vive nuestro país.

El presente trabajo de investigación se planteó como objetivo general demostrar la relación que existe entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (Sede Jaén, Cajamarca), 2019, objetivo que coincide lo que varios autores sostienen a lo largo de los últimos años, el cual es vivir en una sociedad con alto nivel de ansiedad y que es una "enfermedad de la vida contemporánea", por la misma forma de vida de las sociedades en desarrollo, de tal modo, que en las personas también aumenta las preocupaciones y temores que conducen a una inadaptación e incomodidad, la cual puede ser muy intensa para incrementar los índices de violencia (Galdo, 2003).

La siguiente investigación va ser dividida en cinco capítulos: en el primer capítulo, nos enfocaremos en el planteamiento del problema, la formulación del problema, objetivos, justificación y limitación del estudio de investigación. A continuación, en el segundo capítulo, redactaremos el marco teórico, donde

detallaremos los antecedentes internacionales y nacionales, la base teórica, definición de términos, hipótesis y, por último, las variables. En el tercer capítulo, corresponde a la metodología, comprende la definición operacional de las variables, el tipo de estudio y diseño general, así como el lugar de ejecución del proyecto, el universo de estudio, la selección y el tamaño de la muestra, la unidad de análisis, los criterios de inclusión y de exclusión, los procedimientos de recolección de datos, los instrumento a utilizar y los métodos para el control de calidad, aspectos éticos, y el análisis de datos. El cuarto capítulo va comprender los resultados de la investigación, presentándose en tablas y gráficas para su mejor visualización, así mismo la discusión de la investigación en contraste con los antecedentes y fuentes teóricas para su mejor fundamento y contrastación. En el quinto capítulo, se elaborará la discusión y se presentarán las conclusiones de la investigación, donde se conocerá la contratación de los objetivos e hipótesis y las recomendaciones.

I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento de problema

La inteligencia emocional es un concepto nuevo que introdujeron en el ámbito psicopedagógico los citados Salovey y Mayer en 1990 (p.23). Ellos la definieron “como la capacidad de controlar y regular los sentimientos de uno mismo y de los demás, y utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción”

En los últimos años se ha llevado a cabo diversos estudios a nivel internacional y nacional que señalan en forma relevante, que un manejo adecuado de la inteligencia emocional permite que las personas alcancen el éxito personal, laboral y/o profesional. En la actualidad, la sociedad presenta diversos cambios, tanto en lo social, político, tecnológico y económico-empresarial; lo cual, provoca en el ser humano una pronta toma de decisión sin mantener la suficiente conducción de sus acciones y pensamientos.

Al respecto, Castillo, Salguero, Fernández-Berrocal, Ruiz-Aranda, Palomera (2011), señalaron que la inteligencia emocional (IE) “es la capacidad para percibir, usar, comprender y regular las emociones”. Esto evidencia la habilidad para reconocer los sentimientos propios y ajenos (Goleman, 1995). En consecuencia, todas aquellas habilidades que pueden ser capaces de manejar los individuos, tales como la automotivación, la persistencia frente a las decepciones, el control del impulso, regular el humor, el evitar todo aquello que disminuya la capacidad de pensar, el mostrar cierta empatía, el pensamiento positivo, entre otras cosas.

Es necesario tener en cuenta que los estudiantes viven un proceso continuo de desarrollo humano y aprendizaje, el cual se produce por medio de: la interacción entre su programación genética como base importante de una futura personalidad del niño, adolescente, siendo la influencia también en la

adulthood temprana en su interacción con el entorno social, produciéndose muchas veces por la presión de grupo social, reacciones comportamentales que denotan una carencia de control y manejo de emociones. Expresando esto, resulta fundamental el desarrollo de las habilidades que permitan relaciones interpersonales satisfactorias y efectivas para desarrollar un nivel de autonomía personal, que facilite su propia autoafirmación e interdependencia entre las personas y su grupo social. Las habilidades sociales son las conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los demás de forma efectiva y mutuamente satisfactoria.

No obstante, se ha observado en la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019, que existen ciertas incidencias unas que son reportadas, otras no en forma permanente de conflictos de naturaleza interpersonal, como las conductas de los estudiantes de tardanzas, inasistencias, incumplimiento en presentar las tareas, uso excesivo de aparatos telefónicos, medios o bajos calificaciones en los exámenes lo cual afecta la tranquilidad del clima estudiantil y por ende la eficiencia del desarrollo de las sesiones de aprendizaje e imposibilitando de manejar exitosamente los contenidos y la convivencia universitaria dado el comportamiento disruptivo de los estudiantes. En vista de lo anterior, la evidencia que se muestra de pocas habilidades sociales para regular las emociones y para interactuar con el medio, y teniendo en consideración que los estudiantes se están formando para ser profesionales científicos del comportamiento y los procesos mentales, existiendo las posibilidades de regulación del coeficiente emocional así como las conductas y/o funciones cognitivas, con el apoyo de la práctica pedagógica de docentes universitarios que en su mayoría son psicólogos.

Resultará importante establecer la relación que existe entre la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales en los estudiantes de la universidad donde se realizará la investigación, en vista que se identificaron indicadores de carencias de coeficiente emocional, así como de habilidades sociales, para que de esa forma se pueda ayudar a los futuros profesionales en los formativos y puedan realizar sus funciones específicas de Internista en Psicología con una mejora significativa de su coeficiente emocional y habilidades sociales mejoradas que

serán resultados de los seminarios, talleres y consejerías psicológicas basadas en programas psicopedagógicos como recomendaciones de la presente investigación. Por ello, para guiar el proceso de indagación del problema es necesario formular la siguiente pregunta de investigación: ¿Existe relación entre la inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo -sede Jaén, Cajamarca, 2019?

1.2. Formulación del problema

1.1.1. Problema general.

- ¿Existe relación entre la inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo-sede Jaén, Cajamarca, 2019?

1.1.2. Problemas específicos.

PE 01 ¿Existe relación entre la dimensión intrapersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo -sede Jaén, Cajamarca, 2019?

PE 02 ¿Existe relación entre la dimensión interpersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo -sede Jaén, Cajamarca, 2019?

PE 03 ¿Existe relación entre la dimensión adaptabilidad y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo -sede Jaén, Cajamarca, 2019?

PE 04 ¿Existe relación entre la dimensión manejo de estrés y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo -sede Jaén, Cajamarca, 2019?

PE 05 ¿Existe relación entre la dimensión estado de ánimo general y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo -sede Jaén, Cajamarca, 2019?

1.3. Justificación del estudio

La inteligencia emocional en los estudiantes universitarios puede contribuir a desarrollar las actividades académicas cotidianas, incluyendo las metas cognitivas y posteriormente a que alcancen sus objetivos profesionales. Por esta razón, es importante identificar todos los elementos emocionales, cognitivos, pedagógicos y conductuales que forman parte de ambos constructos para tener un mejor concepto de cada uno de ellos, considerando las características, componentes, tipos, efectos; lo cual aquí es materia de investigación.

A nivel metodológico: Son pocas las investigaciones que toman las variables que aquí se enfocan, es decir, tanto la inteligencia emocional como las habilidades, meta cognitiva en una investigación de carácter esencialmente correlacional. Esto, sin lugar a dudas, contribuye a tener un mejor sustento teórico que permita realizar investigaciones experimentales donde pueda haber manipulación directa de ambas variables en búsqueda de conocer cómo benefician la mejora del aprendizaje.

La importancia desde este punto de vista es que el presente estudio permitió la aplicación de los instrumentos de medición del Inventario de ICE Bar – On de Inteligencia Emocional, así como la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein, en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019, y permitió analizar su funcionamiento y comportamiento psicométrico en términos de su validez, confiabilidad y adaptación de dichos instrumentos de medición para estas poblaciones universitarias de estudio.

A nivel práctico: En este nivel se justifica la presente investigación porque permitió conocer la relación entre la inteligencia y habilidades sociales en los estudiantes de la facultad de Psicología que podrían estar influyendo en las diversas áreas de la vida personal familiar y social, asimismo se conoció el nivel de autonomía, el escaso nivel de autoconocimiento y adaptabilidad, información que ayudará a que posteriormente otros estudios más específicos implementen estrategias o programas en las instituciones formadoras en función a estas variables, de modo que se favorezca el proceso de meta aprendizaje y el

desarrollo del futuro profesional en el aspecto formativo. De esta manera, en la misma facultad con los resultados obtenidos se han recomendado programar seminarios/talleres de desarrollo de competencias emocionales y habilidades sociales debiendo monitorear qué influencia tienen sobre los estudiantes universitarios.

En lo teórico: Para lograr este propósito se consideró las teorías que explican desde diferentes perspectivas las variables de Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales. El presente estudio se realizó con fundamentos teóricos que dan respaldo a la investigación. Se tomó como referencia para el marco teórico a los autores: Daniel Goleman y a Bar- On, psicólogos reconocidos a nivel mundial; así también las teorías de Arnold P. Goldstein, Ph.D., profesor de educación especial en la Universidad de Syracuse, Director del Grupo de Trabajo del Estado de Nueva York sobre pandillas juveniles, miembro de la Comisión de la Asociación Psicológica Americana sobre Violencia Juvenil y miembro del Consejo de Representantes, Sociedad Internacional para la Investigación sobre la agresión. Él ha desarrollado acercamientos cada vez más competitivos en la formación de habilidades prosocial, a través del entrenamiento del reemplazo de la agresión, y el plan de estudios de la preparación. Gran parte de su investigación y enseñanza se han centrado en ayudar a los jóvenes con el fin de reemplazar comportamientos antisociales agresivos con medios constructivos y alternativos de búsqueda de satisfacción y efectividad.

La **justificación social:** Desde este punto de vista, la investigación permitió obtener importante información de los niveles de la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en estas poblaciones de estudio, en tal sentido la investigación se justifica por cuanto los resultados son de beneficio para los estudiantes del nivel universitario, puesto que el conjunto de relaciones interpersonales como el respeto, la valoración del otro, fue construida y aprendida de las vivencias cotidianas y del diálogo intercultural, también, se alcanzó con la participación de la comunidad educativa, favoreciendo las relaciones afectivas e identidad con el logro del desarrollo integral de los educandos en: un marco ético, respeto, inclusión, derechos, responsabilidades,

además, la contribución es para la solución pacífica de conflictos y la cimentación de su ambiente social para poder desarrollar planes así como estrategias que favorecen y ayudan a controlar y disminuir los tipos de respuestas emocionales disfuncionales como ira, cólera, enojo, que es un resultado de la carencia de habilidades sociales, siendo su relevancia y contribución social porque estos resultados son generalizados para su prevención e intervención en las instituciones públicas y particulares del nivel universitario.

1.4. Objetivo de la investigación

1.4.1. Objetivo general.

- Demostrar la relación que existe entre la inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo -sede Jaén, Cajamarca, 2019.

1.4.2. Objetivos específicos.

- Determinar la relación que existe entre la dimensión intrapersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo -sede Jaén, Cajamarca, 2019.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión interpersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión adaptabilidad y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo -sede Jaén, Cajamarca, 2019.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión manejo de estrés y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo-sede Jaén, Cajamarca, 2019.

- Determinar la relación que existe entre la dimensión estado de ánimo general y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo-sede Jaén, Cajamarca, 2019.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación.

2.1.1. Antecedentes nacionales.

Barbarán (2017), en la tesis titulada *inteligencia emocional y habilidades sociales en universitarios de una Facultad de Educación Lima, 2016*, realizó su estudio que tuvo como objetivo comprobar que la inteligencia emocional y las habilidades sociales son variables relacionadas. La investigación fue básica, con diseño correlacional, de diseño no experimental de corte transversal. La muestra se constituyó con 125 estudiantes siendo los instrumentos Inventario de Inteligencia Emocional ICE de Bar-on y la Escala de habilidades sociales de Goldstein, tipo Likert para cada variable. Los resultados permitieron concluir que existe relación ($Rho=0,634$; $p<0,05$) entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales. Asimismo, se pudo concluir que existe relación significativa entre las dimensiones de la inteligencia emocional y las habilidades sociales.

Esta investigación se ha considerado porque se realizó el estudio con las mismas variables, la metodología similar, la población de estudiantes adolescentes, resultados parecidos a los que se esperaba alcanzar.

García (2016) en su investigación titulada *Inteligencia emocional y aprendizaje de etiqueta y protocolo de estudiantes universitarios*, tuvo como objetivo general determinar la relación entre la inteligencia emocional y el aprendizaje de etiqueta y protocolo de los estudiantes de turismo y hotelería de Cañete, 2015. La investigación fue de tipo sustantiva con un nivel descriptivo, correlacional con un enfoque cuantitativo, diseño no experimental y transversal.

La población estuvo conformada por 102 estudiantes del curso de etiqueta y protocolo de la carrera de Turismo y Hotelería de San Vicente de Cañete, 2015; pertenecientes a la Universidad Nacional de Cañete y al Centro de Formación Técnica "CENFOTEC" y una muestra de 102 estudiantes. Se aplicó el Test de Bar-On para medir el nivel de inteligencia emocional y una prueba de conocimientos para medir el aprendizaje de etiqueta y protocolo de los estudiantes de Turismo y Hotelería de ambas instituciones educativas, los cuales

fueron validados por el juicio de expertos. Los resultados que fueron obtenidos después del procesamiento y análisis de los datos nos demuestran que: existe correlación directa, ello significa que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el aprendizaje de etiqueta y protocolo de los estudiantes de Turismo y Hotelería, Cañete, 2015 (sig. bilateral = .000 < .01; Rho = .761**).

En la investigación realizada se estudió una de las variables que es la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios, lo cual nos sirve como referente para la investigación, dado que presentan características casi similares.

Fernández V. (2015), en su tesis de licenciatura en la Universidad Privada Antenor Orrego - Trujillo, titulado “Inteligencia emocional y conducta social en estudiantes del quinto año de secundaria de una institución educativa, Trujillo, 2014”. Investigación que tuvo la finalidad de determinar la relación entre la Inteligencia Emocional y la Conducta Social en estudiantes del quinto año de secundaria de una Institución Educativa, Trujillo, 2014. El estudio es de carácter descriptivo–correlacional, con una población de 116 sujetos (87 varones y 29 mujeres), comprendidos entre los 15 y 17 años de edad. Se empleó el Inventario de Bar-On ICE – NA y la Batería de Socialización (BAS - 3). Los resultados indican que la auto y heteroaceptación del mundo emocional, así como el manejo de estrés, adaptabilidad y el ánimo general guardan relación significativa directa con las escalas consideración con las demás y el liderazgo, además de una correlación directa y altamente significativa con la capacidad de autocontrol en las relaciones sociales. Por otro lado, se aprecia una correlación inversa con las áreas retraimiento social y ansiedad social/timidez, de carácter significativo y altamente significativo, respectivamente. Se recomienda promover el desarrollo de programas focalizados en fortalecer el autoconocimiento y el manejo emocional, así como comportamientos socialmente integradores y adaptativos.

Es importante este estudio por se realizó con la variable inteligencia emocional, siendo el mismo nivel de investigación descriptivo correlacional, emplearon el inventario ICE-Bar-On por los resultados obtenidos.

Ángeles (2014) en su tesis titulada habilidades sociales y clima social de clase en estudiantes del primer ciclo de la carrera de Administración Bancaria del

IFB, Surco-Lima. Su objetivo fue determinar la relación entre las habilidades sociales y el clima social de clase en los estudiantes. Tuvo el diseño de investigación no experimental, descriptivo correlacional de corte transversal. La muestra de tipo no probabilístico intencionado, estuvo conformada por 265 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein adaptada y estandarizada por Ambrosio (1994) que consta de 50 ítems con respuestas 5 puntos de escala de Likert, y la Escala de Clima Social de Clase de Moos adaptada por Fernández (1984). Se llegó a las siguientes conclusiones: (a) los resultados arrojaron una correlación estadísticamente significativa muy alta y directamente proporcional entre las habilidades sociales y el clima social de clase en los estudiantes; (b) respecto a las habilidades sociales en general el 11.3% de los estudiantes se encuentra en la categoría óptimo, el 25.3% en la categoría promedio superior, el 30.2% en la categoría promedio, el 21.1% en la categoría promedio inferior y el 12.1% en la categoría deficiente; (c) respecto a las habilidades sociales básicas se evidencia que el 11.3% de los estudiantes se encuentra en la categoría óptimo, el 35.5% en la categoría promedio superior, el 25.7% en la categoría promedio, el 19.6% en la categoría promedio inferior y el 7.9% en la categoría deficiente; (d) respecto a las habilidades sociales avanzadas se evidencia que el 29.1% de los estudiantes se encuentra en la categoría promedio, el 53.2% en la categoría promedio inferior y el 17.7% en la categoría deficiente; (e) respecto a las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos se evidencia que el 9.4% de los estudiantes se encuentra en la categoría promedio superior, el 44.2% en la categoría promedio, el 34.7% en la categoría promedio inferior y el 11.7% en la categoría deficiente; (f) respecto a las habilidades sociales alternativas a la agresión se evidencia que el 3.8% de los estudiantes se encuentra en la categoría óptimo, el 23% en la categoría promedio superior, el 31.3% en la categoría promedio, el 21.9% en la categoría promedio inferior y el 20% en la categoría deficiente; (g) respecto a las habilidades sociales para el manejo del estrés se evidencia que el 11.3% de los estudiantes se encuentra en la categoría óptimo, el 18.9% en la categoría promedio superior, el 40% en la categoría promedio, el 26% en la categoría promedio inferior y el 3.8% en la categoría deficiente; (h) respecto a las habilidades sociales para la planificación se evidencia que el 19.2% de los

estudiantes se encuentra en la categoría promedio superior, el 32.8% en la categoría promedio, el 30.6% en la categoría promedio inferior y el 17.4% en la categoría deficiente.

La investigación realizada fue de nivel correlacional con enfoque cuantitativo, se relaciona, estableció la relación que existe entre las habilidades sociales y el clima social en el aula de los estudiantes universitarios, se relaciona con el presente estudio por el diseño, tipo de muestra y la unidad de análisis utilizado lo cual sirvió para realizar la discusión.

Calixto (2013) en su tesis titulada Habilidades sociales y calidad de vida en estudiantes de la especialidad de matemática Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. El objetivo fue determinar la relación entre habilidades sociales y calidad de vida en los estudiantes. El tipo de estudio fue básico y descriptivo, con diseño no experimental, transeccional y correlacional. La población estuvo constituida por 354 estudiantes y la muestra de tipo probabilística por 184 estudiantes. Se utilizó como instrumentos de medición la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein adaptada y estandarizada por Ambrosio (1994) que consta de 50 ítems con respuestas 5 puntos de escala de Likert.; y la Escala de Calidad de Vida de Olson y Banes adaptada por Grimaldo (2003), que consta con 24 ítems con respuesta de 5 puntos en escala de Likert. Llegaron a las siguientes conclusiones: (a) existe relación directa y estadísticamente significativa entre las habilidades sociales y la calidad de vida; (b) respecto a las habilidades sociales, el 4% de los estudiantes se encuentra en el nivel excelente, el 26% en el nivel bueno, 50% en el nivel normal, 17% en el nivel bajo y el 2% en el nivel deficiente.

El antecedente es importante porque estudió la variable de habilidades sociales en estudiantes universitarios y de igual manera empleó el mismo instrumento adaptado de Goldstein, la cual es variable de la presente investigación; lo que contribuye a una mejor comprensión del problema, motivo de nuestra investigación.

