



**UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP**

**FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y HABILIDADES  
SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL SGTO. 2DO. FAP  
LÁZARO ORREGO MORALES-PISCO, 2018.**

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

**AUTORES:**

**Bach. PRADA GUTIERREZ FEBA MEHALI YVONNE**

**Bach. QUIÑONES CABANILLAS MARIA DEL CARMEN**

**LIMA – PERÚ  
2018**

## **ASESOR DE TESIS**

---

**DRA. NANCY MERCEDES CAPACYACHI OTÁROLA**

## **JURADO EXAMINADOR**

---

**DRA. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE  
PRESIDENTE**

---

**DR. YRENEO EUGENIO CRUZ TELADA  
SECRETARIO**

---

**DRA. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO  
VOCAL**

## **DEDICATORIA**

Dedicamos esta tesis a nuestras familias, porque son nuestra fuente de motivación. Ellos nos llenaron de la fuerza necesaria y apoyo en momentos de flaqueza, el amor incondicional de ellos y su confianza fueron determinantes para lograr este sueño alcanzado.

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por este logro, por la salud y paciencia para superar las dificultades.

A nuestros padres por la vida, y a nuestros esposos e hijos, quienes son el motivo principal de nuestra continua lucha y superación.

A la Institución Educativa.

## RESUMEN

El objetivo del presente estudio es demostrar la relación significativa entre Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Este estudio fue de gran relevancia porque nos permitió abordar con elementos significativos a los padres, alumnos y profesores. El tipo y nivel de estudio es básico, descriptivo-correlacional de diseño no experimental. Los instrumentos de medición utilizados fueron: El Inventario de Coeficiente Emocional ICE Bar-On y la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein. La muestra estuvo conformada por alumnos de ambos sexos entre 12 a 18 años. En el método y análisis se realizó la codificación y tabulación para describir cada una de las variables, aplicándose el programa estadístico SSPS 23.0. Se aplicó la prueba de bondad de ajuste para precisar que los datos sigan la curva de distribución normal. Se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, determinando el uso de la prueba no paramétrica Sperman-Browm. Para buscar la correlación entre dos variables se utilizó la correlación de Pearson; obteniendo de todos los cálculos un nivel de significación igual a  $p < .05$  y  $p < .01$ . De ello se concluye, que existe relación significativa entre Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales, respondiendo con base a los objetivos específicos debido a la naturaleza de los instrumentos, con tablas mediante el uso de la estadística descriptiva e inferencial. De los resultados se concluye que, la Inteligencia Emocional influye significativamente en las manifestaciones y/o carencias de las Habilidades Sociales.

## ABSTRACT

the objective of this study is to demonstrate the significant relationship between emotional intelligence and social skills in students from the high school of the State educational Sgto institution. 2nd. FAP Lazarus Orrego Morales-Pisco, 2018. This study was important because it allowed us to deal with significant elements to the parents, students and teachers. The type and level of study is basic, descriptivo-correlacional non-experimental design. The measuring instruments used were: the inventory of On-ICE Bar emotional coefficient and the scale of social skills of Goldstein. The sample was conformed by students of both sexes between 12 to 18 years. The method and analysis conducted coding and tabulation to describe each of the variables, applying statistical programme SSPS 23.0. Applied test of goodness of fit to point out that the data will follow the normal distribution curve. Kolmogorov-Smirnov test is used... Playboy-Browm nonparametric test. To find the correlation between two variables we used Pearson's correlation; obtaining of all calculations a level of significance equal to  $p < .05$  and  $p < .01$ . It is concluded, that there is a significant relationship between emotional intelligence and social skills, responding based on specific objectives due to the nature of the instruments, with tables through the use of statistics descriptive e inferential. Of the os results it is concluded that, emotional intelligence influences significantly the manifestations or lack of social skills.

**Key words:** Parenting styles, aggression, authoritative, authoritarian, aggressive reactive and proactive aggression.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

<b>JURADO EXAMINADOR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>iv</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>v</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>ÍNDICE DE CONTENIDO</b> .....	<b>viii</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b> .....	<b>x</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>xi</b>
<b>I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b> .....	<b>14</b>
1.1. Planteamiento de problema.....	14
1.2. Formulación del problema. ....	16
1.2.1. Problema general. ....	16
1.2.2. Problemas específicos. ....	16
1.3. Justificación del estudio.....	17
1.4. Objetivo de la investigación.....	19
1.4.1. Objetivo general. ....	19
1.4.2. Objetivos específicos.....	19
<b>II. MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>20</b>
2.1. Antecedentes de la Investigación.....	20
2.1.1. Antecedentes nacionales. ....	20
2.1.2. Antecedentes internacionales. ....	23
2.2. Bases teóricas de las variables. ....	26
2.2.1. Inteligencia Emocional .....	26
2.2.2. Habilidades Sociales .....	38
2.3. Definición de términos básicos.....	56
<b>III. MÉTODOS Y MATERIALES</b> .....	<b>58</b>
3.1. Hipótesis de la investigación.....	58
3.1.1. Hipótesis general.....	58
3.1.2. Hipótesis específicas.....	58
3.2. Variables de estudio. ....	59
3.2.1. Definición conceptual. ....	59