2.1.2. Antecedentes internacionales.

Alvarado y Carranza (2015) en su investigación titulada Importancia de la inteligencia emocional en el ámbito laboral, de los estudiantes de quinto año jornada nocturna, ciclo 2013 de la Escuela de Ciencias Psicológicas, Universidad de San Carlos de Guatemala (USAC), tuvo el objetivo de estudiar a los estudiantes de quinto año de la jornada nocturna ciclo 2013 de la Escuela de Ciencias Psicológicas – USAC. La ejecución de la investigación se realizó en un periodo comprendido del mes de julio al mes de agosto de 2013. Se utilizó la técnica de muestreo intencionado al seleccionar una muestra de 50 estudiantes universitarios de género indistinto, con un rango de edad de 22 a 50 años, de clase media, que trabajan durante el día y estudian por la noche, estado civil indiferente. Para la recolección de datos se utilizaron los siguientes test: “Test Orientativo de Inteligencia Emocional” de Berta Emilia Madrigal Torres y “Test de Inteligencia Emocional” de Daniel Goleman. Se trabajó con la técnica de análisis estadístico de datos, utilizando el procedimiento de la codificación. En el primer test los resultados se clasificaron en puntuación alta y baja, en el siguiente test, se dividieron en cuatro áreas: conciencia de sí mismo, empatía social, automotivación y habilidades sociales. Para llevar a cabo esta investigación se partió de tres conceptos fundamentales que son la inteligencia, las emociones y el autoconocimiento, llegando a la conclusión que el manejo inadecuado de las emociones, puede ocasionar que se produzcan conflictos afectivos tanto entre compañeros de trabajo como de estudios al no saber identificar sus emociones y no comunicarse asertivamente.

Es importante este estudio porque da una panorámica visión sobre la inteligencia emocional, evaluada mediante dos test diferentes y el comportamiento del mismo en un grupo humano con características similares a la propuesta. Los datos en referencia posibilitaran comparar diversos resultados de nuestra muestra, referentes a la variable de inteligencia emocional y el manejo de las habilidades sociales de los estudiantes universitarios.

Gómez (2013) en su investigación realizada en Guatemala refiere que realizó la tesis titulada. “Habilidades sociales: un estudio comparativo en adolescentes según su género”. El objetivo de esta investigación fue determinar si

existía una diferencia en las habilidades sociales entre adolescentes de género masculino y femenino que prestan servicio comunitario a la comunidad de Peronia del municipio de Villa Nueva y pertenecen a una institución de protección, abrigo y rehabilitación familiar Metodología a realizarse fue la investigación de tipo descriptiva comparativa, de diseño no experimental de corte transversal y lo llevó a cabo con una muestra de 50 adolescentes de género masculino y 50 de género femenino que están comprendidos entre las edades de 12 a 18 años. El instrumento utilizado fue la escala de habilidades sociales. Los resultados mostraron que no existe una diferencia estadísticamente significativa en habilidades sociales entre adolescentes hombres y mujeres.

Esta investigación es importante porque se realizó en adolescentes, por la variable de estudio y porque en las conclusiones a que llega es que no existen diferencias significativas en habilidades sociales entre adolescentes hombres y mujeres.

Oyarzún, Estrada y Pino (2012), en Chile realizaron un trabajo de investigación con la finalidad de verificar la relación entre habilidades sociales y rendimiento académico en dos muestras. La primera muestra estuvo constituida por 245 escolares de ambos sexos con una edad promedio de 16.5 años, quienes cursaban el último grado de secundaria, pertenecientes a 3 instituciones educativas estatales. Con dicha muestra utilizaron los siguientes instrumentos: Inventario de Habilidades Sociales para adolescentes, versión adaptada por Inderbitzen y Foster, Test Sociométrico de Moreno y para evaluar el rendimiento académico se utilizó las notas globales del año anterior, expresadas en una escala de 1 a 7, donde 4.5 es un puntaje de aprobación. La segunda muestra, estuvo constituida por 200 universitarios de ambos sexos, con una edad promedio de 21.45 años, quienes cursaban el segundo y tercer año de diferentes carreras. En esta muestra se aplicó el Interpersonal Behavior Survery (I.B.S.) versión adaptada al español por Hidalgo y Abarca y estandarizada para Chile por Passi y Torres. Para la variable rendimiento académico se tomó en cuenta el rendimiento general en las asignaturas obligatorias, ponderada por el rendimiento del curso al que pertenecían. Esta medida fue expresada en una escala del 1 al 7, donde 4 es un puntaje aprobatorio. Los resultados demostraron que no existen asociaciones

significativas entre las variables en ambas muestras, sin embargo, en el género femenino se observa una correlación marginal ($r=0.13$, $p<0,02$) pero en el género masculino no se observa ningún tipo de correlación entre las variables de estudio.

Este estudio es importante para la investigación que se pretende realizar ya que trabajó con la variable de estudio habilidades sociales, en poblaciones de alumnos de instituciones educativas estatales del nivel de secundaria.

Hernández, Mejía y Mejía (2012) en su investigación titulada Relación de la inteligencia emocional con los rasgos caracterológicos de los estudiantes de segundo año de la carrera de licenciatura en Psicología, ciclo 01-2012, de la Universidad Francisco Gavidía, tuvo el objetivo de establecer la correlación que hay entre la inteligencia emocional (IE) y los rasgos caracterológicos (RC) en estudiantes de segundo año de Licenciatura en Psicología. Esta investigación se fundamenta en las teorías de: Daniel Goleman, Howard Gardner, Mayer y Salovey y Paul Grieger. Siendo el objetivo establecer la correlación entre las variables antes mencionadas. Método: Se empleó un diseño experimental transeccional, con metodología descriptiva y correlacional. Para ello se aplicaron los test: (IE) TMMS-24 versión reducida Berrocal y El test caracterológico de Paul Grieger. A una muestra de ambos sexos de 54 estudiantes de la carrera. Los resultados fueron analizados con base a tres dimensiones de la IE que son: atención, claridad y reparación, y los ocho tipos de RC de Paul Grieger: colérico, apasionado, amorfo, nervioso, sentimental, flemático, apático, sanguíneo. Resultados: Se comprobó la correlación entre ambas variables. Conclusión: Se comprueba la hipótesis de que existe correlación entre la inteligencia emocional (IE) y los rasgos caracterológicos (RC).

La especificidad en la evaluación de esta investigación, constituye otro referente interesante en lo que respecta a la inteligencia emocional, la muestra fueron estudiantes universitarios, por lo que se usará para la discusión de los resultados descriptivos de esta tesis.

Herrera, Freytes, López y Olaz (2012) en su investigación titulada estudio comparativo sobre las habilidades sociales en estudiantes de Psicología, Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. El objetivo de este estudio fue

conocer el repertorio de habilidades sociales en una muestra de estudiantes de Psicología y comprobar si existen diferencias de acuerdo al año de cursado. Se utilizó un diseño longitudinal con grupos de sujetos diferentes. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes de la carrera de licenciatura en Psicología, cuyas edades oscilaban entre los 18 y 25 años, seleccionados por muestreo accidental. Se utilizó como instrumento el Inventario de Habilidades Sociales IHS adaptado por Olaz (2009), conformada por un total de 26 ítems con respuestas en base a una escala de Likert de 5 puntos, los cuales se encuentran distribuidos en cinco factores (Conversación y desenvolvura social, auto exposición a desconocidos y a situaciones nuevas, habilidades empáticas y de expresión de sentimientos positivos, enfrentamiento con riesgo y habilidades sociales académicas y de trabajo). Los resultados hallados evidencian que se halló un gran porcentaje de estudiantes con un repertorio deficitario, tanto en las dimensiones específicas que evalúa el instrumento como en la escala completa.

Es importante porque trabajó la variable habilidades sociales y la población fue estudiantes universitarios, Aunque genérica, no deja de brindar información interesante ya que las dimensiones analizadas en los resultados podrían conllevar a este análisis distintivo en trabajos de investigación posteriores.

2.2. Bases teóricas de las variables

2.2.1. Inteligencia emocional.

Goleman (2000) definió a la inteligencia emocional como “habilidades tales como ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones; controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar; mostrar empatía y abrigar esperanzas.

Las personas que desarrollan capacidades emocionales mejoran sus habilidades sociales y tienen más posibilidades de sentirse satisfechas y cómodas consigo mismas, son más eficaces en su trabajo y así alcanzar más fácilmente el éxito. Son más alegres, solidarias y pueden expresar abiertamente sus emociones, sentimientos, comunicándose eficientemente con los demás”. (p. 12).

Manrique (2012) afirmó que la inteligencia emocional es:

“La capacidad para identificar, diferenciar, reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos en función a los intereses y necesidades circunstanciales de cada persona; caracterizándose por demostrar la capacidad para motivarse así mismo, demostrar perseverancia, controlar los impulsos, regular el estado de ánimo, evitar que la angustia interfiera la habilidad racional y la capacidad para empatizar y confiar en los demás”. (p. 12).

La definición de este autor de la inteligencia emocional como el “conjunto de habilidades interrelacionadas que ayudan a todas las personas a procesar la información emocional. Habilidades que se desarrollan a través del aprendizaje y la experiencia, y se incrementan con el entrenamiento es decir con las experiencias de la vida propia. Las capacidades emocionales están asociadas con la empatía, la afabilidad, el comportamiento pro social y la calidad de las relaciones interpersonales; así como guardan cierta relación con la tolerancia al estrés, trabajo en equipo, la toma de decisiones grupales, el potencial del liderazgo y el rendimiento”. (Mestre y Fernández-Berrocal, 2007).

Romo (2006) afirmó que:

“Las personas con inteligencia emocional: Aprenden a identificar sus propias emociones, manejan sus reacciones emocionales identificando maneras adecuadas de expresarlas, desarrollan una aceptación incondicional de sí mismos o de los demás, potencian el autocontrol y la empatía, desde pequeños aprenden que existen distintos tipos de situaciones que les exigirá unas u otras respuestas para solucionar problemas” (p. 56).

Esta definición es fundamental para nuestro estudio, puesto que, ayuda a poder identificar a través de la autoconciencia a identificar nuestras emociones y nos va ayudar con el desarrollo de las capacidades emocionales a expresar de forma asertiva las emociones mediante el autocontrol, así como la automotivación y la empatía.

Modelos de inteligencia emocional

Entre los principales modelos teóricos de la inteligencia emocional son las que resaltan: el modelo de habilidad de Mayer y Salovey, el modelo mixto de Reuven BarOn y el modelo mixto de Goleman.

Modelo de habilidad de Mayer y Salovey

De acuerdo con Mayer y Salovey (1997, citado en Palomino 2010) “la inteligencia emocional es:

Un conjunto de habilidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y comprender nuestras emociones. Más formalmente, es la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento, con el fin de comprender emociones y razonar emocionalmente, y finalmente la habilidad para regular emociones propias y ajenas”. (p. 10).

La inteligencia emocional posee habilidades integrantes, que son: percepción evaluación, expresión de las emociones, asimilación de las emociones en nuestros pensamientos, también comprensión, análisis de las emociones y regulación reflexiva de las emociones.

Modelo mixto de Reuven BarOn

Según BarOn (1997, citado en Palomino 2010) la inteligencia emocional es “un conjunto de capacidades no cognitivas, competencias y destrezas que influyen en nuestra habilidad para afrontar exitosamente las presiones y demandas ambientales” (p. 14).

Los componentes de la inteligencia emocional son:

Habilidades intrapersonales: Conjunto de capacidades que facilitan la comprensión de sí mismo como habilidad para reconocer y comprender nuestros sentimientos y emociones, la asertividad como habilidad de expresar sentimientos sin interferir con la de los demás, el autoconcepto como habilidad para aceptar y respetarse a sí mismo reconociendo nuestros aspectos positivos y negativos, la autorrealización como habilidad para realizar lo que realmente podemos,

queremos y disfrutamos hacer, y la independencia como habilidad de autodirigirse tomando nuestras propias decisiones.

Habilidades interpersonales: Que incluye la empatía como habilidad para comprender los sentimientos de los demás, las relaciones interpersonales como habilidad de establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias, y la responsabilidad social como habilidad para demostrarse a sí mismo cooperativo dentro de un grupo social.

Adaptabilidad: Que incluye la solución de problemas como habilidad para identificar y generar soluciones a los problemas, la prueba de la realidad como habilidad para diferenciar lo subjetivo de lo objetivo.

Manejo del estrés: Que incluye la tolerancia al estrés como habilidad para soportar eventos adversos y fuertes emociones sin desmoronarse, el control de los impulsos como habilidad para resistir o postergar los impulsos actuando y controlando nuestras emociones.

Estado anímico general: Que incluye la felicidad como habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida disfrutando de sí mismo y de otros, el optimismo como habilidad para ver aspectos positivos de la vida a pesar de adversidades y sentimientos negativos.

Modelo mixto de Daniel Goleman

Para Goleman (1995, citado en Palomino, 2010) “la inteligencia emocional incluye auto-control, entusiasmo, persistencia, y la habilidad para motivarse a uno mismo... hay una palabra pasada de moda que engloba todo el abanico de destrezas que integran la inteligencia emocional: el carácter” (p. 28). Las habilidades que integran la inteligencia emocional son: conocimiento de las propias emociones, manejo emocional, auto-motivación, reconocimiento de las emociones en otros y manejo de las relaciones interpersonales.

Según Sánchez y Hume (2008), “las capacidades presentes en la inteligencia emocional se entrelazan para formar las capacidades con las cuales nos desenvolvemos, que sin alguna de estas habilidades seguro no se desarrollarían el resto”, en otras palabras, si no somos capaces de identificar

nuestras emociones para desarrollar nuestras habilidades, nos es muy difícil regularlas.

Bases biológicas de la inteligencia emocional

Las bases biológicas de la inteligencia emocional pueden ser entendidas con las mismas bases que rigen a las emociones. En este sentido, Carlson (2000) manifestó “Las emociones son los estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica, que se refleja en los comportamientos externos e internos. Las emociones son una combinación compleja de aspectos fisiológicos, sociales y psicológicos dentro de una misma situación polifacética, como respuesta orgánica a la consecución de un objetivo, de una necesidad o de una motivación. Por lo tanto, la emoción es una tendencia a actuar, y se activa con frecuencia por alguna de nuestras impresiones grabadas en el cerebro, lo que provoca un determinado estado fisiológico en el cuerpo humano”. (p. 33).

Una emoción es todo estado afectivo que experimenta una persona, una reacción frente al ambiente que viene acompañada de cambios fisiológicos de origen innato o influido por la experiencia. Las emociones tienen una función adaptativa del organismo a lo que nos rodea. Cada persona experimenta una emoción en forma particular dependiendo de sus experiencias anteriores, aprendizaje y carácter.

En este sentido, Fernández (1995) distinguió dos formas de emoción:

“Una emoción afectiva: que pone de relieve la importancia del sentimiento en el nivel de activación fisiológica y en el continuo placer-displacer. En ella, se hacen referencia a los cambios corporales que siguen directamente a la percepción de un hecho excitador y del sentimiento que tales cambios expresan una emoción. Y la otra, una emoción cognitiva, la cual se basa en los aspectos perceptivos y de procesamiento de la emoción. Esta se asume cuando se produce la activación fisiológica, la persona inicia un proceso que incluye múltiples relaciones entre procesos emocionales y procesos cognitivos, tales como valoración de la situación, catalogación de la emoción, búsqueda en la memoria, etc.” (p. 56).

Con respecto a las emociones, Shapiro (1997) así como otros autores indican que “tiene una base neurológica y fisiológica: el sistema nervioso central presenta una parte racional (córtex) y una parte emocional (sistema límbico) para el control de las conductas. Además, agrega que el concepto de Cociente Intelectual se refiere sólo al funcionamiento del córtex, mientras que el Cociente Emocional recoge la interacción entre emoción y pensamiento. La amígdala cerebral es el elemento central de las estructuras implicadas en la gestión emocional”.

Por su parte, Gil (2006) refirió que “anatómicamente la amígdala es el eje de las conexiones múltiples, el cual recibe de esta manera aferencias corticales somáticas y sensoriales, está conectada directamente por medio del tálamo con la corteza orbito frontal ventral medial, también con el hipocampo (relevo principal de circuitos con la memoria, núcleos grises -centrales y núcleos septales). Sus referencias hipotalámicas, así como sobre otras estructuras del núcleo cerebral confirman su papel en la iniciación y como desencadenante de manifestaciones neurovegetativas y neuroendocrinas de las emociones”.

Pero mientras la amígdala trabaja preparando una reacción ansiosa e impulsiva, otra parte del cerebro emocional permite una respuesta más adecuada y correctiva. El regulador del cerebro para los arranques de la amígdala parece encontrarse en los lóbulos prefrontales de la neo corteza, que se encuentran exactamente detrás de la frente. Éstos entran en acción cuando alguien siente miedo o rabia, pero contiene o controla el sentimiento con el fin de ocuparse más eficazmente de la situación inmediata. Esta zona neocortical del cerebro origina una respuesta más analítica o apropiada a los recursos emocionales, adaptando la amígdala y otras zonas límbicas. (Real, 2003).

Características de la inteligencia emocional

Para Goleman (2008) se entiende entonces que la “inteligencia emocional conlleva: La capacidad de motivar al ser humano, lo que le hace perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, aquello que controla los impulsos, difiere las gratificaciones, regula sus propios estados de ánimo, evita que la

angustia interfiera con las facultades racionales; y, por último, pero no por ello, menos importante, sentir y confiar en los demás”. (p. 75)

Bajo estos principios, se ha planteado una clasificación organizando las principales características de la inteligencia emocional:

- Armonizar la salud de todo el organismo con el bienestar psicológico.
- Integrar los impulsos, pasiones, afectos, sentimientos y emociones con la razón, la voluntad y la libertad humanas.
- Coordinar la inteligencia intelectual con la inteligencia emocional.
- Desarrollar el crecimiento y aspiraciones personales con un profundo sentido social y generoso. Y, finalmente,
- Armonizar todos los elementos anteriores con los valores religiosos, orientando en último término toda la vida y actividad hacia Dios, creador y fin de la existencia humana. (Jiménez, 2007, p. 84).

Entonces, el principio de realidad tiene sus limitaciones al considerar a cada una de las categorías anteriormente señaladas pues, lejos de identificarse con una perspectiva racional que evalúe hechos concretos, se ciñe a parámetros fenomenológicos, es decir, que estudian el mundo bajo normas intuitivos (automáticos) y subjetivos (personales) que, por cierto, guardan mucha coincidencia con las filosofías orientales.

Para hacer frente a esta idealización, se planteó la necesidad del “manejo del estrés”, es decir, la inteligencia emocional en términos prácticos debe entenderse como la capacidad de permanecer en un estado de calma en situaciones difíciles. Esta competencia contribuye a un mejor modo de resolver los problemas, la personas con una mejor capacidad de manejar el estrés, buscan soluciones prácticas y alternativas sin perder la calma.” Las personas más flexibles empiezan a controlar el estrés desde el momento mismo en que se dispara la situación conflictiva” (Goleman, 1998, citado en Verdugo, 2015).

A ella, Goleman sumó otra característica a la que “denominó “adaptabilidad”, según la cual, las personas que destacan en esta competencia disfrutan con los cambios y saben sacar provecho de la innovación”. “Son

personas que permanecen abiertas a los nuevos datos y que pueden renunciar a sus antiguas creencias y adaptarse a los nuevos tiempos” (Goleman, 1998, citado en Verdugo, 2015). De este modo, al menos se identifican dos parámetros susceptibles de ser medidos a los que conviene agregar la autoestima.