3.2.2. Definición operacional.....	59
3.2.3. Matriz de Operacionalización de Variables.....	60
3.3. Tipo y nivel de la investigación.....	62
3.4. Diseño de la investigación.....	63
3.5. Población y muestra de estudio.....	63
3.5.1. Población.....	63
3.5.2. Muestra.....	63
3.5.3. Muestreo.....	63
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	64
3.6.1. Técnicas de recolección de datos.....	64
3.6.2. Instrumentos de recolección de datos.....	65
3.7. Métodos de análisis de datos.....	69
3.8. Aspectos éticos.....	70
<b>IV. RESULTADOS.....</b>	<b>72</b>
4.1. Análisis descriptivo.....	72
4.1.1. Análisis descriptivo de la inteligencia emocional.....	72
4.1.2. Nivel de inteligencia emocional según datos sociodemográficos.....	72
4.1.3. Análisis descriptivo de las habilidades sociales.....	74
4.1.4. Nivel de habilidades sociales según datos sociodemográficos.....	75
<b>V. DISCUSIÓN.....</b>	<b>80</b>
<b>VI. CONCLUSIONES.....</b>	<b>82</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>83</b>
<b>ANEXO.....</b>	<b>85</b>
Anexo 1. Matriz de Consistencia.....	86
Anexo 2: Matriz de Operacionalización de Variables.....	87
Anexo 3: Instrumentos.....	89
Anexo 4: Validación de instrumentos.....	94
Anexo 5: Matriz de datos.....	112
Anexo 6: Propuesta de valor.....	119

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b>	<i>Características de la muestra en estudio.....</i>	64
<b>Tabla 2</b>	Nivel de inteligencia emocional en adolescentes.....	72
<b>Tabla 3.</b>	Nivel de inteligencia emocional según sexo de los adolescentes..	73
<b>Tabla 4.</b>	<i>Nivel de inteligencia emocional según edad de los adolescentes .</i>	74
<b>Tabla 5.</b>	<i>Nivel de habilidades sociales en estudiantes de secundaria .....</i>	75
<b>Tabla 6.</b>	<i>Nivel de habilidades sociales según sexo de estudiantes de secundaria .....</i>	76
<b>Tabla 7.</b>	<i>Nivel de habilidades sociales según sexo de estudiantes de secundaria .....</i>	77
<b>Tabla 8.</b>	<i>Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio .....</i>	78
<b>Tabla 9.</b>	<i>Coeficiente de correlación entre inteligencia emocional y habilidades sociales78.....</i>	79

## ÍNDICE DE FIGURA

<b>Figura 1.</b> Estilos de respuesta Conductual .....	43
--	----

## INTRODUCCIÓN

Barón (2000, citado en Ugarriza, 2001) dijo que la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades emocionales, intra e interpersonales que van a influir en las habilidades sociales de las personas para poder afrontar las demandas y presiones que se presentan del medio ambiente. Dichas habilidades se basan en las capacidades del individuo de ser consciente, comprender, controlar y expresar sus emociones de manera efectiva, siendo estas las razones por las cuales nos motivamos a realizar la presente investigación.

Para la investigación realizada se formuló el objetivo general de Demostrar la relación entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018, ya que La inteligencia emocional es un tema de mucha importancia de ser estudiado en especial en los estudiantes del nivel de secundaria, coincidiendo con Barón (2000) quien redefinió su modelo como un ideal comprensivo y una medida de la inteligencia social y emocional. Siendo que la inteligencia social y emocional son una serie multifactorial de habilidades emocionales, personales y sociales que están interrelacionados y que van a influir en las capacidades emocionales a nivel global del ser humano de forma activa y eficiente para cubrir las demandas y presiones sociales diarias.

Los estudiantes del nivel secundaria del presente estudio por las interacciones sociales pueden adquirir nuevas habilidades sociales, algunas de estas previas se pueden extinguir y dar lugar a comportamientos poco habilidosos socialmente. Las habilidades sociales son aprendidas, y todo lo que es aprendido, también son susceptibles de ser modificadas. Basado en estas premisas, la educación de las habilidades sociales, deben estar orientados a poder enseñar las habilidades necesarias para su proceso de formación escolar, que le va a servir para un mejor desenvolvimiento interpersonal en el ámbito escolar. Por ello es necesario que los estudiantes de secundaria en su proceso de formación escolar aprendan a desarrollar las habilidades sociales, que le puedan ayudar a mejorar sus relaciones interpersonales y adecuarse a las diversas circunstancias en su desarrollo individual, académico y posteriormente

profesional.

La investigación ha sido dividida en cinco capítulos, donde vamos a observar que, 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, está redactado el marco teórico, donde se detalla los antecedentes internacionales y nacionales, las bases teóricas, así como la definición de términos. En el tercer capítulo que corresponde a métodos y materiales, comprende las hipótesis de investigación, variables de estudio, definición conceptual y 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 y técnicas e instrumentos de recolección de datos a utilizar y los métodos de análisis de datos, aspectos éticos, y el análisis. El cuarto capítulo, va a comprender los resultados de la investigación, presentándose en tablas 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.**

Es indiscutible que la familia es el primer agente socialización donde se empiezan a formar las características básicas de la inteligencia emocional; cada momento se comprueba de forma evidente la similitud entre actitudes, reacciones comportamentales de los miembros de una misma familia. Sin embargo, siendo una de las propiedades más resaltantes de la inteligencia emocional, así como otras funciones cognitivas, psicoafectivas, han de ser modificadas y desarrolladas a través de toda la existencia de la persona humana, ya que su componente intrapersonal e interpersonal lo favorece notablemente, siendo justificable la preocupación que existe en todas las instituciones educativas el afán de encontrar las estrategias más adecuadas, así como apropiadas para potenciar su desarrollo.

Esta problemática nos llevó a preguntarnos a la vez, qué tipo de institución educativa favorece o detiene el desarrollo de los niveles de inteligencia emocional de sus educandos puesto que las relaciones interpersonales que se establecen en su interior definen la formación de actitudes y valores en cada alumno, así como favorecen el autocontrol emocional, el autodomínio, la empatía y de una manera significativa ejercen una gran influencia sobre la adquisición y desarrollo de las habilidades sociales básicas, avanzadas, alternativas, las que están relacionadas con los sentimientos así como las otras habilidades que permiten afrontar al estrés y aquellas habilidades que favorecer la planificación a hacer frente a diferentes situaciones de la vida diaria.