“En la actualidad ya no se pone en tela de juicio la existencia de una inteligencia basada en las emociones como fundamental en el desarrollo de la inteligencia en su más amplio sentido”. (Acosta, 2008).

Inteligencia emocional en el contexto educativo

Actualmente, el aprendizaje de carácter cognitivo ha sido predominante en el currículo escolar; por lo que la dimensión emocional ha estado frecuentemente olvidada y no ha sido objeto del proceso de enseñanza y aprendizaje. Se ha dejado de lado educar las emociones, gestionarlas, afrontar situaciones difíciles de la vida, solucionar conflictos interpersonales adecuadamente, aprender a ser más feliz.

Ante esta situación, Vallés (2004) “afirmó que ha sido en los últimos años cuando se ha suscitado la necesidad de afrontar una realidad escolar del comportamiento de nuestros estudiantes caracterizado por una ausencia notable de control emocional en los casos de conflictividad y agresividad, un lenguaje carente de comunicación emocional efectiva y eficaz, ausencia de actitudes empáticas y escasa o nula tolerancia a la frustración de la vida diaria, entre otros muchos problemas cotidianos de los estudiante”.

Asimismo, “el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes se ha evidenciado como un campo muy prometedor para prevenir la conflictividad actual en las instituciones educativas” (Vallés, 2004). Es decir, se debe plantear en la escuela, enseñar a los estudiantes a ser emocionalmente inteligentes, dotándoles de estrategias y habilidades emocionales básicas que les protejan de los factores de riesgo o al menos, que palien sus efectos negativos.

Para que esta enseñanza y aprendizaje de la emocionalidad pueda desarrollarse en un marco educativo idóneo, se necesitan suficientes medios y recursos. Desde el punto de vista tutorial, se hace necesario un nuevo perfil del

docente-tutor que aborde el proceso de manera eficaz para sí y para sus estudiantes. Razón por la cual, es necesario que él mismo se constituya en modelo de equilibrio personal, así como desempeñar funciones tutoriales más personalizadas que den respuestas a las necesidades educativas de cada estudiante en el plano psicoafectivo.

Por otra parte, es necesario disponer de un currículo que desarrolle los contenidos emocionales con sus respectivos elementos curriculares: objetivos, actividades, metodología y criterios de evaluación. La escuela, por lo general y hasta estos últimos años, ha desarrollado currículos que escasamente presentaban contenidos emocionales para la educación de jóvenes y niños. Ha tenido que ser la madurez vital la que aporte las estrategias adecuadas de afrontamiento para la convivencia con los demás.

Medición de la inteligencia emocional

Para la presente investigación se utilizó el Ice de Bar-On como instrumento de medición de la inteligencia emocional.

La singularidad del Ice de Bar-On se encuentra en la forma en que combina una variedad holística y ecléctica de observaciones existentes, teorías, estrategias metodológicas, descubrimientos de investigación y una amplia naturaleza multifactorial. Fue diseñado generando ítems que se ajustarán a factores específicos operacionalmente definidos, y la selección final de estos ítems se basó en el análisis estadístico y en las opiniones de doctores experimentados y especialistas en recursos humanos.

Además, el ICE es bastante breve en comparación con muchos otros cuestionarios de auto calificación y cuenta con un formato de respuesta cualitativa más grande, que tiende a permitir una mayor cooperación por parte de los participantes. Aparte de ello, es la primera prueba empíricamente elaborada y comercialmente disponible para medir la inteligencia emocional. Najarro (2015) manifestó que presenta entre otras ventajas adicionales las siguientes:

- Contiene una mayor base de datos normativa de aproximadamente 4000 participantes.
- Está sustentado por más de 17 años de investigación.
- Tiene un alcance multidimensional (una escala CE total, 5 escalas CE compuestas, 15 sub-escalas CE).
- Cuenta con tres índices de evaluación.
- Tiene un enfoque multicultural e internacional (información proveniente de los resultados obtenidos en distintos lugares de Norte y Sudamérica, Europa, Asia y África).
- Cuenta con una buena confiabilidad y validez estadística.
- Es versátil (el ICE puede ser utilizado para fines corporativos, educativos, clínicos, médicos y de investigación).
- Es el principal sistema de medición de la inteligencia emocional.
- Es una herramienta de medición no muy extensa (aproximadamente media hora) y de fácil uso.
- Es apropiado para la mayoría de individuos de 16 años a más. (pp. 60-61).

Dimensiones y factores de la inteligencia emocional validadas en Perú

El inventario de inteligencia emocional desarrollado por Bar-On (1997) fue adaptado y validado en Perú por la Dra. Nelly Ugarriza (2005), cuenta con baremos hechos en Lima Metropolitana, además, cuenta con escalas de validación (impresión positiva e impresión negativa) de los resultados en el proceso de calificación de la prueba.

Además, la Dra. Ugarriza y Pajares (2005), precisaron las definiciones de 15 subcomponentes de la inteligencia emocional y social evaluados por el inventario de cociente emocional, estos subcomponentes caracterizan la esencia particular de cada uno de los cinco componentes generales del constructo, los mismos que se explican a continuación:

Componente intrapersonal (CIA), integrado por cinco subcomponentes:

1. *Comprensión emocional de sí mismo (CM)*, es la habilidad para conocerse a sí mismo, identificar, clasificar diferenciar y conocer los propios sentimientos y emociones.
2. *Asertividad (AS)*, es la habilidad para transmitir sentimientos, expresar creencias y exponer los pensamientos sin dañar al prójimo.
3. *Auto concepto (AC)*, conjunto de capacidades para aceptarse así mismo identificando sus cualidades, aspectos positivos y negativos.
4. *Autorrealización (AR)*, conjunto de habilidades adquiridas para realizarnos durante nuestra existencia, lo que podemos y queremos hacer, disfrutando al ejecutarlos.
5. *Independencia (IN)*, habilidades para auto dirigirse satisfactoriamente, para no ser manipulado o influenciado por otras personas, independencia para formular pensamientos, expresar sentimientos y tomar de decisiones apropiadas que no comprometan negativamente nuestro futuro.

Componente interpersonal (CIE), área que reúne tres subcomponentes:

1. *Empatía (EM)*, capacidad para ponernos en la situación de las demás personas, para percatarnos, comprender y apreciar sentimientos ajenos.
2. *Relaciones Interpersonales (RI)*, conjunto de habilidades para iniciar y sostener relaciones recíprocamente satisfactorias, fortaleciendo la cercanía emocional y la reserva de la intimidad de manera eficaz.
3. *Responsabilidad social (RS)*, conjunto de capacidades para participar corporativamente en la construcción del entorno comunal, organizacional, o grupo social.

Componente adaptabilidad (CAD), estudia y mide el conjunto de capacidades requeridas para ser aceptados por el grupo, el medio social, la empresa o el entorno académico, reúne tres subcomponentes:

1. *Solución de problemas (SP)*, gama de habilidades para identificar el tipo y la magnitud de los problemas, las causas y sus efectos que permite el abordaje, la búsqueda de soluciones y la priorización de las mismas.

2. *Pruebas de la realidad (PR)*, Habilidad para evaluar el nivel de contacto con la realidad, la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en realidad existe (lo objetivo).
3. *Flexibilidad (FL)*, conjunto de habilidades que ayudan a construir la tolerancia para el ajuste conductual, emocional y cognitivo frente a las condiciones y situaciones cambiantes.

Componente manejo del estrés (CME), área que reúne dos subcomponentes:

1. *Tolerancia al estrés (TE)*, capacidad para distinguir y manejar situaciones adversas, estresantes y emociones fuertes, que podrían influenciar negativamente produciendo estrés.
2. *Control de los impulsos (CI)*, conjunto de habilidades para medir la intensidad y la magnitud de los impulsos, regularlos para resistir acciones y reacciones, buscar estímulos y respuestas, postergar un impulso y controlar las emociones.

Componente estado de ánimo en general (CAG), en esta área se reúnen dos subcomponentes:

1. *Felicidad (FE)*, capacidad para percibir y sentir satisfacción por la propia existencia, disfrutando con los actos de bondad, humildad, iniciativas de colaboración que producen felicidad y son antídotos contra la ira, la ansiedad, la depresión y el estrés.
2. *Optimismo (OP)*, habilidad para percibir y valorar las potencialidades, la brillante perspectiva que da la vida y mantener una actitud positiva, frente a las adversidades y los sentimientos negativos.

2.2.2. Habilidades sociales.

Definición de habilidades sociales

Para Peñafiel y Serrano (2010) “las habilidades sociales son las conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los iguales y con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria” (p. 8).

Al respecto, Caballo (2007) sostuvo que: “La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.” (p. 3).

En este sentido, las habilidades sociales son un conjunto de conductas de intercambio con resultados favorables, que dotan a la persona que las posee de una mayor capacidad para lograr los objetivos que pretende, manteniendo su autoestima sin dañar la de las personas que la rodean.

Roca (2007) definió las habilidades sociales como “un conjunto de hábitos a nivel de conductas, pero también de pensamientos y emociones que nos permiten mejorar nuestras relaciones interpersonales, sentirnos bien, obtener lo que queremos y conseguir que los demás no nos impidan lograr nuestros objetivos” (p. 13).

Martínez y Sanz (2003) “afirmaron que la habilidad social es capaz de ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables, entendiéndose favorable como contrario de destrucción o aniquilación, también la misma autora refiere que las habilidades sociales son capacidades inherentes al hombre donde ejecuta una conducta social de intercambio con resultados favorables para ambos implicados” (p. 5).

En base a estas definiciones dadas por los referidos autores, es que se llega a definir que las habilidades sociales son destrezas que se manifiestan en la conducta, y quedan reflejadas en sus actitudes y en la capacidad de responder a estímulos sociales en beneficio propio y de otros. Las habilidades sociales permitirán un tipo de comportamiento que es socialmente recompensado, de modo que el sujeto al manifestarlas se ve más aceptado y valorado.

Teoría del aprendizaje estructurado de Goldstein.

Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Kleinco (1989) “señalaron que este nuevo movimiento surge a principios de los años setenta en Estados Unidos con el

nombre de Adiestramiento Psicopedagógico de Habilidades, pero sus orígenes se han extendido y diversificado en el tiempo. Cabe recalcar, que la psicología desde su inicio en América en los años cincuenta, se preocupó primeramente de comprender e incentivar el proceso educativo.” En este contexto, se desarrollaron por primera vez los intentos del adiestramiento psicopedagógico. Este planteamiento implicó seleccionar las conductas específicas que se deseaba corregir o incentivar, según estos objetivos, se implementaron procedimientos de lo aprendido en el laboratorio, posteriormente el educador-instructor ayudará al cambio y finalmente, el éxito y fracaso de este procedimiento se evaluará según las conductas observables. En los inicios del aprendizaje estructurado, los psicólogos y psiquiatras estadounidenses manifestaron el pensamiento preventivo, en el cual la curación ya no es suficiente, por lo que, en la actualidad, el enfoque de la prevención se ha convertido en el modelo a seguir. Esto se debió a que se debe actuar por adelantado antes que aparezcan los conflictos, de esta manera la gente necesitará menos asistencia terapéutica en el futuro.

Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein (1989) señalaron que, el aprendizaje estructurado fue impulsado debido a los avances paralelos que surgieron en la educación. En el marco de la evolución individual y con los aportes de la educación progresiva (Dewey, 1938) y educación personal (Chapman, 1977), se crearon nuevos planteamientos educativos tales como: aclaración de valores (Simon, Howe y Kirschenbaum, 1972), educación moral (Kohlberg, 1973) y educación afectiva (Miller, 1976), con el objetivo de enseñar el significado y las conductas relacionadas con los valores, la moral y lo afectivo. Estos tres planteamientos junto con otros programas que promueven el desarrollo individual, la competencia y la efectividad social como: el de educación de la identidad (Weinstein y Fantini, 1970), adiestramiento psicosocial (Ryan y Hoffman, 1973), grupos de estimación de la sensibilidad (McPhail, Ungold-Thomas y Chapman, 1975), adiestramiento en las relaciones humanas (Bradford, Gibb y Benne, 1964), educación confluyente (Castillo, 1974) y psicósíntesis (Assagioli, 1965), dieron a conocer como la educación se ha introducido en áreas que sólo le pertenecían a los especialistas de la salud

mental, convirtiéndose la educación psicológica en una parte primordial de la pedagogía.

Modelos teóricos de las habilidades sociales

Diferentes modelos teóricos han definido y enfatizado diferentes aspectos de las habilidades sociales:

Modelo derivado de la psicología social: Teoría de roles.

Fernández y Carrobles (1981), definieron las habilidades sociales como la “capacidad que el individuo posee de percibir, entender, descifrar y responder a los estímulos sociales en general, especialmente aquellos que proviene del comportamiento de los demás” (p. 5). Por consiguiente, las habilidades sociales exigen la captación y aceptación del rol del otro y del otro generalizado y la comprensión de los elementos simbólicos asociados a sus reacciones, tanto verbales como no verbales. En definitiva, se refiere al papel que juegan las expectativas dirigidas al propio rol y al rol de los otros.

Modelo de aprendizaje social.

Según el modelo de aprendizaje social de Bandura (1977), “estas habilidades se aprenden a través de experiencias interpersonales directas o vicarias, y son mantenida y/o modificada por las consecuencias sociales de un determinado comportamiento” (p. 14).

El comportamiento de otros constituye una retroalimentación para la persona acerca de su propia conducta. Estas vertientes de aprendizaje, experiencia, modelaje e instrucción, van generando las expectativas de autoeficacia en el ámbito interpersonal. Las expectativas de autoeficacia se refieren a la creencia respecto así uno va a ser capaz de enfrentar una determinada situación.

Modelo cognitivo.

Ladd y Mize (1983, citados por Arón y Milicic, 1999) definieron las habilidades sociales como “la habilidad para organizar cogniciones y conductas

en un curso integrado de acción dirigido hacia metas interpersonales o sociales que sean culturalmente aceptadas” (p. 8).

En esta perspectiva, que para un planteamiento social efectivo son necesarias tres cosas: conocer la meta apropiada para la interacción social, conocer las estrategias adecuadas para alcanzar el objetivo social y conocer el contexto en el cual una estrategia específica puede ser propiamente aplicada.

Modelo de percepción social.

Argyle y Kendon (1967, citados por Fernández y Carrobles, 1981) manifestaron que: La habilidad de “leer” el ambiente social, es decir de determinar las normas y convenciones particulares de ese contexto, entender los mensajes abiertos y encubiertos del otro, percibir las emociones e intenciones del o los interlocutores, etc. es lo que se ha denominado percepción social. (p. 7).

Las semejanzas entre la interacción social y las habilidades motrices configuran cada uno de los elementos de este modelo.

- Fase 1: Fines de la actuación hábil. Se trata de conseguir unos objetivos o metas bien definidos.
- Fase 2: Percepción selectiva de las señales.
- Fase 3: Procesos centrales de traducción: Asignación de significado a la información percibida, Generación de alternativas, Selección y planificación de la alternativa más eficaz y menos costosa.
- Fase 4: Respuestas motrices o actuación. Ejecución por parte del sujeto de la alternativa de respuesta considerada como más adecuada.
- Fase 5: Feedback y acción correctiva. La reacción del interlocutor proporciona información social a la persona sobre lo eficaz (o no) de su actuación. En este momento puede darse por terminado el circuito de la interacción o bien iniciarse una nueva acción (vuelta al paso 2).

Factores que intervienen en las habilidades sociales García y Gil (1992) señalaron los factores personales y ambientales más importantes que intervienen en las habilidades sociales:

Factores personales. Capacidades psicofisiológicas y cognitivas. Además de las capacidades sensoriales y motoras que debe poseer el sujeto, también deben tener capacidades cognitivas, entre las que incluyen “las capacidades de procesamiento de la información, de solución de problemas, de evaluación de resultados potenciales, etc.” (p.53).

Información: se trata de conocer los objetivos de los demás interlocutores, así como las reglas implícitas en cada interacción.

Aspectos psicosociales: incluyen características sociodemográficas, características referentes a la pertenencia a determinados grupos sociales y etnias; procesos las reglas implícitas en la situación social. Procesos de carácter motivacional y afectivo: En la motivación que subyace a la participación o no participación del sujeto en una situación social están presentes las metas, las perspectivas de auto-eficacia y de resultados.

Habilidades cognitivas: “se relacionan con la capacidad de darse auto instrucciones (para regular el propio comportamiento) y auto- refuerzos (auto recompensarse por el comportamiento socialmente hábil), habilidades de empatía, previsión de consecuencias, desarrollo de expectativas realistas, etc.” (p. 54).

Procesos psicosociales: Los autores incluyen la auto-presentación, que se hace en forma generalmente no verbal a través del aspecto físico.

Factores situacionales. Estructura de la meta: Objetivos y o necesidades de los sujetos que están en interacción. Los autores señalan que suelen producirse problemas debido a que el sujeto tenga objetivos que no son compatibles con los del otro, o que no los conozca.

Reglas, normas: son propias de cada cultura y según García y Gil (1992) “son convencionalismos aprendidos y aceptados, y su incumplimiento puede provocar sanciones, o la misma ruptura de la relación” (p. 56).

Hay normas que son universales, por ejemplo, no agredir a los demás; como las hay específicas para cada situación, por ejemplo, la relación entre profesor y estudiante.

Roles: “Constituyen los papeles que las personas asumen en las distintas situaciones, y que dependen de la diferenciación de funciones, el control social, etc.” (García y Gil, 1992, p. 56).

Cuando los roles no están claramente definidos suele haber problemas entre las personas que interactúan en una situación.

Secuencias de conducta: “Orden en el que se espera que transcurra cualquier rito social o encuentro” (García y Gil, 1992, p. 56), por ejemplo, cuando se encuentran dos o más personas la conducta adecuada es que comiencen por el saludo.

Conceptos: Se trata de que las personas que interactúan en una situación compartan un vocabulario común.

Repertorio de elementos: “Son los distintos elementos (acciones, palabras o sentimientos) que deben mostrarse en cada situación, y que constituyen los objetivos finales de los entrenamientos en habilidades sociales (la exhibición adecuada de conductas, en función de las demás condiciones)” (García y Gil, 1992, p. 57).

Cultura: Los valores varían entre distintas culturas, y de la misma manera es diferente la valoración que cada cultura de lo que es una conducta socialmente hábil. Cuando una persona se desplaza a contextos culturales diferentes al de origen puede tener problemas, por lo que deberá aprender más habilidades de las que ya posee.

Condicionantes físicos: “Distintos factores ambientales como la iluminación, ruido, temperatura, disposición espacial, etc., pueden igualmente, facilitar o entorpecer el proceso de comunicación” (García y Gil, 1992, p. 57).

Tipología de las habilidades sociales, Muñoz y Crespi (2011) dividieron las habilidades sociales en dos grandes grupos: habilidades racionales y emocionales.

Habilidades racionales. Técnico-funcionales, aquellas habilidades relacionadas con el desempeño o actividad propiamente dicha de una determinada tarea.

Cognitivas, aquellas habilidades relacionadas con nuestra capacidad de pensar. Por ejemplo: la disposición de análisis y de síntesis, de conceptualizar, de atender a las causas y los efectos, de toma de decisiones, etc.