Conocedores de la problemática que enfrenta cada adolescente, en su formación escolar en relación a su capacidades emocionales y habilidades sociales, más aun considerando que se encuentran en la etapa del desarrollo más crítica del ser humano como es la adolescencia, por sus características de inseguridad e inestabilidad emocional, sus temores deseo de libertad, se puede postular que la educación en equidad de género es un factor determinante en el desarrollo de la inteligencia emocional así como la adquisición de habilidades sociales, que son tan necesarias para el establecimiento de relaciones intra e interpersonales productivas en todos los ámbitos de su vida personal, social presente y futura, sin embargo, a

pesar del influjo de la modernidad.

Según Barón (1987) indica que la Inteligencia emocional es la agrupación de capacidades de índole afectiva, correspondiente a la propia persona, como también en su interrelación con los demás seres, que permiten solucionar problemas, alcanzar metas y por ende lograr el propio bienestar. El autor lo enfoca bajo los lineamientos de componentes y sub- componentes que abordan segmentos tanto intrínsecos como intrapersonal, conocimiento de sí mismo, auto concepto, autorrealización, empatía, flexibilidad, optimismo que le conlleva a la felicidad e extrínsecos como la asertividad, las relaciones interpersonales, la responsabilidad social, la adaptabilidad, solución de problemas, prueba de la realidad, tolerancia al estrés, y el control de impulsos hacia su contexto social. Siendo la importancia del presente aporte teórico la relación significativa que tienen estas dimensiones emocionales con la formación de habilidades sociales en los alumnos de secundaria donde se realizó el estudio científico.

En la institución educativa, donde se realizó la presente investigación se ha podido observar que los adolescentes hombres y mujeres tienen ciertas dificultades para establecer relaciones interpersonales y/o afectivas equilibradas, serenas con las personas del sexo opuesto, en otros casos les cuesta mucho lograr un óptimo desarrollo de las diversas dimensiones de habilidades sociales lo que es notorio en los adolescentes de dicha escuela, así como es necesario el desarrollo de la empatía, la auto motivación que pueden mejorarse; problemática identificada que nos ha despertado el interés desde hace buen tiempo la de poder determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional en la formación, desarrollo y permanencia de las habilidades sociales en la persona de cada alumno. Como tenemos acceso y se llegó a conocer que existe un apoyo viable de apreciaciones favorables de administradores, maestros, padres de familia y con el esfuerzo de los que llevaron a cabo este estudio y para lo cual se utilizó los momentos de tutoría y se usaron técnicas e incentivos de motivación con lo que sensibilizo a los alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales de la ciudad de Pisco-Ica, y así se pudo terminar este proceso de investigación.

## **1.2. Formulación del problema.**

### **1.2.1. Problema general.**

- ¿Cuál es la relación entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales – Pisco 2018?

### **1.2.2. Problemas específicos.**

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión Intrapersonal y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión Interpersonal y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión Adaptabilidad y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión Manejo de Estrés y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión Estado de Ánimo General y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?

### **1.3. Justificación del estudio.**

La presente investigación se justifica por las siguientes razones:

Su valor en lo teórico radica en que nos proporciona evidencia científica válida sobre las variables de estudio Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales, además de que se demuestra la relación entre las referidas variables en estudio, permitiendo la adquisición de información, conocimiento válido y confiable para la Psicología. Conocimientos que ayudaran a la solución de problemas teóricos y prácticos de carácter social, educativo y cultural, estableciendo una base sólida para futuras investigaciones, tomando en cuenta que la población mantenga características similares al estudio realizado. Y todos estos aportes van a contribuir con la institución educativa donde se ha ejecutado la investigación, con la finalidad de obtener mejoras en las prácticas diarias, además de instituir políticas de prevención e intervención en ambas variables.

La Justificación Practica de la presente investigación a realizar es que en este proceso se va a confirmar la relación significativa de como la carencia o ausencia de capacidades emocionales serán factores que van a limitar el aprendizaje de habilidades sociales, y estas podrían generar dificultades a nivel de comportamientos desadaptativos, dificultades en el rendimiento. Por otro lado, las habilidades sociales han sido consideradas vitales para un desarrollo normal y saludable insustituible en cuanto a las oportunidades que proporciona de aprender y ensayar importantes habilidades cognitivas, lingüísticas y socioemocionales, así como determinantes del futuro desenvolvimiento de los adolescentes en el ámbito social.

En lo metodológico se justifica este estudio realizado porque se llevó a cabo con la aplicación de los instrumentos de medición del Inventario de Coeficiente Emocional de Bar-On – ICE, y la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein, en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Estatal, lo que va permite analizar su funcionamiento y comportamiento psicométrico en términos de la validez, confiabilidad y adaptación para este tipo de poblaciones, para el estudio científico.

La Justificación Social: Este estudio permitió obtener importante información

de los niveles del Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales en la población de estudiantes del nivel de secundaria, teniendo en cuenta que la educación es la base fundamental para la construcción de una nueva sociedad que permita una educación que contribuya al crecimiento y desarrollo del ser humano a nivel cuantitativo y cualitativo, que es la finalidad de toda Institución Educativa pública o privada, entonces podemos decir que los resultados de la investigación ha sido de beneficio a los estudiantes del nivel secundaria puesto que el conjunto de capacidades emocionales a nivel intra e interpersonal como el respeto, la valoración del otro, es construida y aprendida de las vivencias cotidianas, su desarrollo juntamente con las habilidades sociales permitirán una mejora en la comunidad educativa, favoreciendo las relaciones afectivas e identidad, lo que va contribuir al desarrollo integral de los educandos en: un marco ético, respeto, inclusión, derechos , responsabilidades, también facilita la solución pacífica de conflictos y la cimentación del ambiente social escolar para poder desarrollar planes y estrategias que permitan controlar y disminuir los niveles relaciones sociales disfuncionales en el ámbito educativo.

#### **1.4. Objetivo de la investigación.**

##### **1.4.1. Objetivo general.**

- Demostrar la relación entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.

##### **1.4.2. Objetivos específicos.**

- Determinar la relación entre la dimensión Intrapersonal y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.
- Determinar la relación entre la dimensión Interpersonal y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.
- Determinar la relación entre la dimensión Adaptabilidad y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.
- Determinar la relación entre la dimensión Manejo de Estrés y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.
- Determinar la relación entre la dimensión Estado de Ánimo General y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.

## **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 de estudio, la metodología de estudio similar, la población de estudio estudiantes adolescentes, resultados parecidos a los que se espera alcanzar.

Cieza (2016) realizó la tesis titulada “Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes de secundaria de la institución educativa industrial Santiago Antúnez de Mayolo N°3048” Lima, Objetivo de dicha investigación era encontrar su nivel en cuanto a su desarrollo de habilidades sociales de cada una de sus dimensiones en cuanto a asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones en adolescentes del nivel secundario. Metodología es descriptivo de la misma forma no experimental de corte transversal a este respecto en cuanto a la población que se realizó dicho estudio estuvo conformada por 432 alumnos adolescentes del nivel secundario de las edades de doce y diecisiete años. El instrumento que ha utilizado fue el test de habilidades sociales. Los resultados a este respecto obtuvieron un nivel promedio alto entorno a las habilidades sociales.

Este estudio se ha considerado porque se realizó el estudio con la variable de habilidades sociales, la metodología de estudio similar, la población de estudio estudiantes adolescentes, resultados parecidos a los que se espera alcanzar.

Rivera y Zavaleta (2015) realizaron la tesis titulada “habilidades sociales y conductas de riesgo en adolescentes escolarizados de la Institución educativa Torres Araujo de Trujillo”. Objetivo determinar su nivel de habilidades sociales y conductas de riesgo en adolescentes escolarizados. Metodología fue de tipo básica, de nivel descriptiva correlacional de diseño no experimental de corte transversal, siendo el muestreo probabilístico por conglomerados estratificado asimismo se realizó dicha tesis con una muestra de 454 estudiantes, los instrumentos que utilizaron fueron a este respecto el test de evaluación de habilidades sociales y de igual manera el cuestionario sobre conductas de riesgo. Los resultados a este respecto que obtuvieron fue la relación de variable altamente significativa.

El presente estudio se ha considerado porque se trabajó con la variable habilidades sociales, población de estudiantes adolescentes de secundaria, similar metodología, siendo los resultados similares a lo que se espera alcanzar.

Fernández (2014) en su tesis de Licenciatura, titulado Inteligencia emocional y, conducta social en estudiantes del quinto año de secundaria de una institución educativa, Trujillo – 2014, siendo el objetivo 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, en 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 hetero aceptación del mundo emocional, así como el manejo de estrés, adaptabilidad y el ánimo general guardan relación significativa directa con las escalas consideración con los demás y 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.

El presente estudio se consideró, porque trabajo con la variable de Inteligencia emocional, el mismo instrumento de medición la metodología de tipo básico, de nivel descriptiva correlacional, de diseño no experimental.

Arellano (2012) investigó sobre: Efectos de un programa de intervención psicoeducativa para la optimización de las habilidades sociales de alumnos del primer grado de educación secundaria del centro educativo diocesano El Buen Pastor (Lima-Perú), para valorar la efectividad del programa de interacción social, se utilizó el diseño de investigación cuasi experimental antes y después con grupo de control. La muestra se seleccionó con el muestreo intencional, el instrumento de evaluación fue el cuestionario de auto informe de Inés Monjas Casares que evaluó las 6 áreas de habilidades sociales (La interacción social, la habilidad para hacer amigos, la habilidad conversacional, la expresión de sentimientos, emociones y opiniones, la solución de problemas interpersonales, la relación con los adultos ), este instrumento se validó a nivel de contenido por jueces expertos y posteriormente se evaluó su validez lingüística. Se examinaron 225 alumnos del primer grado de educación secundaria, la población se normalizó mediante estos niños y la muestra seleccionada fue de 54 alumnos que obtuvieron como mínimo tres (03) áreas con bajo puntaje. El grupo experimental fue sometido al programa de intervención, 16 sesiones de 2 horas pedagógicas, durante 4 meses. Las áreas detectadas como bajas en la evaluación pre- test, al concluir el programa de intervención alcanzaron mejoras significativas con diferencias de medias comprendidas entre 6,25 a 9,90 y con un valor t superior a  $p < 0.01$ . En relación al género, se puede decir que después de la aplicación del programa de intervención los participantes varones y mujeres optimizaron sus habilidades de interacción social, mostrando el grupo de las mujeres mayor desarrollo de las habilidades sociales. Se observó que los participantes del grupo experimental mejoraron sus habilidades de interacción social y adicionalmente incrementaron su motivación y rendimiento académico, se presume que podría ser un efecto colateral del programa de intervención psicoeducativa, por ende, se invitaría a que se puedan realizar investigaciones complementarias. Asimismo, a partir de los resultados se

puede hacer una reflexión sobre la importancia de los acompañantes en el proceso educativo y la necesidad de que estos cuenten con habilidades sociales desarrolladas que les permitan ser modelo a imitar y favorezcan la adquisición de aprendizajes sociales significativos.