Habilidades emocionales. Intrapersonales, aquellas habilidades o adjetivos íntimos y personales de un individuo. Ejemplos: el compromiso, el optimismo, etc.

Interpersonales, aquellas habilidades de interrelación con otros individuos. Ejemplos: la comunicación, el liderazgo, el trabajo en equipo.

Componentes de las habilidades sociales Según Caballo (2007) “existen tres componentes de las habilidades sociales: componentes conductuales, componentes cognitivos y componentes fisiológicos.”

Componentes conductuales.

Caballo (2007) expuso que los que pertenecen a este rubro son las que están relacionadas con el actuar, y las hay de dos tipos o formas:

Los componentes no verbales, son las que se manifiestan específicamente por medio de acciones visuales no audibles, como expresiones faciales. Entre ellas cabe mencionar: mirada, contacto ocular, (mirada cuando habla el otro, mirada cuando habla el sujeto, mirada durante el silencio); latencia de la respuesta sonrisas, gestos, expresión facial, postura, cambios de postura, distancia /proximidad, expresión corporal, auto- manipulaciones, asentimientos con la cabeza, orientación, movimientos de las piernas, movimientos nerviosos de las manos, apariencia personal.

Los componentes verbales, se refieren a la comunicación que se da por medio de la palabra. Es por medio de la conversación que se logra la transmisión

de información, solución de problemas y el disfrute de relaciones sociales, o sea la interrelación.

Componentes cognitivos.

Caballo (2007) planteó componentes cognitivos importantes para tomar en cuenta en relación a las habilidades sociales: las percepciones sobre los diferentes ambientes: comunicación, formalidad, cálido, privado; y percepciones de restricción, distancia, variables cognitivas del individuo, las competencias cognitivas, las estrategias de codificación y constructos personales, las expectativas personales, los valores subjetivos de los estímulos y los sistemas y planes de autorregulación.

Componentes fisiológicos. Dentro de los componentes fisiológicos estudiados y evaluados por Caballo (2007) están: la tasa cardíaca, la presión sanguínea, el flujo sanguíneo, las respuestas electro-dermales, las respuestas biográficas y la respiración.

Caballo (2007) indicó que el buen empleo de todos los componentes en cada una de las situaciones cotidianas, según las circunstancias permite hacer referencia de personas que son o no socialmente hábiles o asertivas.

Funciones de las habilidades sociales Conocer la definición de las habilidades sociales, facilita formar una idea de para qué sirven. La interacción social es el primer y más observable campo en donde se observa la utilidad de las habilidades sociales, mas no es el único. Monjas (2000, citado en Cabrera, 2013), cita las siguientes funciones que cumplen las habilidades sociales:

- Aprendizaje de la reciprocidad: En la interacción con los pares es relevante la reciprocidad entre lo que se da y se recibe.
- Adopción de roles: Se aprende a asumir el rol que corresponde en la interacción, la empatía, el ponerse en el lugar del otro, etc.
- Control de situaciones: Que se da tanto en la posición de líder como en el seguimiento de instrucciones.

- Comportamientos de cooperación: La interacción en grupo fomenta el aprendizaje de destrezas de colaboración, trabajo en equipo, establecimiento de reglas, expresión de opiniones, etc.
- Apoyo emocional de los iguales: Permite la expresión de afectos, ayuda, apoyo, aumento de valor, alianza, etc.
- Aprendizaje del rol sexual: Se desarrolla el sistema de valores y los criterios morales (p. 14).

Sintetizando se observa que las funciones se expresan en: Aprendizaje para la interacción, comportamientos orientados por cualidades que favorecen la interacción y seguridad personal.

De manera que no sólo favorecen el momento de la relación con los otros, sino que su establecimiento en el repertorio conductual de un individuo, garantiza beneficios a nivel personal y social a corto y largo plazo.

Técnicas para el mejoramiento de las habilidades sociales

Olivos (2010) planteó las siguientes técnicas para el entrenamiento de las habilidades sociales:

Instrucciones: Explicaciones claras y específicas que sirven para dinamizar la participación de los sujetos y para que dirijan su atención a las conductas que deben ejecutar para su reforzamiento.

Modelado: Se trata de observar las conductas adecuadas que ejecutan modelos que son reforzados por ello. Los modelos deben ser competentes en las habilidades a entrenar. Los modelos pueden ser alguno de los entrenadores o miembros del grupo.

También se puede optar por cintas de vídeo. Según Caballo (2005) se ha demostrado que “el modelado es más efectivo cuando los modelos son de edad parecida y del mismo sexo que el observador, y cuando la conducta del modelo se encuentra más próxima al observador, en vez de ser altamente competente o más extrema” (p. 197); tiene la ventaja de mostrar los elementos no verbales y paralingüísticos de una conducta social específica.

Ensayo de conducta: Se trata de practicar las conductas que son entrenadas para evaluarlas y reforzarlas. Los sujetos pueden ensayar estas conductas en situaciones simuladas o reales. Según Caballo (2005) “el sujeto representa escenas que deben ser breves y que simulan situaciones de la vida real” (p. 191) El sujeto debe describir resumidamente la situación en la que tiene problemas en la vida real. “Las preguntas qué, quién, cómo, cuándo y dónde son útiles para enmarcar la escena” (p. 191).

Retroalimentación y moldeado: Se trata de informar al sujeto acerca de su competencia en el desempeño de HHSS durante el ensayo de conducta. La retroalimentación visual el sujeto es retroalimentado a través de filmaciones. Y es verbal cuando el reforzamiento proviene directamente de todos los miembros del grupo. La información es complementada por los expertos del equipo, también por sus pares, lo que facilita la cohesión del grupo, ya que son personas similares al propio sujeto. Es conveniente combinar las dos modalidades.

Proceso de reforzamiento: Consiste en que el sujeto obtenga consecuencias positivas cuando su conducta ha sido adecuada durante los ejercicios. El refuerzo puede darlo el entrenador y los compañeros del entrenamiento, o bien por el propio sujeto (auto-refuerzo). Pueden darse refuerzos en forma continua o intermitente; cuando la conducta a entrenar ya ha sido adquirida conviene aplicar refuerzos intermitentes.

Generalización: Se trata de que las habilidades sociales aprendidas en el entrenamiento puedan ser aplicadas en situaciones distintas, para lo cual es necesario practicar los comportamientos entrenados en el ambiente natural y en diferentes contextos interpersonales.

Auto-observación: Se trata de que el sujeto sea capaz de observar su propia conducta, identificando las situaciones en las que tiene que hacerlo (por ejemplo, algunas de las habilidades que aprendió durante el entrenamiento), tanto lo que pensó, sintió y cómo lo hizo). Para esta auto-observación conviene llevar una hoja de registro (García y Gil, 1992).

Habilidades sociales en el contexto educativo

Las habilidades sociales desempeñan un papel sumamente importante en la educación de los niños y niñas con deficiencias físicas y/o psíquicas o de aquellos que se encuentran en situación de riesgo social, ya que son los más sensibles a tener problemas de integración y/o rechazo en el entorno escolar. Es necesario dotar a estos niños y niñas de las habilidades sociales necesarias para afrontar las dificultades de integración a las que pueden verse enfrentados, no podemos dejar de advertir que hablamos de situaciones creadas, en la mayor parte de los casos, no por la minusvalía o de privación socio-emocional y cultural en sí mismas, sino por su repercusión social, es decir, por el rechazo solapado o abierto de los compañeros a los alumnos que se encuentran en estas circunstancias.

Monjas (2000) consideró que: En el contexto escolar se hace necesario enseñar habilidades sociales de modo directo, intencional y sistemático, el cual permita a los niños superar déficit o problemas de habilidades sociales. Esta necesidad de enseñanza de los aspectos interpersonales en la escuela se torna urgente e imprescindible en grupos de riesgo potencial al experimentar dificultades en sus relaciones con los demás (p. 40).

Existe la necesidad de emplear técnicas participativas o estrategias metodológicas basadas en diferentes actividades para promover el desarrollo de habilidades sociales para la convivencia, la cooperación, solidaridad, entre otras, requiere de la coordinación curricular como institución educativa, para contextualizar y entregar una educación más significativa y de calidad.

Por tanto, las habilidades sociales tienen gran relevancia en el contexto escolar, ya que consideramos que nuestras relaciones interpersonales dependerán de las buenas relaciones que un estudiante tenga consigo mismo y con su interrelación con los demás.

Dimensiones de las habilidades sociales Goldstein, Sprafkin,

Gershaw y Klein (2002), plantearon seis dimensiones de las habilidades sociales:

- Primeras habilidades sociales,
- habilidades sociales avanzadas,
- habilidades relacionadas con los sentimientos,
- habilidades alternativas a la agresión,
- habilidades para hacer frente al estrés y
- habilidades para la planificación.

Dimensión 1: Primeras habilidades sociales

Existen según Goldstein et al. (2002), unas habilidades sociales básicas y otras más complejas. Sin las primeras no se puede aprender y desarrollar las segundas. Cada situación requerirá mostrar unas habilidades u otras, dependiendo de las características de la situación y de la dificultad de la misma. Para empezar a aprender estas habilidades se tiene que conocer primero las técnicas básicas de la comunicación eficaz y luego incorporar esas conductas socialmente deseables que son las habilidades sociales.

“El primer grupo de competencias son los primeros hábitos. Se adquieren y se aprenden desde los primeros años de vida. Se refuerzan en el nivel pre-escolar y durante la escolaridad primaria. Son necesarias para lograr un nivel mínimo de adaptación a la sociedad.

El desarrollo de estas habilidades le permitirá al niño y la niña establecer relaciones satisfactorias con los demás, desenvolverse bien y con seguridad en la vida diaria. Están presentes en el momento de averiguar, comprar, vender o rendir un examen. La capacidad de comunicarse, opinar, esperar, escuchar y escucharse, presentarse, saber agradecer, persuadir, exponer ideas y formular las preguntas adecuadas para conseguir información son habilidades sociales básicas” (Pacheco, 2009, p. 35).

Estas habilidades requieren claridad a la hora de comunicarse: fluidez, entonación, cambios en el volumen de voz y contacto ocular; también una expresión facial acorde y el uso de gestos apropiados que sirvan para acentuar el mensaje. Éste es el primer paso para llegar a la meta de todo profesional: insertarse en el mundo laboral y triunfar en él.

Dimensión 2: Habilidades sociales avanzadas

Dentro de este grupo, para Goldstein et al. (2002) se encuentran habilidades como: Pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse, convencer a los demás.

Cada situación requiere manejar unas habilidades u otras, dependiendo de las características y de la dificultad de la misma. Si bien, las habilidades sociales básicas son fundamentales para aprender y desarrollar las habilidades sociales avanzadas. Es importante destacar por otro lado, que antes de aprender conductas socialmente habilidosas es necesario conocer las técnicas básicas de comunicación eficaz. No obstante, hay personas que tienen más atractivo social y facilidad para adquirir este tipo de habilidades.

Comunicarse del modo adecuado en el momento oportuno es un aprendizaje que lleva toda la vida, pero el pleno desarrollo de estas habilidades brindará sensación de seguridad y de establecimiento de relaciones cordiales.

Dimensión 3: Habilidades relacionadas con los sentimientos

Goldstein et al. (2002), plantearon que en este grupo se encuentran: conocer los propios sentimientos, expresarlos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo y autorecompensarse.

Siguiendo a Goldstein et al. (2002) la habilidad para entender las necesidades y los sentimientos de los demás, consiste en ponerse en el lugar del otro y responder con acierto a sus necesidades emocionales. Por ende, el desarrollo de estas habilidades le permitirá al niño y a la niña encarar cualquier tipo de tarea o trabajo cuando tenga que interactuar en grupos, influir en las personas, y en los sistemas, e inspirar confianza en los demás.

Las habilidades relacionadas con los sentimientos implican intercambiar ideas con otras personas, dirigir, organizar, relacionarse con empatía. En efecto, conocer las emociones será imprescindible para que el niño y la niña de la primera etapa de educación básica lleven una vida satisfactoria. Las emociones básicas son el placer, el dolor, el amor, la tristeza, el odio, la ira, el miedo y la culpa. Estas habilidades están relacionadas con la inteligencia intrapersonal (Pacheco, 2009, p. 39).

Por lo tanto, darse cuenta de lo que le pasa al individuo es muy importante; sin un adecuado desarrollo se puede fracasar sin tener conciencia de las razones que llevan a esa situación. Mirarse y reconocerse por dentro es necesario para que las situaciones del exterior se constituyan siempre en una oportunidad para los objetivos y los demás sepan con quién están y lo que pueden ofrecer.

Dimensión 4: Habilidades alternativas a la agresión

Goldstein et al. (2002) señaló que incluye habilidades como: Pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, emplear el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás, no entrar en peleas.

Martínez y Sanz (2003) manifestaron que la adquisición de estas habilidades les facilitará al niño y la niña la convivencia con los demás. Supone el establecimiento de vínculos y formas de participación en los grupos a los que pertenece. Además, le permiten desarrollar relaciones de intercambio y afecto, canalizar emociones y resolver problemas desde una actitud pacífica, a través de la palabra y el autocontrol.

Según Goldstein et al. (2002), permitió aprender a enfrentar conflictos interpersonales, armonizando sus derechos con los de los demás, en busca del bien común. Una vez que el niño y la niña aprendan a detectar sus emociones hostiles podrán manejarlas, reflexionar antes de actuar, plantearse alternativas y analizar las consecuencias de cada una de ellas. También a elegir la manera de actuar, reflexionar acerca de las consecuencias positivas de sus actos, permitirle equivocarse y anticiparse a los hechos.

Roca (2003) sostuvo que quien tiene estas habilidades adecuadamente desarrolladas es capaz de encarar las adversidades y los fracasos, promover un clima de estudio o trabajo agradable y lograr un mayor rendimiento. De igual forma, se puede decir que es capaz de responder a los obstáculos y amenazas controlando sus reacciones. Cuando se adquieran estas cualidades el niño y la niña de la primera etapa de educación básica logrará confianza en su propia capacidad: estará preparado para enfrentar el mundo adulto con éxito.

Dimensión 5: Habilidades para hacer frente al estrés

El control de las emociones le posibilitará al individuo mayor tolerancia ante las frustraciones y el control del enojo. Por lo tanto, según Goldstein et al. (2002) le permitirá manejar mejor el estrés. Tener desarrolladas estas habilidades ayudará a evitar la ansiedad en situaciones difíciles o cambiantes, potenciar su capacidad para resolver problemas, rendir con mayor eficacia y mejorar tu autoestima.

Dentro de este marco, Powel (2005) señaló que desarrollar estas habilidades implicará decir las palabras adecuadas en el momento oportuno, sin agresividad, con tono y volumen adecuado especialmente cuando la situación es tensa y complicada. En efecto, quienes presentan una queja sin ofender y son capaces de recibirla, sabiendo aceptar la parte de razón que tiene el otro también la poseen.

En ese sentido, Goldstein et al. (2002) planteó que las habilidades sociales para hacer frente al estrés comprenden: Formular una queja, responder a ésta, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando se es dejado de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentar a mensajes contradictorios, responder a una acusación prepararse para una conversación difícil y hacer frente a presiones del grupo. (p. 112).

Por lo que es necesario contar con grupos de apoyo que sirvan como contención afectiva (amigos, familia). Estas habilidades ayudarán a mantener una madurez afectiva que le permitirá responder con éxito a las presiones y tomar distancia para resolver dificultades, sin perder la paz.

Dimensión 6: Habilidades para la planificación

Se sustentan en la participación crítica y creativa, en la toma de decisiones, en la perseverancia, el sentido de la organización y la disposición para el diálogo. Disponer de estas habilidades es imprescindible, por cuanto, Powel (2005) afirmó que al individuo le permitirán organizar el tiempo, proyectarse, adoptar perspectivas múltiples, tomar decisiones y desempeñar tareas en equipo. Además, le ayudarán a organizar adecuadamente la información y las experiencias personales para plantearse un objetivo, trazar un plan para alcanzarlo y tomar las decisiones oportunas que le conduzcan hacia él.

Según Picard (2002) estas habilidades requieren de aplicación de conocimientos en el manejo de personal, recursos económicos y financieros, mercadotecnia, estadística, control de calidad y planeamiento estratégico en organismos y empresas públicas o privadas. De igual forma, Goldstein et al. (2002) afirmaron que el desarrollo de estas habilidades sociales de planificación implica tomar decisiones, discernir sobre la causa de un problema, establecer una meta, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia y finalmente, concentrarse en una tarea. Con lo cual hace referencia, al desarrollo de capacidades necesarias para el éxito no solo a nivel personal, sino también profesional.

2.3. Definición de términos básicos

La canalización del cambio: Es la capacidad para iniciar o dirigir los cambios. Las personas dotadas de estas competencias: reconocen la necesidad de cambiar y de eliminar fronteras, desafían lo establecido, promueven el cambio y consiguen involucrar a otros en ese cambio y modelan el cambio de los demás (Goldstein, A. Sprafkin, R. Gershaw, P. Klein, P. 2000)

Conciencia: conocimiento del ser humano posee sobre sí mismo, sobre su existencia y su relación con el mundo (Goleman, D. 1995).

Empatía: Es la capacidad de una persona de vivenciar la manera en que siente otra persona y de compartir sus sentimientos, lo cual puede llevar a una mejor comprensión de su comportamiento o de su forma de tomar decisiones.

Emoción: Es cualquier agitación y trastorno de la mente, el sentimiento, la pasión; cualquier estado mental vehemente o excitado (Goleman 1998).

Equilibrio: el equilibrio se refiere a la armonía entre cosas diversas, la medida, la ecuanimidad, la sensatez en los juicios y los actos de contemporización (Olweus D. 1998).

Habilidad: Capacidad de una persona para hacer una actividad correctamente y con facilidad. (Caballo, V. 2002).

Habilidades Sociales: Son un conjunto de habilidades y capacidades variadas como específicas para el contacto interpersonal y la situación de problemas de índole interpersonal, así como socioemocional (Goldstein, 1980)

Inteligencia emocional: Son capacidades personales, emocionales y sociales, y de habilidad y de talento que contribuye en nuestro ingenio para ajustarnos y confrontar las exigencias y dificultades de nuestro entorno. Esta capacidad se asienta en la facultad de la persona de ser consciente, entender, vigilar y manifestar sus emociones de forma oportuna. (Bar-On 1997 citado por Ugarriza 2006)

La resolución de conflictos: Es la capacidad de negociar y de resolver conflictos. Las personas dotadas de estas competencias: manejan a las personas difíciles y a las situaciones tensas con diplomacia y tacto, reconocen los posibles conflictos, sacan a la luz los desacuerdos y fomentan la disminución de las tensiones y, buscan el modo de llegar a soluciones que satisfagan plenamente a todos los implicados. (Goldstein, A. Sprafkin, R. Gershaw, P. Klein, P. 2002)

III. MARCO METODOLÓGICO

3.1. Hipótesis de la investigación

3.1.1. Hipótesis general.

- Existe relación entre la inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019

3.1.2. Hipótesis específicas.

HE 01 Existe relación entre la dimensión intrapersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019.

HE 02 Existe relación entre la dimensión interpersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019

- Existe relación entre la existe relación entre la dimensión adaptabilidad y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019.
- Existe relación entre la dimensión manejo de estrés y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019.
- Existe relación entre la dimensión estado de ánimo general y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019.