Esta investigación fue importante para el estudio realizado porque utilizó la variable habilidades sociales, la población fue adolescentes, así como una de las conclusiones a que llegan es que es necesario el desarrollo de habilidades sociales ya que muchos de estos, son modelos a imitar en la escuela, hogar y la sociedad.

### **2.1.2. Antecedentes internacionales.**

García, Cabanillas, Moran y Olaz (2014) realizaron el artículo “Diferencias de género en habilidades sociales en estudiantes universitarios de argentina”, objetivo del artículo era determinar si existen diferencias de género de habilidades sociales en estudiantes universitarios” según género. Metodología es de tipo básica, de nivel descriptiva, de diseño no experimental de corte transversal, se aplicó el inventario de habilidades sociales con un análisis multivariado de la varianza anova y se desarrolló con una muestra de 1067 estudiantes universitarios de ambos sexos de 18 y 25 años de edad distribuidos en 56 carreras de cinco universidades públicas y privadas, el instrumento utilizado fue el cuestionario de habilidades sociales para universitarios. Los resultados mostraron que no se observaron diferencias en habilidades sociales académicas y de trabajo.

Se consideró este estudio porque se realizó en adolescentes, y el instrumento utilizado fue el Inventario de habilidades sociales, y siendo las conclusiones importantes para el presente estudio porque es parecido a los resultados que se espera alcanzar.

Medina (2014) refiere el mencionado que realizó la tesis titulada “Relación entre las habilidades sociales y las actitudes hacia la sexualidad en estudiantes del 4to y 5to de secundaria de la I.E. Javier Luna Pizarro de Arequipa 2013”. Objetivo de estas evidencias fue determinar la relación de las habilidades sociales y actitudes hacia la sexualidad. Siendo la metodología de tipos básica, de nivel descriptiva correlacional, de diseño no experimental de corte transversal, Los instrumentos que utilizaron son cédula de entrevistas y encuestas Los resultados

de igual manera que pudo evidenciar en cuanto a habilidades sociales como también en la asertividad donde alcanzaron categorías medianamente alto en comunicación, categoría bajo en autoestima, de igual manera una categoría medianamente alto, toma de decisiones alcanzan categoría bajo sobre el asunto de actitudes hacia la sexualidad en la mayoría es favorable y tal es el caso de las habilidades sociales no están relacionadas con las actitudes hacia la sexualidad.

Se ha considerado el presente estudio importante porque se trabajó con la variable habilidades sociales, metodología similar, población de estudiantes de secundaria.

Gómez (2013) refiere que realizó la tesis titulada. “Habilidades sociales: un estudio comparativo en adolescentes según su género”, en Guatemala. 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 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.

Se consideró este estudio porque se realizó en adolescentes, y el instrumento utilizado fue la lista de chequeo de Goldstein, y siendo las conclusiones importantes para el presente estudio porque contribuye al proceso de readaptación en dichos adolescentes de la muestra de estudio.

Felipe (2012) realizó una investigación cualitativa titulada Conducta resiliente y habilidades sociales en internos del Centro de Integración para Adolescentes, de México, con diseño cuasi experimental, con el objetivo de determinar los cambios en las habilidades resilientes y sociales en un grupo de adolescentes, a partir de un programa de intervención psicoeducativa. La muestra fue no probabilística conformada por 43 adolescentes. Los instrumentos utilizados fueron: la Escala de

Resiliencia Mexicana de Palomar y la Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein. Se concluyó que el programa de intervención tuvo un efecto positivo en los adolescentes favoreciendo las habilidades resilientes y sociales, lo cual colabora en el proceso de readaptación de los mismos.

Se consideró este estudio porque se realizó en adolescentes, y el instrumento utilizado fue la lista de chequeo de Goldstein, y siendo las conclusiones importantes para el presente estudio porque contribuye al proceso de readaptación en dichos adolescentes de la muestra de estudio.

Oyarzún, Estrada, Pino y Oyarzún (2012) en Chile en un artículo titulado "habilidades sociales y rendimiento académico una mirada desde el género". Objetivo del artículo es de estudio de relacionar la variable de esta investigación como son habilidades sociales y rendimiento académico. Metodología de la investigación realizada de tipo no experimental de corte transversal, correlacional también lo realizo con una muestra de 245 estudiantes de secundaria a un 65,7% en mujeres, aun 34,3% en varones del último año y a un 35%, los instrumentos que utilizaron fueron el inventario de habilidades sociales para adolescentes, test sociométrico y rendimiento académico Los resultados obtenidos mostraron que a este respecto en las mujeres no se puede encontrar conexión en cuanto a sus habilidades sociales y aceptación de grupo a esto elementos no está asociada la capacidad de cómo gestionar adecuadamente la relación social así mismo en los varones no existe relación de habilidades sociales y rendimiento académico por el contrario refiere sobre el éxito escolar ya que no parece estar vinculado con su éxito social.

El estudio mencionado en el párrafo anterior se consideró para el presente estudio, porque se realizó en adolescentes de secundaria, según género, se aplicó la escala de habilidades sociales, y la conclusión a que llega, es que no existe relación entre estas habilidades y el rendimiento académico.