3.2. Variables de estudio

3.2.1. Definición conceptual.

Inteligencia emocional

Para la presente investigación se considera a la inteligencia emocional como el conjunto de habilidades personales e interpersonales que influyen en la capacidad general de todo individuo para afrontar las demandas y presiones del medio ambiente, influyendo en el bienestar general y tener éxito en la vida; comprende las dimensiones: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés, estado de ánimo general e impresión positiva. Ugarriza, (2003).

Habilidades sociales

Según Goldstein, (1989), las habilidades sociales, son “un conjunto de habilidades y capacidades variadas como específicas para el contacto interpersonal y la situación de problemas de índole interpersonal, así como socioemocional desde actividades de carácter básico hacia otras de características avanzadas e instrumentales (p.4).

3.2.2. Definición operacional.

Inteligencia emocional

En la ejecución de la investigación a realizar la variable Inteligencia emocional, se conoció esta definición con la aplicación del Inventario de Inteligencia Emocional – ICE de Bar-On, adaptado por Ugarriza Chávez y Pajares Del Águila (2002), instrumento que midió las dimensiones intrapersonales, interpersonal, el manejo del estrés, de adaptabilidad y el componente estado de ánimo general.

Habilidades sociales

Habiendo considerado en el estudio a las habilidades sociales como el conjunto de conductas aprendidas en la infancia, cambiadas, reforzadas, potenciadas en la adolescencia, que permiten a toda persona tener relaciones positivas con sus pares y facilitar la comunicación emocional y la solución de

problemas. Para conocer la definición operacional se obtuvo aplicando la Escala de Evaluación de Habilidades Sociales de Arnold P. Goldstein, a la muestra de estudio, luego se aplicó el coeficiente de relación de Rho Spearman y en los resultados se encontró la asociación de las variables de estudio.

Matriz de operacionalización de inteligencia emocional

Matriz de operacionalización de la variable inteligencia emocional

Variable	Dimensiones	Indicadores	Número de Ítems	Escala de medición
Inteligencia emocional. (C.E.)	1. Intrapersonal (CI)	- Comprensión de sí mismo. - Asertividad - Autoconcepto - Autorrealización - Independencia	7, 17, 31 y 43	Escala de intervalos
	2. Interpersonal (CIE)	- Empatía - Relaciones interpersonales - Responsabilidad social	2, 5, 10, 14, 24, 36, 45, 55 y 59	
	3. Adaptabilidad (CAD)	- Solución de problemas - Prueba de realidad - Flexibilidad	12,16,22,25,30,34,38,44,48 y 57	
	4- Manejo de estrés (CME)	- Manejo del estrés - Control de impulsos	3,6,11,15,21,26,35,39,46,49,54 y 58	
	5. Estado de ánimo general (CAG)	- Felicidad - Optimismo	1,3,9,13,19,20,23,29,32,37,40,41,47,47,50,51,56 y 60	
	Impresión positiva o negativa	- Conducta impresionante.	8,18,27,28,33,42,51 y 52	

Matriz de Operacionalización de la variable de habilidades sociales

Variable	Dimensiones	Indicadores	Instrumento
Habilidades Sociales	Primeras habilidades sociales	Escuchar, conversador	Escala de Chequeo de Habilidades Sociales: Arnold P. Goldstein,
		Preguntar, dar gracias	
		Presentarse	
		Presentar a otras personas	
		Hacer un cumplido	
	Habilidades sociales avanzadas	Pedir ayuda. Participar	
		Dar/Seguir instrucciones	
		Disculparse y convencer a los demás	
	Habilidades para manejar sentimientos	Conocer/expresar sentimientos propios.	
		Comprender sentimientos de los demás.	
		Enfrentar al enfado de otro	
		Autorrecompensarse	
		Resolver el miedo	
	Habilidades alternativas de la agresión	Pedir permiso. Autocontrol	
		Compartir algo	
		Ayudar a otros. Negociar	
		No entrar en peleas	
	Habilidades para el manejo de estrés	Evitar problemas con otros.	
		Formular/responder queja.	
		Resolver vergüenza.	
		Defender a un amigo	
	Habilidades de planificación	Persuasión, Respuesta a fracaso. Respuesta a acusación. Respuesta a presión de grupo.	
		Tomar decisión. Tener objetivos	
		Discernimiento.	
		Recoger información.	
		Priorizar problemas	
Tomar iniciativa			
Concentrarse en tareas			
Determinar habilidades			

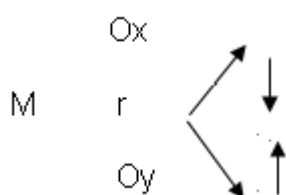
3.3. Tipo y nivel de la investigación

La investigación realizada fue de tipo básica o pura, porque tuvo como propósito recoger información de la realidad tal y como se presenta para enriquecer el conocimiento científico, orientándonos al descubrimiento de principios y leyes generales que permitieron organizar la teoría científica.

Este estudio reunió las condiciones de un nivel de investigación descriptiva correlacional, los que según Hernández, Fernández y Baptista (2010) están referidas a:

La descriptiva se describió la realidad de situaciones, eventos, personas, grupos o comunidades que se han abordado y que se pretendieron analizar. En este tipo de investigación la cuestión no va mucho más allá del nivel descriptivo, ya que consistió en plantear lo más relevante de un hecho o situación concreta. Asimismo, se examinó las características del tema a investigar definido y se confirmó las hipótesis, se seleccionó la técnica para la recolección de datos y las fuentes a consultar.

Es correlacional porque en el estudio realizado busco determinar el grado de relación entre las variables: Inteligencia emocional y habilidades sociales se representa con el siguiente gráfico:



Dónde:

M = La muestra en la que se realiza el estudio

Ox = Observación de la variable: Inteligencia emocional

Oy = Observación de la variable: Habilidades sociales

r = Relación entre variables.

3.4. Diseño de la investigación

Esta investigación es de diseño no experimental-transversal, los mismos que Hernández, Fernández y Baptista (2010) define que:

Es no experimental porque de acuerdo a este tipo de investigación no cuenta con un grupo de experimental dentro de la muestra policial, no existe una variable independiente a la cual se va manipular; y todo el estudio se realiza sin la manipulación deliberada de las variables y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos.

Es transversal porque: “Se recolectaron datos en un solo momento y tiempo único donde su propósito es describir las variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento”.

3.5. Población y muestra de estudio

3.5.1. Población.

Para Hernández et al. (2014) “La población o universo es el conjunto de todos los elementos que presentan una característica en común, observados en un lugar y en un momento determinado donde se desarrollará la investigación” (p. 174), en el caso de la presente investigación estuvo constituida por 120 estudiantes.

3.5.2. Muestra.

“La muestra es un subgrupo de la población, es decir, un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población” (Hernández et al., 2014, p. 175), en nuestro caso estuvo conformada por 120 estudiantes de la referida Institución Educativa Superior.

3.5.3. Muestreo.

Para la presente investigación se consideró el tipo de muestreo no probabilístico de forma censal constituida por toda la población, este tipo de método se utiliza cuando es necesario saber las opiniones de todos los participantes o cuando se cuenta con una base de datos de fácil acceso. (Kerlinger, F. 2002).

Tabla de datos socio demográficos

Tabla 1.
Características de la muestra en estudio

	N	%
Sexo		
Masculino	27	26.5%
Femenino	75	73.5%
Edad		
16 años	27	26.5%
17 años	27	26.5%
18 años	48	47.1%

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.6.1. Técnicas de recolección de datos.

Las técnicas que se utilizaron en el presente estudio científico fueron:

- La observación.
- La entrevista
- Psicométricas

3.6.2. Instrumentos de recolección de datos.

Para la investigación a realizar se utilizaron:

- El Inventario de Coeficiente Emocional ICE - BAR – ON cuyas propiedades psicométricas fueron adaptadas en nuestro medio.
- La Escala de Habilidades Sociales de Goldstein, elaborada y estandarizada sus propiedades psicométricas a nuestro medio.

FICHA TÉCNICA DE INVENTARIO DE COEFICIENTE EMOCIONAL ICE- BAR – ON

Ficha técnica

- Nombre:** Cuestionario de inteligencia emocional
- Autor:** Bar On (1997)
- Adaptación:** Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares. (2003).
- Administración:** Individual y grupal
- Duración:** Sin límite de tiempo (Forma completa: 20 a 30 minutos aprox. y abreviada de 10 a 15 minutos).
- Aplicación:** Niños y adolescentes entre 7 y 18 años
- Significación:** Evalúa el nivel de inteligencia emocional
- Tipificación:** Baremos peruanos
- Usos:** Educativo, clínico, jurídico, médico y en investigación.
son usuarios potenciales aquellos profesionales que se desempeñan como psicólogos, psiquiatras, médicos, trabajadores sociales, consejeros, tutores y orientadores vocacionales.
- Descripción:** El instrumento consta de 4 ítems al cual el sujeto responde en una escala de 5 niveles:
1. Nunca
 2. Pocas veces
 3. Algunas veces
 4. Muchas veces
 5. Siempre

Consta de 5 dimensiones:

Intrapersonal (15 ítems).

Interpersonal (9 ítems).

Adaptabilidad (9 ítems).

Manejo del estrés (6 ítems).

Estado de ánimo (6 ítems)

Características: El Bar-On ICE: NA es un inventario que integra conocimientos teóricos, fundamentos empíricos y una fina sofisticación de las técnicas psicométricas. El instrumento es confiable, válido y ofrece al usuario un número importante de características que incluyen:

Una muestra normativa amplia (N: 3 374).

Normas específicas de sexo y edad (4 diferentes grupos de edades).

Escalas multidimensionales que evalúan las características centrales de la inteligencia emocional. Una escala de impresión positiva para identificar a los que intentan crear una imagen exageradamente favorable de sí misma.

Un factor de corrección que permite al usuario un ajuste de las respuestas positivas que tienden a dar a los niños muy pequeños.

Un índice de inconsistencia que está diseñado para detectar el estilo de respuesta discrepante.

Pautas para la administración, calificación y obtención de un perfil de resultados computarizados.

Alta confiabilidad y validez.

Usos del Bar-On ICE: NA

El Bar-On ICE: NA mide diversas habilidades y competencias que constituyen las características centrales de la inteligencia emocional. Puede ser como un instrumento rutinario de exploración en diversos ambientes tales como escuelas, clínicas, centros de atención juvenil y consultorios particulares.

METODOLOGÍA:

Las técnicas que se utilizaron para el análisis fueron, principalmente:

- Entrevistas de asesoramiento a mandos y responsables de personal preocupados por la incidencia del estrés entre las personas a su cargo.

- Entrevistas de orientación a colectivos con indicadores de inteligencia emocional; se proporciona a los afectados sugerencias e indicaciones para elevar el desarrollo de competencias emocionales.
- Cuestionarios para detectar el nivel de inteligencia emocional existente, las fuentes u orígenes de los estresores y los recursos o mecanismos de que se dispone para disminuir y controlar el estrés.
- Otras técnicas: Junto con las entrevistas, cuestionarios y/o reuniones (a partir de lo cual será posible elaborar un diagnóstico y hacer un tratamiento actuando sobre los estresores), es posible recomendar otras técnicas, cuya aplicación sale del entorno laboral, tales como prácticas de terapia cognitivas o de relajación corporal.

Procedimiento de ejecución para la recolección de datos

Para el proceso de la presente investigación la muestra de estudio se seleccionó a través del muestreo no probabilístico intencional.

Se procedió a recolectar los datos con la aplicación de los instrumentos del Inventario de Coeficiente Emocional y la Escala de Habilidades sociales de Goldstein, para lo cual se les explicó a las personas de la muestra las instrucciones que deben tener en cuenta y deben seguir para resolver las pruebas correctamente. Se diseñará un solo cuadernillo con las pruebas de investigación, de modo que los evaluados marcaran directamente sus respuestas en una sola sesión y en un tiempo promedio de 45 minutos.

Las pruebas se aplicarán de manera grupal y/o individual a quienes voluntariamente aceptaron colaborar con la investigación. Se resaltaré la confidencialidad respecto los datos que se recogerán con los instrumentos consignados por los participantes para contrarrestar el falseamiento de respuestas. Luego, se realizará el análisis preliminar de los datos ausentes y atípicos existentes, detectados en las pruebas aplicadas, invalidando aquellas en las que había errores.

Instrumento para medir habilidades sociales

Ficha técnica:

Nombre : Lista de Chequeo de Habilidades Sociales

Autor : Arnold P. Goldstein, New York

Año : 1978

Adaptador : Ambrosio Tomás (1994-1995)

Lugar : España

Objetivo: Determinar la deficiencia de las habilidades sociales en los estudiantes del VII ciclo de la I.E. 7066 Andrés Avelino Cáceres- Chorrillos

Administración: Individual y/o colectiva.

Duración: 20 minutos aproximadamente.

Contenido: Se elaboró un cuestionario de escala ordinal con un total de 50 ítems, las cuales evalúa las habilidades sociales y distribuidas en seis dimensiones: Dimensión I: Primeras habilidades sociales; dimensión II: Habilidades sociales avanzadas; dimensión III: Habilidades relacionadas con los sentimientos; dimensión IV: Habilidades alternativas a la agresión; dimensión V: Habilidades para hacer frente al estrés; dimensión VI: Habilidades de planificación.

La valoración: Es un proceso simple y directo, la medición lo hace el estudiante de acuerdo a su competencia o carencia cuando usa sus habilidades sociales, presente en el cuestionario. El puntaje máximo a obtener en un ítem es 5 y el valor mínimo es 1. De esta manera se pudo obtener el nivel de desarrollo de la habilidad específica del estudiante tanto en lo individual y en grupo.

Puntaje total del cuestionario: Que varía en función al número de ítems que responde el estudiante en cada valor de 1 a 5, como mínimo es 50 y como máximo 250 puntos.

La escala y el índice respectivo para este instrumento son como sigue:

- (1) Nunca usa esta habilidad
- (2) Rara vez usa esta habilidad
- (3) A veces usa esta habilidad
- (4) A menudo usa esta habilidad
- (5) Siempre usa esta habilidad

Validación y confiabilidad del instrumento

Confiabilidad del instrumento

La confiabilidad del presente cuestionario se realizó con apoyo de la prueba coeficiente Alfa de Cronbach, para considerar la seguridad interna del instrumento se administró una prueba piloto a 30 estudiantes, cuyas particularidades eran similares a la población examinada. Obtenido los puntajes totales se calculó la confiabilidad Inter-elementos del cuestionario.

Confiabilidad de la variable habilidades sociales

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach = ,884 N° de elementos = 50

El cuestionario de habilidades sociales **presentó una confiabilidad de 0,884 entonces muestra una confiabilidad muy alta.**

3.7. Métodos de análisis de datos

Los resultados obtenidos de la aplicación de los instrumentos de medición personal fueron analizados mediante el siguiente proceso:

- Se creó una base de datos con las respuestas a ambos instrumentos de medición.
- Con la información de la base de datos se aplicó el paquete estadístico SPSS versión 23 para Windows, con la aplicación de la estadística descriptiva.

- Se estimó las características psicométricas de los instrumentos, para lo cual se verificó la fiabilidad, validez y adaptación del instrumento en la población de estudio.
- Los resultados obtenidos de la aplicación de los instrumentos de recolección de datos fueron analizados con la estadística descriptiva, fundamentalmente se utilizó las medidas de tendencia central, distribución de frecuencias y porcentajes en tablas y gráficos. Esto permitió conocer y entender la forma cómo se han comportado los datos en cada variable.
- Asimismo, se aplicó una prueba de bondad de ajuste que precisó si cada uno de los datos siguen o no la curva de distribución normal. Se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov K-S, la cual determinó el uso de pruebas no paramétricas.
- Se calculó las diferencias significativas para las variables de estudio Inteligencia emocional y habilidades sociales, según las variables de control: sexo, edad y año de estudio.
- Se probó las hipótesis de correlación: Para el caso de una correlación entre dos variables se utilizó la correlación “r” de Pearson.

3.8. Aspectos éticos

Para el estudio realizado se ha tenido presente los principios establecidos en el manual del Código de Ética y Deontología Profesional del Psicólogo Peruano, como la responsabilidad, las normas legales y morales, los principios de confidencialidad. Se observó las recomendaciones consideradas en el Capítulo XI del referido código, donde establecen los parámetros de la actividad de investigación, resaltando el salvaguardar los derechos humanos de los participantes de la muestra de estudio, las prácticas éticas, axiológicas y deontológicas de toda investigación que deben observar.

Se cumplió con informar a los participantes de la investigación, dando a conocer las características de la investigación, la obligación que tiene el investigador de proteger el bienestar y dignidad de todos participantes. Se respetó la libertad de la persona para declinar su participación, así como las promesas y compromisos de los acuerdos. Se protegió la información en el curso de la investigación por ser de

carácter confidencial, que asimismo están establecidos por las normas de investigación científica de la Asociación de Psicología Americana.

Los principios éticos están establecidos para todos los psicólogos en sus Funciones Específicas detallados en la Ley N° 28369, del 28 de octubre del 2004, Capítulo II del Trabajo del Psicólogo Artículo (e) que refiere que son funciones específicas del psicólogo realizar investigación psicológica de la problemática social existente, que permita plantear alternativas basadas en la especialidad. Así como también están bien en el Decreto Supremo N° 007-2017-S.A, del 01 de agosto del 2007, donde establece la ejecución de investigación científica.

También se ha tenido en cuenta en todo el proceso de la investigación el Código de Ética de Investigación de la Universidad Privada TELESUP, en cuyo Artículo 2° considera el sentido del Código de Ética para la Investigación, donde se establece la necesidad de resguardar la conducta personal y colectiva institucional para la búsqueda de la verdad, integridad, la honra y la dignidad, implica el compromiso ético asumido, tanto por la adopción de los valores institucionales como por lo establecido por el presente código. Para que el comportamiento del investigador armonice con los valores institucionales en el cumplimiento de sus funciones y/o actividades investigativas.

Siendo indispensable el respeto por los Derechos y la Dignidad de las Personas, asumiendo un compromiso profesional y científico, demostrando Integridad, responsabilidad social, confidencialidad, respetando en todo momento las políticas de antiplagio y el respeto a la autoría y propiedad intelectual se consideró lo especificado en el Código de Ética de Investigación de la Universidad Privada TELESUP, 2019.

IV. RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo

4.1.1. Análisis descriptivo de la inteligencia emocional.

Se aprecia en la tabla 1 que el 83.3% de los estudiantes presentan un nivel alto de inteligencia emocional, mientras que el 16.7% presentan un nivel moderado. También se aprecia que el 53.9% de estudiantes tienen un nivel moderado de inteligencia intrapersonal al igual que el 65.7% en la dimensión interpersonal. En adaptabilidad la mayoría de los estudiantes (64.7%) presentan un nivel alto y en manejo del estrés la mayoría presentan un nivel moderado (66.7%).

Tabla 2

Nivel de inteligencia emocional en estudiantes universitarios

	Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	n	%
Inteligencia emocional	0	0.0%	17	16.7%	85	83.3%
Intrapersonal	14	13.7%	55	53.9%	33	32.4%
Interpersonal	11	10.8%	67	65.7%	24	23.5%
Adaptabilidad	0	0.0%	36	35.3%	66	64.7%
Manejo del estrés	26	25.5%	68	66.7%	8	7.8%

4.1.2. Nivel de inteligencia emocional según datos sociodemográficos.

a. Nivel de inteligencia emocional según sexo

La tabla 2 permite apreciar que el 88.9% de los varones presentan un nivel alto de inteligencia emocional al igual que las mujeres, donde el 81.3%

presentan un nivel alto. Respecto a las dimensiones de la inteligencia emocional, el 51.9% de los varones y el 54.7% de mujeres presentan un nivel moderado de inteligencia intrapersonal. También se aprecia que el 40.7% de varones presentan un nivel alto de inteligencia interpersonal, en cambio solo el 17.3% de las mujeres presentan un nivel en este componente. En adaptabilidad el 63.0% de varones se ubican en un nivel moderado, mientras que el 74.7% de mujeres presentan un nivel alto en esta área. Además, la mayoría de varones (63.0%) y mujeres (68.0%) presentan un nivel moderado de manejo de estrés.

Tabla 3

Nivel de inteligencia emocional según sexo de los adolescentes

	Masculino			Femenino		
	Bajo	Moderado	Alto	Bajo	Moderado	Alto
Inteligencia emocional						
N	0	3	24	0	14	61
%	0.0%	11.1%	88.9%	0.0%	18.7%	81.3%
Inteligencia intrapersonal						
N	2	14	11	12	41	22
%	7.4%	51.9%	40.7%	16.0%	54.7%	29.3%
Inteligencia interpersonal						
N	3	13	11	8	54	13
%	11.1%	48.1%	40.7%	10.7%	72.0%	17.3%
Adaptabilidad						
N	0	17	10	0	19	56
%	0.0%	63.0%	37.0%	0.0%	25.3%	74.7%
Manejo del estrés						
N	7	17	3	19	51	5
%	25.9%	63.0%	11.1%	25.3%	68.0%	6.7%

b. Nivel de inteligencia emocional según edad

Se aprecia en la tabla 3 que la mayoría de participantes de 16 años (77.8%), 17 años (77.8%) y 18 años (89.0%) presentan un nivel alto de inteligencia emocional. Además, se aprecia que solo el 18.5% de estudiantes de 16 años tienen un nivel bajo de inteligencia intrapersonal a diferencia del grupo etario de 17 años (63.0%) y 18 años (56.3%) que presentan un nivel moderado en la misma dimensión. También se aprecia que la mayoría de los estudiantes de 16 años (55.6%), 17 años (63.0%) y 18 años (72.9%) presentan un nivel moderado de inteligencia interpersonal. En adaptabilidad la mayoría de los participantes (16, 17 y 18 años) tienen un nivel alto de adaptabilidad. Finalmente se aprecia que el 63.0% de los participantes de 16 años tienen un nivel moderado de manejo de estrés, de manera similar ocurre con el grupo de 17 años (74.1%) y 18 años (64.6%).

Tabla 4

Nivel de inteligencia emocional según edad de los adolescentes

	16 años			17 años			18 años		
	Bajo	Moderado	Alto	Bajo	Moderado	Alto	Bajo	Moderado	Alto
Inteligencia emocional									
N	0	6	21	0	6	21	0	5	43
%	0.0%	22.2%	77.8%	0.0%	22.2%	77.8%	0.0%	10.4%	89.0%
Inteligencia intrapersonal									
N	5	11	11	2	17	8	7	27	14
%	18.5%	40.7%	40.7%	7.4%	63.0%	29.6%	14.6%	56.3%	29.2%
Inteligencia interpersonal									
N	5	15	7	2	17	8	4	35	9
%	18.5%	55.6%	25.9%	7.4%	63.0%	29.6%	8.3%	72.9%	18.8%
Adaptabilidad									
N	0	7	20	0	17	10	0	12	36
%	0.0%	25.9%	74.1%	0.0%	63.0%	37.0%	0.0%	25.0%	75.0%
Manejo del estrés									
N	8	17	2	7	20	0	11	31	8
%	29.6%	63.0%	7.4%	25.9%	74.1%	0.0%	22.9%	64.6%	7.8%

4.1.3. Análisis descriptivo de las habilidades sociales.

Se aprecia en la tabla 4 que el 56.9% de los participantes presentan un excelente nivel de desarrollo de habilidades sociales y el 43.1% tienen un nivel adecuado de desarrollo en esta área. Respecto a sus dimensiones, se aprecia que la mayoría de los participantes (66.7%) presentan un excelente nivel en el desarrollo de las primeras habilidades (básicas). También se observa que el 65.7% presentan un adecuado nivel de desarrollo en las habilidades sociales avanzadas al igual que en habilidades relacionadas a los sentimientos (65.7%). En habilidades alternativas el 61.8% presentan un excelente nivel de desarrollo, dato similar se aprecia en habilidades para enfrentar el estrés (60.8%). Finalmente, en habilidades de planificación el 52.9% de los participantes presentan un adecuado nivel de desarrollo.

Tabla 5

Nivel de habilidades sociales en estudiantes universitarios

	Bajo		Adecuado		Excelente	
	n	%	n	%	n	%
Habilidades sociales	0	0.0%	44	43.1%	58	56.9%
Primeras habilidades sociales	2	2.0%	32	31.4%	68	66.7%
Habilidades sociales avanzadas	5	4.9%	67	65.7%	30	29.4%
Relacionado con los sentimientos	2	2.0%	67	65.7%	33	32.4%
Habilidades alternativas	3	2.9%	36	35.3%	63	61.8%
Enfrentar el estrés	2	2.0%	38	37.3%	62	60.8%
Habilidades de planificación	10	9.8%	54	52.9%	38	37.3%

4.1.4. Nivel de habilidades sociales según datos sociodemográficos.

Nivel de habilidades sociales según sexo

Se observa en la tabla 5 que el 66.7% de los varones presentan un nivel moderado de habilidades sociales a diferencia del 65.3% de mujeres que se ubican en un nivel alto en la misma área. Respecto a sus componentes, la mayoría de los adolescentes de ambos grupos presentan un excelente nivel de desarrollo de las primeras habilidades sociales (básicas) y en habilidades alternativas. También se aprecia que el 92.6% de varones y el 56.0% de mujeres

presentan un nivel adecuado en habilidades sociales avanzadas al igual que en habilidades relacionados a los sentimientos (el 66.7% de varones y el 65.3% de mujeres), de manera similar ocurre en el componente de habilidades de planificación, el 59.3% de los varones y 50.7% de las mujeres se ubican en un nivel adecuado. Además, se aprecia que en habilidad para enfrentar el estrés 51.9% de los varones se ubican en un nivel adecuado a diferencia del 65.3% de las mujeres que presentan un nivel alto.

Tabla 6

Nivel de habilidades sociales según sexo de estudiantes universitarios

	Masculino			Femenino		
	Bajo	Adecuado	Excelente	Bajo	Adecuado	Excelente
Habilidades sociales						
N	0	18	9	0	26	49
%	0.0%	66.7%	33.3%	0.0%	34.7%	65.3%
Primeras habilidades sociales						
N	1	10	16	1	22	52
%	3.7%	37.0%	59.3%	1.3%	29.3%	69.3%
Habilidades sociales avanzadas						
N	0	25	2	5	42	28
%	0.0%	92.6%	7.4%	6.7%	56.0%	37.3%
Relacionado con los sentimientos						
N	1	18	8	1	49	25
%	3.7%	66.7%	29.6%	1.3%	65.3%	33.3%
Habilidades alternativas						
N	0	13	14	3	23	49
%	0.0%	48.1%	51.9%	4.0%	30.7%	65.3%
Enfrentar el estrés						
N	0	14	13	2	24	49
%	0.0%	51.9%	48.1%	2.7%	32.0%	65.3%
Habilidades de planificación						
N	0	16	11	10	38	27
%	0.0%	59.3%	40.7%	13.3%	50.7%	36.0%

Nivel de habilidades sociales según edad

En la tabla 6 se aprecia que la mayoría de los participantes (16, 17 y 18 años) se ubican en un excelente nivel en relación a las habilidades sociales. Respecto a sus componentes, primeras habilidades sociales (básicas) tanto los participantes de 16 años (70.4%), 17 años (66.7%) y 18 años (64.6%) se ubican en un nivel excelente, igualmente se aprecia que el componente de habilidades alternativas los tres grupos etarios (63.0%, 59.3% y 62.5% correspondientemente) se ubican en un nivel excelente. En la misma tendencia que aprecia que la mayoría de los participantes se ubican en un nivel excelente en relación a la habilidad para enfrentar el estrés. Además, se observa que las habilidades sociales avanzadas y las habilidades relacionados con los sentimientos, en su mayoría se ubican en un adecuado nivel. Finalmente, solo el 18.5% de los participantes de 16 años, se ubican en el nivel bajo, mientras que los participantes de 17 años (77.8%) y los de 18 años (45.8%) se ubican en un adecuado nivel.

Tabla 7*Nivel de habilidades sociales según edad de estudiantes universitarios*

	16 años			17 años			18 años		
	Bajo	Adecuado	Excelente	Bajo	Adecuado	Excelente	Bajo	Adecuado	Excelente
Habilidades sociales									
n	0	11	16	0	12	15	0	21	27
%	0.0%	40.7%	59.3%	0.0%	44.4%	55.6%	0.0%	43.8%	56.3%
Primeras habilidades sociales									
n	1	7	19	0	9	18	1	16	31
%	3.7%	25.9%	70.4%	0.0%	33.3%	66.7%	2.1%	33.3%	64.6%
Habilidades sociales avanzadas									
n	3	13	11	0	23	4	2	31	15
%	11.1%	48.1%	40.7%	0.0%	85.2%	14.8%	4.2%	64.6%	31.3%
Relacionado con los sentimientos									
n	1	15	11	0	18	9	1	34	13
%	3.7%	55.6%	40.7%	0.0%	66.7%	33.3%	2.1%	70.8%	27.1%
Habilidades alternativas									
n	1	9	17	0	11	16	2	16	30
%	3.7%	33.3%	63.0%	0.0%	40.7%	59.3%	4.2%	33.3%	62.5%
Enfrentar el estrés									
n	2	8	17	0	13	14	0	17	31
%	7.4%	29.6%	63.0%	0.0%	48.1%	51.9%	0.0%	35.4%	64.6%
Habilidades planificación									
n	5	11	11	0	21	6	5	22	21
%	18.5%	40.7%	40.7%	0.0%	77.8%	22.2%	10.4%	45.8%	43.8%

4.2. Prueba de normalidad

Con el propósito de realizar los análisis de correlación y contrastar las hipótesis planteadas, se procedió a realizar primero la prueba de bondad de ajuste para precisar si las variables presentan una distribución normal. En ese sentido la tabla 7 presenta los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S). Como se observa todas las variables no presentan distribución normal dado que el coeficiente obtenido (K-S) es significativo ($p < .05$). Por tanto, para el análisis estadístico se empleará estadística no paramétrica.

Tabla 8

Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio

Variables	Dimensiones	Media	D.E.	K-S	P
	Inteligencia emocional	115.9	7.79	.107	.006
	Intrapersonal	15.2	2.70	.163	.000
Inteligencia emocional	Interpersonal	38.3	3.63	.138	.000
	Adaptabilidad	31.7	4.78	.185	.000
	Manejo del estrés	30.7	3.67	.119	.001
Habilidades sociales	Habilidades sociales	187.1	19.18	.119	.001

* $p < 0.05$

4.3. Correlación entre las variables

Se aprecia en la tabla 8 que existe una relación altamente significativa y positiva entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales ($\rho = .391$; $p < .05$); es decir, los estudiantes que tienen un nivel alto de inteligencia emocional a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales. Además, se observa que existe una relación significativa y positiva entre la inteligencia intrapersonal y las habilidades sociales ($\rho = .223$; $p < .05$). Es decir, los estudiantes que tienen un nivel alto de inteligencia intrapersonal a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales. También, se aprecia que existe una relación significativa y positiva entre la inteligencia interpersonal y las habilidades sociales ($\rho = .213$; $p < .05$), es decir estudiantes que tienen un nivel alto de inteligencia interpersonal a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales. De manera similar, se aprecia que existe una

relación altamente significativa entre la adaptabilidad y las habilidades sociales ($\rho=.240$; $p<.05$), lo cual indica que los estudiantes que tienen un nivel alto de adaptabilidad a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales. Igualmente, se aprecia que no existe relación significativa entre el manejo del estrés y las habilidades sociales ($\rho=.017$; $p>.05$), es decir, el grado de manejo del estrés en los adolescentes no está relacionado necesariamente a un nivel alto en habilidades sociales. Finalmente, se aprecia que existe una relación altamente significativa entre el estado de ánimo general y las habilidades sociales ($\rho=.479$; $p<.05$), lo cual indica que los estudiantes que tienen un nivel alto de estado de ánimo general a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales.

Tabla 9

Coefficiente de correlación entre inteligencia emocional y habilidades sociales

	Habilidades sociales	
	Rho	p
Inteligencia emocional	.391	.000
Intrapersonal	.223	.025
Interpersonal	.213	.031
Adaptabilidad	.240	.015
Manejo del estrés	.017	.869
Estado de ánimo general	.479	.000

V. DISCUSIÓN

5.1. Análisis de discusión de resultados

Con el análisis realizado se ha comprobado que existe relación significativa entre inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca). Estos resultados permiten señalar que las diferentes competencias emocionales que emplean los estudiantes favorecen la mejora de las habilidades sociales, teniendo en cuenta la relación consecuente que ocasionan dichas dimensiones emocionales (Goleman, 2009). Estas competencias tienen relación con las dimensiones de las habilidades sociales que permitirán no solo la formación en lo académico sino se incrementará y será notorio en el aspecto formativo del desarrollo humano, pues esta relación nos permite afirmar que su aprendizaje será más productivo (Gardner, 2002). Estos resultados concuerdan con lo evidenciado por Fernández V. (2015), que concluye que el auto y heteroaceptación del mundo emocional, así como el manejo de estrés, adaptabilidad y el ánimo general guardan relación significativa directa con las escalas consideración con las habilidades sociales del liderazgo, además de una correlación directa y altamente significativa con la capacidad de autocontrol en las relaciones sociales.

Asimismo, se determinó que existe una relación significativa y positiva entre la inteligencia intrapersonal y las habilidades sociales ($\rho = .223$; $p < .05$) en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo; es decir, los estudiantes que tienen un nivel alto de inteligencia intrapersonal a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales; con lo que podemos afirmar que esta dimensión emocional es la habilidad para identificar y comprender los propios estados emocionales (Ugarriza, 2003); Resultados similares reportaron López, Salovey y Straus (2003), quienes manifestaron en su estudio que altos niveles de manejo emocional se relaciona con las capacidades de interacción positiva, lo cual describe las del desarrollo de destrezas relacionadas a las habilidades sociales.

También se aprecia que existe una relación significativa y positiva entre la inteligencia interpersonal y las habilidades sociales ($\rho=.213$; $p<.05$), en estudiantes de la referida Escuela Profesional de Psicología de la Universidad de Chiclayo, sede Cajamarca; es decir, los estudiantes que tienen un nivel alto de inteligencia interpersonal a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales. Estos resultados confirman que esta dimensión interpersonal es la capacidad para discriminar las emociones propias y de los demás, a partir de la observación directa de la conducta e involucrarse empáticamente en sus relaciones interpersonales (Ugarriza, 2003). Y que a su vez están relacionadas con la mejora de las habilidades sociales que muestran los estudiantes. En relación a esta afirmación, Olivos (2010) reveló que mejorando las habilidades sociales se favorece la integración psicosocial, lo cual puede explicarse como capacidad para interpretar emociones ajenas y mostrar empatía, que tienen una relación directa con esta dimensión emocional.

De manera similar se aprecia que existe una relación altamente significativa entre la adaptabilidad y las habilidades sociales ($\rho=.240$; $p<.05$), en estudiantes de Psicología de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo, sede Cajamarca, lo cual indica que los estudiantes que tienen un nivel alto de adaptabilidad a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales; lo cual tiene relación con las investigaciones realizadas por Ugarriza (2003) en la que establece que las competencias que las personas tienen para expresar emociones están en función con las habilidades sociales que manifiestan los estudiantes. De acuerdo a las teorías psicológicas se considera que la habilidad social es un rasgo de personalidad, como lo afirma Bandura (2002) con su teoría de aprendizaje social proceso cognitivo que tiene lugar en un contexto social y ocurre puramente a través de la observación o instrucción directa, incluso en ausencia o refuerzo directo; por lo que se puede señalar que los resultados expuestos guardan coherencia con lo evidenciado por Muratta (2004), quien demostró que los rasgos de personalidad se relacionan con la inteligencia emocional, sobre todo en lo que se refiere a la expresión emocional adaptativa.

Igualmente, se conoció que no existe relación significativa entre el manejo del estrés y las habilidades sociales ($\rho=.017$; $p>.05$), en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la referida Universidad con sede en Cajamarca; es decir, el grado de manejo del estrés en los estudiantes no está relacionado necesariamente a un nivel alto en habilidades sociales, resultados que son contrarios a la investigación de Barbarán (2017), en la tesis titulada *Inteligencia emocional y habilidades sociales en universitarios de una facultad de Educación Lima, 2016*, realizó su estudio que tuvo como objetivo comprobar que la inteligencia emocional y las habilidades sociales son variables relacionadas; resultados que llegaron a demostrar que existe relación ($Rho=0,634$; $p<0,05$) entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales. Asimismo, se pudo concluir que existe relación significativa entre las dimensiones de la inteligencia emocional y las habilidades sociales.

Finalmente, se aprecia que existe una relación altamente significativa entre el estado de ánimo general y las habilidades sociales ($\rho=.479$; $p<.05$) en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca); lo cual indica que los estudiantes que tienen un nivel alto de estado de ánimo general, a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales, resultados que concuerdan con la investigación realizada por Barbarán (2017) en su tesis de licenciatura de tuvo como título *Inteligencia emocional y habilidades sociales en universitarios de una facultad de Educación Lima, 2016*, que tuvo como objetivo comprobar que la inteligencia emocional y las habilidades sociales son variables relacionadas resultados que confirmaron que existe relación significativa ($Rho=0,634$; $p<0,05$) entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales, estudios en la que también se pudo concluir que existe relación significativa entre las dimensiones de la inteligencia emocional y las habilidades sociales.

VI. CONCLUSIONES

Se ha demostrado que existe relación significativa entre inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca). Estos resultados permiten señalar que las diferentes competencias emocionales que emplean los estudiantes favorecen la mejora de las habilidades sociales.

Se determinó que existe una relación significativa y positiva entre la inteligencia intrapersonal y las habilidades sociales ($\rho=.223$; $p<.05$) en estudiantes de la Escuela de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo; es decir, los estudiantes que tienen un nivel alto de inteligencia intrapersonal a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales.

Se ha establecido que existe una relación significativa y positiva entre la inteligencia interpersonal y las habilidades sociales ($\rho=.213$; $p<.05$), en estudiantes de la referida Escuela de Psicología de la Universidad de Chiclayo, sede Cajamarca; es decir, los estudiantes que tienen un nivel alto de inteligencia interpersonal a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales.

Asimismo, se concluye que existe una relación altamente significativa entre la adaptabilidad y las habilidades sociales ($\rho=.240$; $p<.05$), en estudiantes de la Escuela de Psicología de la referida universidad, lo cual se entiende que los estudiantes que tienen un nivel alto de adaptabilidad a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales.

La investigación determinó que no existe relación significativa entre el manejo del estrés y las habilidades sociales ($\rho=.017$; $p>.05$), en estudiantes de la Escuela de Psicología de la referida Universidad de sede Cajamarca; es decir, el grado de manejo del estrés en los estudiantes no está relacionado necesariamente a un nivel alto en habilidades sociales.