Moreno (2011) realizó una investigación cuantitativa descriptiva titulada: Desarrollo de habilidades sociales como estrategia de integración al bachillerato, con el objetivo de implementar un taller de habilidades sociales para alumnos de nuevo ingreso a bachillerato, para que los adolescentes dispongan de estas

habilidades en situaciones de su vida social cotidiana. La población de estudio estuvo conformada por 70 alumnos de primer grado de bachillerato entre 14 y 18 años. Para obtener la información necesaria se aplicó una adaptación del Cuestionario de Habilidades de Aprendizaje Estructurado de Goldstein. Se concluyó que las áreas más débiles en los alumnos de primer año de bachillerato son las habilidades sociales avanzadas, relacionadas con el manejo de emociones y estrés. Entre los hallazgos del estudio se observó que el taller aplicado sí favorece la integración escolar, lo cual se sustenta en que la evaluación que se realizó después de la ejecución del taller demuestra que los sujetos adquirieron algunas habilidades sociales que no poseían.

Este estudio va a contribuir porque fue realizado en adolescentes de 14 a 18 años de edad de nivel secundaria y se ha empleado el Instrumento de habilidades sociales de Goldstein, y demuestra la integración escolar.

## **2.2. Bases teóricas de las variables.**

### **2.2.1. Inteligencia Emocional**

Antes de hacer un abordaje de la Inteligencia Emocional es necesario realizar unas definiciones básicas como el de Inteligencia y de Emociones, por lo que se pasar a definir ambos constructos:

#### **Inteligencia.**

El constructo sobre inteligencia ha venido sufriendo una serie de aseveraciones, evolucionando en el espacio y el tiempo, por lo que podemos abordar el estudio de la inteligencia a partir de tres enfoques primordiales. En el primero, el psicométrico, prevalece una concepción de la inteligencia que puede caracterizarse por ser de naturaleza biológica y susceptible a la medición. El segundo enfoque es el cognitivo, en el que se expresa un paradigma del procesamiento de la información, en el que intervienen diversos factores que conforman un sistema complejo de interacción enfocado a los productos; enfatizando el uso de una diversidad de habilidades de pensamiento y de aprendizaje que son empleadas en la resolución de problemas académicos y extraacadémicos. El tercer enfoque pretende ir más allá del enfoque cognitivo. Es el que encabeza Gardner (1994), quien sostiene que existen distintas

inteligencias que pueden ser estudiadas y estimuladas por separado. Sosa, (2008).

Entonces podemos definir a la Inteligencia describe una propiedad de la mente del ser humano, en la que se relacionan habilidades tales como las capacidades del pensamiento abstracto, el entendimiento, la comunicación, el raciocinio, el aprendizaje, la planificación y la solución de problemas. El diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (1998), define la inteligencia (del latín *intellegentia*), que proviene de *intellegere*, término compuesto de *inter* 'entre' y *legere* 'leer, escoger', por lo que, etimológicamente, inteligente es quien sabe leer o escoger, entre otras acepciones como la "capacidad para entender o comprender" y como la "capacidad para resolver problemas". La inteligencia parece estar ligada a otras funciones mentales como la percepción, o capacidad de recibir información, y la memoria, o capacidad de almacenarla.

### **Emoción.**

Con relación a un estado psicofisiológico diremos que las emociones como la alegría o la tristeza son reacciones subjetivas, relativamente breves e intensas, provocados por distintos estímulos, que excitan o inhiben la conducta; por lo que podremos identificarlo a través de los siguientes componentes: “el experiencial, que se refiere a la vivencia subjetiva de la emoción; el conductual que hace referencia a las respuestas faciales, las posturas y el llanto; y el fisiológico, que incluye respuestas fisiológicas, como: la sudoración, la tensión muscular o el aumento del ritmo cardiaco y de la presión sanguínea”. (Bravo & Navarro 2009, p. 93).

Teniendo en cuenta los aportes de Papalia, Olds y Feldman, (2005) las emociones desempeñan las siguientes funciones:

- Función comunicativa, es decir, la capacidad de expresar necesidades o deseos y provocar una respuesta, como ocurre con las expresiones faciales o el llanto.
- Función protectora, de naturaleza preventiva y anticipadora, cuya finalidad es resolver problemas de supervivencia inmediata, como ocurre con el miedo, que permite identificar la amenaza y estimula la defensa de uno mismo frente a acontecimientos adversos.

- Función de exploración del ambiente, que favorece distintos aprendizajes, entre ellos los que permiten proteger o conservar la vida. (Bravo & Navarro 2009, p. 93)

### **Teorías psicológicas de la emoción.**

Dentro de las teorías psicológicas de la emoción que más han aportado teóricamente en su análisis evolutivo de la misma, según Sosa, (2008) consideramos las siguientes:

**El psicoanálisis.** Según esta teoría, privilegia la idea que la emoción se crea de manera interna por medio de un factor inconsciente, impulsando los cambios en el sentimiento ya que en mérito a ello, una persona puede equivocarse de lo que siente, e incluso no darse cuenta de sus actitudes.

**El Conductismo.** Propone que de las teorías conductuales se concentran en otro rasgo de la emoción que es la conducta emocional; asimismo se argumenta que la conducta emocional no es causada por una emoción preexistente, si no es determinada por la situación. En consecuencia, se concluye que las conductas emocionales son provocadas por estímulos externos y no por algún sentimiento interno llamado emoción.

**El Cognitivismo;** Según el cognitivismo las emociones son respuestas reflejas inmediatas a situaciones sin el intermediario de una interpretación o cognición consciente del contexto emocional. Sobre la base de estudios experimentales, los cognitivos argumentan que un estado de excitación fisiológica y una conciencia e interpretación de la propia situación son cruciales para la emoción. De ahí la relevancia de la frase del filósofo griego Epícteto retomada por Albert Ellis, para el desarrollo de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), en donde se concluye que las personas no se perturban por los acontecimientos, sino por lo que creen acerca de los acontecimientos; si se piensa en algo funesto el organismo funciona mal, debido a emociones intensas producidas por los pensamientos.