Se ha determinado que existe relación altamente significativa entre el estado de ánimo general y las habilidades sociales ($\rho=.479$; $p<.05$), en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca); lo cual indica que los estudiantes que tienen un nivel alto de estado de ánimo general a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales.

VII. RECOMENDACIONES

Se sugiere que las áreas de bienestar universitario, psicopedagogía y tutoría implementen programas psicoeducativos que favorezcan el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes, ya que se ha demostrado que ello contribuirá en el desarrollo de habilidades sociales de los estudiantes en todas las dimensiones, asimismo se trabaje con los padres de familia, docentes y personal de auxiliares de educación para que oriente el rol importante de cada uno de ellos en este proceso.

Que, el Vicerrectorado Académico pueda incluir en la planificación de los contenidos de aprendizaje: los temas transversales para el desarrollo de habilidades que permitan mejorar la comprensión emocional, la asertividad, el autoconcepto y el comportamiento autónomo para elevar los niveles de habilidades sociales de los estudiantes con el fin de facilitar, la autoconciencia, el cual a su vez redundará en mejores niveles de convivencias escolar.

Que, la Dirección de Psicología en coordinación con el área de tutoría implemente en su Plan de Trabajo Anual, horas correspondientes de tutoría y consejería en los diferentes ciclos académicos, con talleres de relaciones humanas y resiliencia, así como comunicación asertiva que permitan mejorar las competencias de la dimensión interpersonal, lo que fortalecerá la mejora de las habilidades sociales.

Es necesario que el área de Bienestar Universitario y Psicopedagogía pueda considerar talleres de toma de decisiones, control y manejo de la voluntad e impulsividad, los estudiantes puedan fortalecer sus habilidades, destrezas y competencias que faciliten la adaptabilidad que ayudará a cumplir las normas de convivencia escolar y familiar con una mejora de habilidades sociales.

Asimismo, que la dirección de la Escuela Académico de Psicología y el Departamento de Psicopedagogía puedan implementar talleres de desarrollo emocional y su impacto en el desarrollo de capacidades de afrontamiento al estrés de las vicisitudes del mundo actual debido a la globalización, la sociedad

de la información e incertidumbre; lo cual se evidencia en las habilidades sociales que muestran los estudiantes, por lo que resulta vital incluir su desarrollo en los instrumentos de gestión curricular.

Que, la Dirección de la Escuela Profesional de Psicología con el área de psicopedagogía informen a los docentes los resultados obtenidos en el presente trabajo considerando las unidades de análisis que se identificaron durante el proceso de la investigación, asimismo sean motivados a realizar otros trabajos similares, el cual permitan ampliar el alcance de los hallazgos y generalizar con mayor amplitud los resultados expuestos; como por ejemplo: estudios con las variables, clima escolar, clima social familiar, estilos parentales, estilos de aprendizaje, así como las inteligencias múltiples.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, A. (2008). *Educación emocional y convivencia en el aula*. Madrid: Ministerio de Educación, Política Social y Deporte del Gobierno de España.
- Alvarado, C. y Carranza, L. (2015). *Importancia de la inteligencia emocional en el ámbito laboral de los estudiantes de quinto año jornada nocturna, ciclo 2013 de la Escuela de Ciencias Psicológicas, Universidad de San Carlos de Guatemala (USAC), Guatemala*. (Tesis de licenciatura).
- Ángeles, C. (2014). *Habilidades sociales y clima social de clase en estudiantes del primer ciclo de la carrera de Administración Bancaria del IFB, Surco-Lima, 2013*. Tesis de posgrado. Universidad César Vallejo.
- Barbaran, J (2017). *Tesis de Licenciatura de la Universidad César Vallejo. Título: Inteligencia emocional y las habilidades sociales en universitarios de una Facultad de Educación, Lima*. Autor, Barbarán Pérez, Javier.
- Bar-On, R. (1997). *Bar On: Inventario de inteligencia emocional*. México: Selecta.
- BarOn (I_CE) *En una muestra de Lima Metropolitana*. Revista Persona de la Universidad de Lima, 4(1), pp. 129-160
- Caballo, V. (1999). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI.
- Caballo, V. (2002). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. España: Editorial Siglo XXI.
- Calixto, R. (2013). *Habilidades sociales y calidad de vida en estudiantes de la especialidad de Matemática, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, 2013*. Tesis de posgrado. Universidad César Vallejo.
- Fernández V. (2015). *Tesis Inteligencia emocional y conducta social en estudiantes del quinto año de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2014*.
- García, L. (2016). *Aprendizaje autorregulado y las habilidades sociales de los estudiantes de formación superior, 2016* (Tesis de maestría) Universidad César Vallejo.
- Gardner, H. (1999). *Inteligencias múltiples*. La teoría en la práctica. Barcelona: Paidós.
- Goldstein, A. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. España: Ed. Barcelona.
- Goldstein, A.P., Sprafkin, R.P., Gershaw, N. y Klein, P. (2002). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. Barcelona. Martínez Roca.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. 18ª ed. Barcelona: Kairos.

- Gómez, (2013). *“Habilidades sociales: un estudio comparativo en adolescentes según su género” en adolescentes de género masculino y femenino que prestan servicio comunitario a la comunidad de Peronia, Guatemala”*.
- Graza, S. (2012) *“Relación entre funcionalidad familiar y nivel de violencia escolar en los adolescentes de la institución educativa Francisco Bolognesi Cervantes N° 2053. Independencia.”* Tesis. UNMSM
- Hernández. Fernández, C. Baptista, P (2014) *Metodología de la Investigación. México. Mc Graw Hill/ Interamericanos S.A.*
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. Quinta Edición. México: Mc Graw Hill.
- Hernández, J., Mejía, K. y Mejía, J. (2012). *Relación de la inteligencia emocional con los rasgos caracterológicos de los estudiantes de segundo año de la carrera de licenciatura en Psicología, ciclo 01-2012, de la Universidad Francisco Gavidia*. (Tesis de licenciatura). San Salvador: Universidad Francisco Gavidia.
- Herrera, A., Freytes, M., López, G. y Olaz, F. (2012). *Un estudio comparativo sobre las habilidades sociales en estudiantes de Psicología. Laboratorio de Comportamiento Interpersonal, Universidad Nacional de Córdoba, Argentina*. International Journal of Psychology and Psychological Therapy Vol. 12 Num. 2, pp. 277- 287, 2012. Recuperado de <http://www.ijpsy.com/volumen12/ num2/331/ un-estudio-comparativo-sobre-las- habilidades-ES.pdf>
- Kerlinger F. y Lee H. (2002). *Investigación del comportamiento*. México: Mc Graw – Hill.
- Landa, Y. y Medina, L. (2013). *Dinámica familiar y habilidades sociales en los estudiantes de la Escuela de Psicología de la Universidad Alas Peruanas, Lima, 2013*. (Tesis de posgrado). Perú: Universidad César Vallejo.
- Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds). Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*. Nueva York: Basic Books.
- Mayer, J., Salovey, P. y Caruso, D. (2000) *Models of emotional intelligence*. En R.J..Sternberg (Ed.), *Handbook of Intelligence* (2nd ed) (pp. 396-420). New York: Cambridge.
- Najarro, J. (2015). *Inteligencia emocional y la capacidad física de resistencia aeróbica en los estudiantes del cuarto año de la Escuela Nacional de Marina Mercante Almirante Miguel Grau, Callao – 2013*. (Tesis de maestría). Lima, Perú: UNMSM.
- Oyarzún, G., Estrada, C., Pino, E. & Oyarzún M. (2012). *Habilidades sociales y rendimiento académico: Una mirada desde el género*. Acta Colombiana de Psicología 15 (2), 21-28. Recuperado de: <http://www. scielo.org .co/pdf/acp/ v15 n2/ v15n2a03.pdf>

- Pacheco, M. (2009). *Efecto de un taller de habilidades sociales en el comportamiento asertivo de niños y niñas de la I etapa de educación básica*. Maracaibo: Universidad Rafael Urdaneta
- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). *Emotional intelligence*. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9,185-211.
- Ugarriza, N. y Pajares, Liz. (2006). *Adaptación y estandarización del inventario de inteligencia emocional de Bar-ON ICE: NA, en niños y adolescentes*. Segunda Edición. Lima: Ediciones Libro Amigo.
- Ugarriza, N. (2003) *La evaluación de la inteligencia emocional a través del test Inventario de BarOn (I - CE) en una muestra de Lima Metropolitana*. Lima: Libro Amigo.
- Valderrama S. (2013). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica*. Lima: Ed. San Marcos.
- Vidales, A. y Llanos, R. (2012). *Habilidades sociales y clima social familiar en alumnos del quinto grado de secundaria. Facultad de Humanidades. Escuela Profesional de Psicología. Universidad Señor de Sipán*. Pimentel, Perú.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Matriz de Consistencia

“Inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019”

Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	Variables	Diseño Metodológico
¿Existe relación entre la inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019?	Demostrar la relación que existe entre la inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	Existe relación entre la inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	<p>Variable Independiente:</p> <p>Inteligencia emocional</p> <p>Variable Dependiente</p> <p>Habilidades sociales</p>	<p>Tipo de estudio Básico</p> <p>Nivel: Descriptivo -correlacional</p> <p>Diseño: No Experimental</p> <p>Área de estudio: Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca)</p> <p>Población y muestra: Estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología</p> <p>Instrumentos: Inventario Emocional BarOn ICE: de Bar-On, Adaptado por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares Del Águila.</p> <p>Escala de Evaluación de</p>
Problemas Específicos	Objetivos Específicos	Hipótesis Específicos		
1) ¿Existe relación entre la dimensión intrapersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019?	Determinar la relación que existe entre la dimensión intrapersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	Existe relación entre la dimensión intrapersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019		
2) ¿Existe relación entre la dimensión interpersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela	Determinar la relación que existe entre la dimensión interpersonal y habilidades sociales en estudiantes de la	Existe relación entre la dimensión interpersonal y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela		

Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019?	Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	Habilidades Sociales de Arnold P. Goldstein, Valoración estadística Paquete estadístico SSPS 23 Excel
3) ¿Existe relación entre la dimensión adaptabilidad y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019?	Determinar la relación que existe entre la dimensión adaptabilidad y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	Existe relación entre la dimensión adaptabilidad y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	
4 ¿Existe relación entre la dimensión manejo de estrés y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019?	Determinar la relación que existe entre la dimensión manejo de estrés y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	Existe relación entre la dimensión manejo de estrés y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019?	
5) ¿Existe relación entre la dimensión estado de ánimo general y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019?	Determinar la relación que existe entre la dimensión estado de ánimo general y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	Existe relación entre la dimensión estado de ánimo general y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019	

Anexo 2: Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
	Intrapersonal (CI)	Asertividad (AS)	
		Autoconcepto (AC)	
		Autorrealización (AR)	
		Independencia (IN)	
	Interpersonal (CIE)	Empatía (EM)	
		Relaciones interpersonales (RI)	
		Responsabilidad social (RS)	
	Adaptabilidad (CAD)	Solución de problemas (SP)	
		Pruebas de la realidad (PR)	
		Flexibilidad (FL)	
	Manejo del estrés (CME)	Tolerancia al estrés (TE)	
		Control de los impulsos (CI)	
	Estado de ánimo en general (CAG)	Felicidad (FE)	
Optimismo (OP)			

Operacionalización de la variable de habilidades sociales

Variable	Dimensiones	Indicadores	Instrumento
Habilidades sociales	Primeras habilidades sociales	Escuchar, conversador	Escala de Chequeo de Habilidades Sociales: Arnold P. Goldstein,
		Preguntar, dar gracias	
		Presentarse	
		Presentar a otras personas	
		Hacer un cumplido	
	Habilidades sociales avanzadas	Pedir ayuda. Participar	
		Dar/Seguir instrucciones	
		Disculparse Convencer a los demás	
	Habilidades para manejar sentimientos	Conocer/expresar sentimientos propios.	
		Comprender sentimientos de los demás.	
		Enfrentar al enfado de otro	
		Autorrecompensarse	
		Resolver el miedo	
	Habilidades alternativas de la agresión	Pedir permiso. Autocontrol	
		Compartir algo.	
		Ayudar a otros. Negociar.	
		No entrar en peleas	
		Evitar problemas con otros.	
	Habilidades para el manejo de estrés	Formular/responder queja. Resolver vergüenza. Defender a un amigo Persuasión, Respuesta a fracaso. Responder a acusaciones. Respuesta a presión de grupo.	
	Habilidades de planificación	Tomar decisión. Discernimiento. Tener objetivos	
		Recoger información.	
		Priorizar problemas	
		Tomar iniciativa	
Concentrarse en tareas			
Determinar habilidades			

Anexo 3. Instrumentos de medición

INVENTARIO EMOCIONAL Bar - On ICE: NA - Completo

INSTRUCCIONES

Antes de contestar el inventario agradeceré completar los siguientes datos:

Edad:..... Sexo: M () F () Estado civil: S () C ()

Ciclo:

Lee atentamente cada oración y elige la respuesta que mejor te describa: cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una sola respuesta para cada oración y coloca una (x) sobre el número que corresponde a tu respuesta, hay cuatro posibles respuestas:

1. Muy rara vez

2. Rara vez

3. A menudo

4. Muy a menudo

Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas.

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

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

55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
56.	Me gusta mi cuerpo.	1	2	3	4
57.	Aun cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.	1	2	3	4
58.	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
59.	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.	1	2	3	4
60.	Me gusta la forma como me veo.	1	2	3	4

ESCALA DE EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIALES

Apellidos y Nombres
DNI..... Edad: Sexo: (M) (F)
Carrera Profesional:
Ciclo:..... Egres.() Bach.() Titu.()
Inst. Formativa:

Lee atentamente cada pregunta. Deberás calificar tus **HABILIDADES y CAPACIDADES**, eligiendo una sola respuesta para cada pregunta, colocando una (x) sobre el número que corresponda a tu contestación, hay cinco posibles respuestas:

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. Nunca | 4. A menudo |
| 2. Muy pocas veces | 5. Siempre |
| 3. Alguna vez | |

Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas.

GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES					
	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	1	2	3	4	5
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	5
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	5
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	5
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	2	3	4	5
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	3	4	5

GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

	Nunca	Muy pocas veces	Algun a vez	A menudo	Siempre
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	4	5
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	4	5
14. ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	2	3	4	5

GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	4	5
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	3	4	5
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	3	4	5
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	3	4	5
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	3	4	5
21. ¿Te das a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	3	4	5

GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS					
	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	4	5
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	2	3	4	5

GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS					
	nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	1	2	3	4	5
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo(a) no ha sido	1	2	3	4	5

tratado de manera justa?					
37. ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40. ¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5

GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN

	nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
43. ¿Si te sientes aburrido(a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4	5
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atenciones a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

Anexo 4: Validación de instrumentos



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS

VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE INDEPENDIENTE:
INTELIGENCIA EMOCIONAL

Dimensiones	Ítems						Sugerencias	
	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³			
	si	no	si	no	si	no		
1.	Me gusta divertirme.	✓		✓		✓		
2.	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	✓		✓		✓		
3.	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	✓		✓		✓		
4.	Soy feliz.	✓		✓		✓		
5.	Me importa lo que les sucede a las personas.	✓		✓		✓		
6.	Me es difícil controlar mi cólera.	✓		✓		✓		
7.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	✓		✓		✓		
8.	Me gustan todas las personas que conozco.	✓		✓		✓		
9.	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).	✓		✓		✓		
10.	Sé cómo se sienten las personas.	✓		✓		✓		
11.	Sé cómo mantenerme tranquilo (a).	✓		✓		✓		
12.	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	✓		✓		✓		
13.	Pienso que las cosas que hago salen bien.	✓		✓		✓		
14.	Soy capaz de respetar a los demás.	✓		✓		✓		
15.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	✓		✓		✓		
16.	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	✓		✓		✓		
17.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	✓		✓		✓		
18.	Pienso bien de todas las personas.	✓		✓		✓		
19.	Espero lo mejor.	✓		✓		✓		
20.	Tener amigos es importante.	✓		✓		✓		
21.	Peleo con la gente.	✓		✓		✓		
22.	Puedo comprender preguntas difíciles.	✓		✓		✓		
23.	Me agrada sonreír.	✓		✓		✓		
24.	Intento no herir los sentimientos de las personas.	✓		✓		✓		
25.	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	✓		✓		✓		
26.	Tengo mal genio.	✓		✓		✓		
27.	Nada me molesta.	✓		✓		✓		
28.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	✓		✓		✓		
29.	Sé que las cosas saldrán bien.	✓		✓		✓		
30.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	✓		✓		✓		
31.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	✓		✓		✓		
32.	Sé cómo divertirme.	✓		✓		✓		
33.	Debo decir siempre la verdad.	✓		✓		✓		
34.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	✓		✓		✓		
35.	Me molesto fácilmente.	✓		✓		✓		
36.	Me agrada hacer cosas para los demás.	✓		✓		✓		
37.	No me siento muy feliz.	✓		✓		✓		
38.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	✓		✓		✓		
39.	Demoro en molestarme.	✓		✓		✓		
40.	Me siento bien conmigo mismo (a).	✓		✓		✓		
41.	Hago amigos fácilmente.	✓		✓		✓		
42.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	✓		✓		✓		
43.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	✓		✓		✓		



44.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	✓	✓	✓		
45.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	✓	✓	✓		
46.	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	✓	✓	✓		
47.	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	✓	✓	✓		
48.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	✓	✓	✓		
49.	Par mí es difícil esperar mi turno.	✓	✓	✓		
50.	Me divierte las cosas que hago.	✓	✓	✓		
51.	Me agradan mis amigos.	✓	✓	✓		
52.	No tengo días malos.	✓	✓	✓		
53.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	✓	✓	✓		
54.	Me disgusto fácilmente.	✓	✓	✓		
55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	✓	✓	✓		
56.	Me gusta mi cuerpo.	✓	✓	✓		
57.	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.	✓	✓	✓		
58.	Cuando me molesto actúo sin pensar.	✓	✓	✓		
59.	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	✓	✓	✓		
60.	Me gusta la forma como me veo.	✓	✓	✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable / Aplicable después de corregir / No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Cruz Telada Yrenzo Eugenio

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicólogo

13 de Marzo del 2019

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 Firma del Experto Informante.
 Especialidad
Dr. I. Eugenio Cruz Telada
 PSICOLOGO
 CPsP. 2819



VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE INDEPENDIENTE: HABILIDADES SOCIALES

GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES						
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	✓		✓		✓	
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	✓		✓		✓	
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	✓		✓		✓	
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	✓		✓		✓	
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	✓		✓		✓	
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por tí?	✓		✓		✓	
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	✓		✓		✓	
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	✓		✓		✓	
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	✓		✓		✓	

GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS						
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	✓		✓		✓	
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	✓		✓		✓	
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	✓		✓		✓	
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	✓		✓		✓	
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	✓		✓		✓	
14. ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	✓		✓		✓	

GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS						
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	✓		✓		✓	
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	✓		✓		✓	
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	✓		✓		✓	
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	✓		✓		✓	
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	✓		✓		✓	
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	✓		✓		✓	
21. ¿Te das a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien?	✓		✓		✓	

GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS						
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	✓		✓		✓	
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	✓		✓		✓	
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	✓		✓		✓	
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	✓		✓		✓	
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?	✓		✓		✓	
27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	✓		✓		✓	
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	✓		✓		✓	
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	✓		✓		✓	
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	✓		✓		✓	

GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS						
31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	✓		✓		✓	
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente	✓		✓		✓	



cuando ellos se quejan por ti?							
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	✓		✓		✓		
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	✓		✓		✓		
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	✓		✓		✓		
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo(a) no ha sido tratado de manera justa?	✓		✓		✓		
37. ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	✓		✓		✓		
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	✓		✓		✓		
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	✓		✓		✓		
40. ¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	✓		✓		✓		
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	✓		✓		✓		
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	✓		✓		✓		

GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN							
43. ¿Si te sientes aburrido(a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	✓		✓		✓		
44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	✓		✓		✓		
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	✓		✓		✓		
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	✓		✓		✓		
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	✓		✓		✓		
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	✓		✓		✓		
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	✓		✓		✓		
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay Suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Dr/ Mg: Cruz Telada Yurreno Eugenio

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicólogo

Line 13 de Marzo del 2019

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Experto Informante.

Especialidad
 Dr. I. Eugenio Cruz Telada
 PSICOLOGO
 CPsP. 2819



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS

VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE INDEPENDIENTE: INTELIGENCIA EMOCIONAL

Dimensiones	Ítems						Sugerencias
	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		
	si	no	si	no	si	no	
1.	Me gusta divertirme.						
2.	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	✓		✓		✓	
3.	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	✓		✓		✓	
4.	Soy feliz.	✓		✓		✓	
5.	Me importa lo que les sucede a las personas.	✓		✓		✓	
6.	Me es difícil controlar mi cólera.	✓		✓		✓	
7.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	✓		✓		✓	
8.	Me gustan todas las personas que conozco.	✓		✓		✓	
9.	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).	✓		✓		✓	
10.	Sé cómo se sienten las personas.	✓		✓		✓	
11.	Sé cómo mantenerme tranquilo (a).	✓		✓		✓	
12.	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.						
13.	Pienso que las cosas que hago salen bien.	✓		✓		✓	
14.	Soy capaz de respetar a los demás.	✓		✓		✓	
15.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	✓		✓		✓	
16.	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	✓		✓		✓	
17.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	✓		✓		✓	
18.	Pienso bien de todas las personas.	✓		✓		✓	
19.	Espero lo mejor.	✓		✓		✓	
20.	Tener amigos es importante.	✓		✓		✓	
21.	Peleo con la gente.	✓		✓		✓	
22.	Puedo comprender preguntas difíciles.	✓		✓		✓	
23.	Me agrada sonreír.	✓		✓		✓	
24.	Intento no herir los sentimientos de las personas.	✓		✓		✓	
25.	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	✓		✓		✓	
26.	Tengo mal genio.	✓		✓		✓	
27.	Nada me molesta.	✓		✓		✓	
28.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	✓		✓		✓	
29.	Sé que las cosas saldrán bien.	✓		✓		✓	
30.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	✓		✓		✓	
31.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	✓		✓		✓	
32.	Sé cómo divertirme.	✓		✓		✓	
33.	Debo decir siempre la verdad.	✓		✓		✓	
34.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	✓		✓		✓	
35.	Me molesto fácilmente.	✓		✓		✓	
36.	Me agrada hacer cosas para los demás.	✓		✓		✓	
37.	No me siento muy feliz.	✓		✓		✓	
38.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	✓		✓		✓	
39.	Demoro en molestarme.	✓		✓		✓	
40.	Me siento bien conmigo mismo (a).	✓		✓		✓	
41.	Hago amigos fácilmente.	✓		✓		✓	
42.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	✓		✓		✓	
43.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	✓		✓		✓	



44.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	✓	✓	✓		
45.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	✓	✓	✓		
46.	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	✓	✓	✓		
47.	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	✓	✓	✓		
48.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	✓	✓	✓		
49.	Par mí es difícil esperar mi turno.	✓	✓	✓		
50.	Me divierte las cosas que hago.	✓	✓	✓		
51.	Me agradan mis amigos.	✓	✓	✓		
52.	No tengo días malos.	✓	✓	✓		
53.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	✓	✓	✓		
54.	Me disgusta fácilmente.	✓	✓	✓		
55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	✓	✓	✓		
56.	Me gusta mi cuerpo.	✓	✓	✓		
57.	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.	✓	✓	✓		
58.	Cuando me molesto actúo sin pensar.	✓	✓	✓		
59.	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	✓	✓	✓		
60.	Me gusta la forma como me veo.	✓	✓	✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): S. hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Cruz Telada Yungo de Serna

DNI: 03346516

Especialidad del validador: Psicólogo

Lima, 13 de Marzo del 2013.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Experto Informante.

Especialidad

Dr. E. Eugenio Cruz Telada
PSICOLOGO
CPsP. 2819



VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE INDEPENDIENTE: HABILIDADES SOCIALES

GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES						
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	✓	✓	✓	✓	✓	✓

GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS						
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
14. ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓

GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS						
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
21. ¿Te das a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien?	✓	✓	✓	✓	✓	✓

GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS						
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	✓	✓	✓	✓	✓	✓

GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS						
31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	✓	✓	✓	✓	✓	✓
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente	✓	✓	✓	✓	✓	✓



cuando ellos se quejan por ti?						
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	✓		✓		✓	
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	✓		✓		✓	
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	✓		✓		✓	
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo(a) no ha sido tratado de manera justa?	✓		✓		✓	
37. ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	✓		✓		✓	
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	✓		✓		✓	
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	✓		✓		✓	
40. ¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	✓		✓		✓	
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	✓		✓		✓	
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	✓		✓		✓	

GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN						
43. ¿Si te sientes aburrido(a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	✓		✓		✓	
44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	✓		✓		✓	
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	✓		✓		✓	
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	✓		✓		✓	
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	✓		✓		✓	
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	✓		✓		✓	
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	✓		✓		✓	
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay Suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable / Aplicable después de corregir / No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador, Dr/ Mg: Cruz Telada Yrene Eugenia

DNI: 09846716

Especialidad del validador: Psicólogo

Cruz ... 13 de Mayo del 2018

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Experto Informante.

Especialidad: Psicólogo
 Dr. I. Eugenio Cruz Telada
 PSICOLOGO
 CPsP. 2819



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS
VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE INDEPENDIENTE:
INTELIGENCIA EMOCIONAL

Dimensiones	Ítems						Sugerencias
	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		
	si	no	si	no	si	no	
1. Me gusta divertirme.	/		/		/		
2. Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	/		/		/		
3. Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	/		/		/		
4. Soy feliz.	/		/		/		
5. Me importa lo que les sucede a las personas.	/		/		/		
6. Me es difícil controlar mi cólera.	/		/		/		
7. Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	/		/		/		
8. Me gustan todas las personas que conozco.	/		/		/		
9. Me siento seguro (a) de mí mismo (a).	/		/		/		
10. Sé cómo se sienten las personas.	/		/		/		
11. Sé cómo mantenerme tranquilo (a).	/		/		/		
12. Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	/		/		/		
13. Pienso que las cosas que hago salen bien.	/		/		/		
14. Soy capaz de respetar a los demás.	/		/		/		
15. Me molesto demasiado de cualquier cosa.	/		/		/		
16. Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	/		/		/		
17. Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	/		/		/		
18. Pienso bien de todas las personas.	/		/		/		
19. Espero lo mejor.	/		/		/		
20. Tener amigos es importante.	/		/		/		
21. Peleo con la gente.	/		/		/		
22. Puedo comprender preguntas difíciles.	/		/		/		
23. Me agrada sonreír.	/		/		/		
24. Intento no herir los sentimientos de las personas.	/		/		/		
25. No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	/		/		/		
26. Tengo mal genio.	/		/		/		
27. Nada me molesta.	/		/		/		
28. Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	/		/		/		
29. Sé que las cosas saldrán bien.	/		/		/		
30. Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	/		/		/		
31. Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	/		/		/		
32. Sé cómo divertirme.	/		/		/		
33. Debo decir siempre la verdad.	/		/		/		
34. Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	/		/		/		
35. Me molesto fácilmente.	/		/		/		
36. Me agrada hacer cosas para los demás.	/		/		/		
37. No me siento muy feliz.	/		/		/		
38. Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	/		/		/		
39. Demoro en molestarme.	/		/		/		
40. Me siento bien conmigo mismo (a).	/		/		/		
41. Hago amigos fácilmente.	/		/		/		
42. Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	/		/		/		
43. Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	/		/		/		
44. Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	/		/		/		



45.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	/	/	/		
46.	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	/	/	/		
47.	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	/	/	/		
48.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	/	/	/		
49.	Par mí es difícil esperar mi turno.	/	/	/		
50.	Me divierte las cosas que hago.	/	/	/		
51.	Me agradan mis amigos.	/	/	/		
52.	No tengo días malos.	/	/	/		
53.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	/	/	/		
54.	Me disgusto fácilmente.	/	/	/		
55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	/	/	/		
56.	Me gusta mi cuerpo.	/	/	/		
57.	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.	/	/	/		
58.	Cuando me molesto actúo sin pensar.	/	/	/		
59.	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	/	/	/		
60.	Me gusta la forma como me veo.	/	/	/		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Suficiente

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: CHIRINOS SUSANO, ROSA ESTHER

DNI: 08217185

Especialidad del validador:

13 de Mar del 2019.

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Dra. Rosa Esther Chirinos Susano
Psicóloga clínica –Educativa

ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
PSICÓLOGA
C.Ps.P. N° 3090



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS
VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE INDEPENDIENTE:
INTELIGENCIA EMOCIONAL

Dimensiones		Ítems						Sugerencias
		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		
		si	no	si	no	si	no	
1.	Me gusta divertirme.							
2.	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.							
3.	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.							
4.	Soy feliz.							
5.	Me importa lo que les sucede a las personas.							
6.	Me es difícil controlar mi cólera.							
7.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.							
8.	Me gustan todas las personas que conozco.							
9.	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).							
10.	Sé cómo se sienten las personas.							
11.	Sé cómo mantenerme tranquilo (a).							
12.	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.							
13.	Pienso que las cosas que hago salen bien.							
14.	Soy capaz de respetar a los demás.							
15.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.							
16.	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.							
17.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.							
18.	Pienso bien de todas las personas.							
19.	Espero lo mejor.							
20.	Tener amigos es importante.							
21.	Peleo con la gente.							
22.	Puedo comprender preguntas difíciles.							
23.	Me agrada sonreír.							
24.	Intento no herir los sentimientos de las personas.							
25.	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.							
26.	Tengo mal genio.							
27.	Nada me molesta.							
28.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.							
29.	Sé que las cosas saldrán bien.							
30.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.							
31.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.							
32.	Sé cómo divertirme.							
33.	Debo decir siempre la verdad.							
34.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.							
35.	Me molesto fácilmente.							
36.	Me agrada hacer cosas para los demás.							
37.	No me siento muy feliz.							
38.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.							
39.	Demoro en molestarme.							
40.	Me siento bien conmigo mismo (a).							
41.	Hago amigos fácilmente.							
42.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.							
43.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.							
44.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.							



45.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.								
46.	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.								
47.	Me siento feliz con la clase de persona que soy.								
48.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.								
49.	Par mí es difícil esperar mi turno.								
50.	Me divierte las cosas que hago.								
51.	Me agradan mis amigos.								
52.	No tengo días malos.								
53.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.								
54.	Me disgusto fácilmente.								
55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.								
56.	Me gusta mi cuerpo.								
57.	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.								
58.	Cuando me molesto actúo sin pensar.								
59.	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.								
60.	Me gusta la forma como me veo.								

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ES SUFICIENTE

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: CHIRINOS SUSANO ROSA ESTHER

DNI: 08217185

Especialidad del validador: Psicóloga clínica - Educativa

13 de MAR del 2019

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Dra. Rosa Esther Chirinos Susano
Psicóloga clínica –Educativa

ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
PSICÓLOGA
C.Ps.P. Nº 3090



VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE INDEPENDIENTE: HABILIDADES SOCIALES

GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES						
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	✓		✓		✓	
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	✓		✓		✓	
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	✓		✓		✓	
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	✓		✓		✓	
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	✓		✓		✓	
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	✓		✓		✓	
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	✓		✓		✓	
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	✓		✓		✓	
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	✓		✓		✓	

GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS						
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	✓		✓		✓	
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	✓		✓		✓	
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	✓		✓		✓	
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	✓		✓		✓	
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	✓		✓		✓	
14. ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	✓		✓		✓	

GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS						
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	✓		✓		✓	
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	✓		✓		✓	
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	✓		✓		✓	
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	✓		✓		✓	
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	✓		✓		✓	
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	✓		✓		✓	
21. ¿Te das a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien?	✓		✓		✓	

GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS						
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	✓		✓		✓	
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	✓		✓		✓	
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	✓		✓		✓	
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	✓		✓		✓	
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?	✓		✓		✓	
27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	✓		✓		✓	
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	✓		✓		✓	
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	✓		✓		✓	
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	✓		✓		✓	

GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS						
31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	✓		✓		✓	



31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	/	/	/	/
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	/	/	/	/
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	/	/	/	/
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	/	/	/	/
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	/	/	/	/
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo(a) no ha sido tratado de manera justa?	/	/	/	/
37. ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	/	/	/	/
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	/	/	/	/
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	/	/	/	/
40. ¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	/	/	/	/
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	/	/	/	/
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	/	/	/	/

GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN				
43. ¿Si te sientes aburrido(a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	/	/	/	/
44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	/	/	/	/
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	/	/	/	/
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	/	/	/	/
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	/	/	/	/
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	/	/	/	/
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	/	/	/	/
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	/	/	/	/

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ES SUFICIENTE

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: CHIRINOS SUSANO ROSA ESTHER

DNI: 00217185

Especialidad del validador: Psicóloga Clínica Educativa


13 de Mar del 2019

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 DR. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
 Psicóloga Clínica Educativa
 ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
 PSICÓLOGA
 C.Ps.P. N° 3090



VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE INDEPENDIENTE: HABILIDADES SOCIALES

GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES						
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	/	/	/	/	/	/
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	/	/	/	/	/	/
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	/	/	/	/	/	/
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	/	/	/	/	/	/
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	/	/	/	/	/	/
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	/	/	/	/	/	/
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	/	/	/	/	/	/
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	/	/	/	/	/	/
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	/	/	/	/	/	/

GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS						
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	/	/	/	/	/	/
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	/	/	/	/	/	/
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	/	/	/	/	/	/
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	/	/	/	/	/	/
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	/	/	/	/	/	/
14. ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	/	/	/	/	/	/

GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS						
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	/	/	/	/	/	/
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	/	/	/	/	/	/
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	/	/	/	/	/	/
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	/	/	/	/	/	/
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	/	/	/	/	/	/
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	/	/	/	/	/	/
21. ¿Te das a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien?	/	/	/	/	/	/

GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS						
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	/	/	/	/	/	/
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	/	/	/	/	/	/
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	/	/	/	/	/	/
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	/	/	/	/	/	/
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	/	/	/	/	/	/
27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	/	/	/	/	/	/
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	/	/	/	/	/	/
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	/	/	/	/	/	/
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	/	/	/	/	/	/

GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS						
---	--	--	--	--	--	--



31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	✓		✓		✓	
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por tí?	✓		✓		✓	
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	✓		✓		✓	
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	✓		✓		✓	
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	✓		✓		✓	
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo(a) no ha sido tratado de manera justa?	✓		✓		✓	
37. ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	✓		✓		✓	
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	✓		✓		✓	
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	✓		✓		✓	
40. ¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	✓		✓		✓	
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	✓		✓		✓	
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	✓		✓		✓	

GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN						
43. ¿Si te sientes aburrido(a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	✓		✓		✓	
44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	✓		✓		✓	
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	✓		✓		✓	
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	✓		✓		✓	
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	✓		✓		✓	
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	✓		✓		✓	
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	✓		✓		✓	
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): EL SUFICIENTE

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: CHIRINOS SUSANO ROSA ESTHER


DNI: 08217185

Especialidad del validador: PSICOLOGA CLINICA EDUCATIVA

13 de MAR del 2019

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


 DR. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
 Psicóloga Clínica Educativa
 ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
 PSICÓLOGA
 C.Ps.P. N° 3090

Anexo 5: Propuesta de valor

Obtenido los resultados de la presente tesis universitaria que demostró que, sí existe relación significativa entre la relación significativa entre demostrar la relación que existe entre la inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo (sede Jaén, Cajamarca), 2019. Se propone un programa de actividades de capacitación y desarrollo dirigido a los referidos estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Psicología, así como al personal de docentes que se encuentran laborando en dicha Escuela Profesional que permitan controlar y mejorar las competencias emocionales y las habilidades sociales que ayudarán a mejorar la relación entre los referidos estudiantes, así como en la interacción en el ámbito social/familiar en el ejercicio propio del rol como estudiantes del nivel universitario.

Objetivo general:

- Desarrollar actividades diseñadas a incrementar los niveles del coeficiente emocional, así como nuevas habilidades sociales entre los estudiantes universitarios, así como con los docentes que permitan aprender, fortalecer las diferentes habilidades sociales, comprender estados emocionales que faciliten desarrollar capacidades emocionales y desarrollo de habilidades sociales.

Objetivos específicos:

- Demostrar a los estudiantes de Psicología la importancia del rol social y profesional, así como la importancia en el ejercicio profesional el desarrollo de capacidades emocionales y habilidades sociales como el aspecto formativo de todo profesional que facilitarán la preparación universitaria en el ámbito universitario.
- Desarrollar competencias emocionales en los estudiantes universitarios que faciliten el desarrollo de habilidades sociales y comprendan su importancia en el desempeño profesional, familiar, social; que faciliten un control de las propias emociones en el ejercicio propio de las funciones específicas del psicólogo que es evaluar, diagnosticar,

intervenir, promoción, prevención, investigación y la gestión administrativa como futuro profesional de la salud mental.

- Explicar a las autoridades universitarias de la referida Escuela Profesional de Psicología el rol importante del manejo de las emociones con el desarrollo de las habilidades sociales, como un aprendizaje constante en los estudiantes universitarios que permitirán una mejora en su vida profesional, y puedan así percibir la calidad de vida laboral como un aprendizaje continuo.

Primera sesión:

Seminario/taller: Identificando las emociones en el desempeño académico. En dos partes:

Sensibilización de 40 minutos con el tema de efectos de las emociones en la salud física, emocional y laboral.

- A) 50 minutos de talleres con los estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Psicología para trabajar la siguiente pregunta: ¿Cómo podré identificar las emociones desagradables / negativas de una asertiva con el uso de las diversas habilidades sociales?

Segunda sesión:

Seminario/taller: Yo puedo controlar mis emociones hoy, mañana y siempre para ser feliz.

- A) Seminario de inteligencia emocional por 50 minutos: La inteligencia emocional me ayuda a desarrollar las habilidades sociales.
- B) Taller y dramatización de estados emocionales agradables y desagradables para conocer los beneficios y perjuicios de estos estados emocionales desde la neurociencia.

Tercera sesión

Seminario/taller: Como ayudar a mejorar el coeficiente emocional para tener calidad de vida universitaria.

- A) Seminario titulado: Las competencias emocionales, felicidad plena, la ansiada calidad de vida laboral responsabilidad de todos por 50 minutos.
- B) Taller de intercambio de roles ayudando a mejorar la comunicación académica, trabajo en grupos, recomendaciones para identificar la distorsión cognitiva, paradigmas mentales, y el aprendizaje de emociones y habilidades sociales.