Por lo que luego de analizar los antecedentes y teorías diversas se considera conveniente definir, qué entendemos por emoción. La palabra emoción procede del latín y significa “incitar”, “mover a”. **Bisquerra (2000)** la define como un estado

complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Es por ello que consideramos que las emociones nos impulsan a actuar con respecto a otras personas o a nosotros mismos y que están relacionadas con el desarrollo de la personalidad.

### **Control de las emociones.**

El control de las emociones se debe a la aplicación de diversas estrategias, tales como:

**Auto instrucciones.** Conjunto de verbalizaciones que el individuo se autodirige para afrontar las interacciones sociales con la probabilidad de éxito. Ejemplo. Debo hablar con voz clara para que los demás me entiendan.

**Auto observación:** este sentido nos permite auto conocernos y explorar nuestro propio mundo interior. Ejemplo. Registrando la emisión de la conducta.

**Autoevaluación:** mecanismo a través el cual el individuo, mediante un proceso de reflexión, describe y valora su realidad. Ejemplo. Como argumentas o valoras la respuesta dada al profesor.

**Autoestima:** reconocimiento y valoración del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Ejemplo. Estar orgulloso de nosotros, actuar con independencia, asumir responsabilidades y aceptar frustraciones. Bravo, Navarro (2009, p. 97).

En 1983, Howard Gardner, en su Teoría de las inteligencias múltiples disertada en su libro *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligence* introdujo la idea de incluir tanto la inteligencia interpersonal (la capacidad para comprender las intenciones, motivaciones y deseos de otras personas) y la inteligencia intrapersonal (la capacidad para comprenderse uno mismo, apreciar los sentimientos, temores y motivaciones propios). Para Gardner, los indicadores de inteligencia, como el CI, no explican plenamente la capacidad cognitiva. El primer uso del término inteligencia emocional generalmente es atribuido a Wayne Payne, citado en su tesis doctoral: "Un estudio de las emociones: El desarrollo de la inteligencia emocional", de 1985. Sin embargo, el término "inteligencia emocional" había aparecido antes en textos de Leuner (1966). Greenspan también presentó en

1989 un modelo de IE, seguido por Salovey y Mayer (1990) y Goleman (1995).

Gardner (1994) en su obra *las inteligencias múltiples, estructura de la mente*, introdujo la idea de incluir dos formas de inteligencia: “tanto la inteligencia interpersonal (la capacidad para comprender las intenciones, motivaciones y deseos de otras personas) y la inteligencia intrapersonal (la capacidad para comprenderse uno mismo, apreciar los sentimientos, temores y motivaciones propios)”, (p. 4).

Según Goleman (1995), interpreta y resume estas dos capacidades, propuestas por Gardner, como "la capacidad de discernir y responder apropiadamente a los estados de ánimo, temperamentos, motivaciones y deseos de las demás personas" en referencia a la inteligencia interpersonal, y en cuanto a la inteligencia intrapersonal como "la capacidad de establecer contacto con los propios sentimientos, discernir entre ellos y aprovechar este conocimiento para orientar nuestra conducta", (p. 39)

Según Bar-On (1977), adaptado por Ugarriza (2003), la inteligencia emocional es definida como un “conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en nuestra habilidad general para afrontar las demandas y presiones del medio ambiente, influyendo en el bienestar general y tener éxito en la vida”. (p. 13). En síntesis, 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.

Varios autores han determinado en sus teorías que una alta inteligencia emocional puede llevar a grandes sentimientos de bienestar emocional y son capaces de tener una mejor perspectiva de la vida. Existe también evidencia empírica que parece demostrar que la alta inteligencia emocional se asocia con menor depresión, mayor optimismo y una mejor satisfacción con la vida. Por tanto, esto sugiere un vínculo entre inteligencia emocional y bienestar emocional. Así, el

fomento de la IE también ayudaría a potenciar las relaciones con nuestros hijos (Shapiro, 1997; Gottman, 1997; Elías, Tobías y Friedlander, 1999), ayudaría a mejorar nuestro trabajo (Weisinger, 1997; Cooper y Sawaf, 1997) o tendrían efectos beneficiosos en el contexto educativo (Steiner y Perry, 1997), entre otros.

Según la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle” (2004), el modelo de Mayer y Salovey concibe a la inteligencia emocional como una inteligencia basada en el uso adaptativo de las emociones en base a nuestra cognición de forma que la persona puede resolver problemas y adaptarse eficazmente al ambiente; destacándose las habilidades implicadas en la inteligencia emocional:

- a) Percepción, evaluación y expresión emocional.
- b) La emoción como facilitadora del pensamiento.
- c) Utilización del conocimiento.
- d) Regulación de las emociones.

**Modelo de Goleman:** La inteligencia emocional se refiere a “la capacidad de aprender a reconocer, canalizar y dominar sus propios sentimientos y empatizar y manejar los sentimientos que aparecen en sus relaciones con los demás”. Esta capacidad engloba, cinco capacidades: 1) Autoconocimiento: 2) Autocontrol. 3) Auto motivación. 4) Empatía. 5) Habilidades sociales. (p. 150).

**Modelo de Bar-On, citado por Ugarriza, (2003).** La inteligencia general está compuesta tanto de la inteligencia cognitiva, evaluada por el CI (coeficiente intelectual) y la inteligencia emocional, evaluada por el CE (coeficiente emocional). Las personas saludables que funcionan bien y son exitosas poseen un grado suficiente de inteligencia emocional. La inteligencia emocional se desarrolla a través del tiempo, cambia a través de la vida, y puede ser mejorada con el entrenamiento y programas reeducativos como también por intervenciones terapéuticas; comprende cinco componentes principales: Intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general. A su vez, cada una de estas amplias dimensiones involucra un número de subcomponentes que son habilidades relacionadas.

**El cociente emocional del componente intrapersonal:** Evalúa el sí mismo y el interior. Comprende los siguientes subcomponentes: comprensión emocional de sí mismo (CM), que es la habilidad para identificar y comprender nuestros sentimientos y emociones; diferenciarlos y conocer el sentido de los mismos; asertividad (AS), que es la habilidad para expresar sentimientos, creencias, y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás y defender nuestros derechos de una manera no destructiva; auto concepto, (AC), que es la habilidad para comprender, aceptar y respetarse así mismo, reconociendo nuestros aspectos positivos y negativos, como también nuestras limitaciones y posibilidades; autorrealización (AR), que es la habilidad para realizar lo que realmente podemos, queremos y disfrutamos en hacerlo; e independencia (IN), es la habilidad para autodirigirse, sentir seguridad de sí mismo con respecto a nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones.

**El cociente emocional del componente interpersonal:** abarca las habilidades y el desempeño interpersonal. Comprende los siguientes subcomponentes: empatía (EM), que es la habilidad de percatarse, comprender, y apreciar los sentimientos de los demás; las relaciones interpersonales (RI), que es la habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias; y la responsabilidad social (RS), que es la habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, contribuye y que es un miembro constructivo del grupo social.

El cociente emocional del componente de adaptabilidad permite apreciar cuán exitosa es la persona para adecuarse a las exigencias del entorno social, evaluando y enfrentando de manera efectiva las situaciones problemáticas. Comprende subcomponentes como: solución de problemas (SP), que es la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas; la prueba de la realidad (PR), que es la habilidad para evaluar lo que uno piensa (lo subjetivo) y lo que en realidad existe (lo objetivo); y la flexibilidad (FL), que es la habilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.

El cociente emocional del componente del manejo del estrés. Comprende los siguientes subcomponentes: tolerancia al estrés (TE), que es la habilidad para

soportar situaciones adversas, estresantes y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentando activa y positivamente el estrés; y el control de los impulsos (CI), que es la habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones.

El cociente emocional del componente del estado de ánimo general mide la capacidad de la persona para disfrutar de la vida, la perspectiva que tenga de su futuro, y el sentirse contenta en general. Lo comprende los siguientes subcomponentes: felicidad (FE), que es la habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros, divertirse y expresar sus sentimientos positivos; y optimismo (OP), que es la habilidad para ver el aspecto más brillante de la vida y mantener una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos. (p. 14).

La medición de la inteligencia emocional según Goleman parte de la visión estrecha que existía en la época sobre la inteligencia, donde se aseguraba que el coeficiente intelectual es un dato genético que no puede ser modificado por la experiencia vital y que el destino de nuestras vidas se halla, en buena medida, determinado por esta aptitud; fenómenos que impulsan a investigar sobre el: autoconocimiento, autocontrol, auto motivación, empatía y habilidades sociales; tal es así que los resultados encontrados muestran muchas excepciones a la regla de que el coeficiente intelectual predice del éxito en la vida. En el mejor de los casos, el coeficiente intelectual parece aportar tan solo un 20% de los factores determinantes del éxito, lo cual supone que el 80% restante depende de otra clase de factores, relacionados a la inteligencia emocional.

Por su parte según Bar-On (1977), desde su percepción que la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en nuestra habilidad general, centró su estudio en función a los siguientes componentes: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general, y luego de analizar sus resultados:

Sostiene que las personas emocionalmente inteligentes son capaces de reconocer y expresar sus emociones, comprenderse a sí mismos, actualizar sus

capacidades potenciales, llevar una vida regularmente saludable y feliz. Son capaces de comprender la manera como las otras personas se sienten, de tener y mantener relaciones interpersonales satisfactorias y responsables, sin llegar a ser dependientes de los demás. Son generalmente optimistas, flexibles, realistas, tienen éxito en resolver sus problemas y afrontar el estrés sin perder el control.

Refiriéndose propiamente a los adolescentes, Cortese y Moreno afirman que, con una Inteligencia Emocional alta, “éstos aprenden mejor, tienen menos problemas de conducta, se sienten mejor sobre sí mismos, tienen mayor facilidad de resistir las presiones de sus contemporáneos, son menos violentos y tienen más empatía, a la vez que resuelven mejor los conflictos” (Cortese y Moreno, 2007).

### **Conceptos de Inteligencia Emocional**

La Inteligencia Emocional se entiende como un conjunto de habilidades que implican la expresión de emociones. Varios autores han señalado diferentes definiciones de Inteligencia Emocional:

“La Inteligencia Emocional Implica conocer las propias emociones, manejarlas, motivarse a uno mismo, reconocer emociones en otros y manejar las relaciones con los demás” (Goleman, 1995).

“Es la habilidad para reconocer el significado de las emociones y sus relaciones, para razonar y resolver problemas en base a ello. También incluye emplear las emociones para realizar actividades cognitivas” (Mayer y Salovey, 1997).

“Es un conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen en la habilidad propia de tener éxito al afrontar las demandas y presiones del medio ambiente” (Bar – On, 1997).

### **Componentes de la Inteligencia Emocional de Bar-On:**

#### **Componente Factorial Intrapersonal:**

**Autoconcepto:** Esta habilidad se refiere a respetarse y ser consciente de uno mismo, tal y como unos es, percibiendo y aceptando lo bueno y malo.

**Autoconciencia Emocional:** Conocer los propios sentimientos para conocerlos y saber qué los causó.

**Asertividad:** Es la habilidad de expresarse abiertamente y defender los derechos personales sin mostrarse agresivo ni pasivo.

**Independencia:** Es la habilidad de controlar las propias acciones y pensamiento uno mismo, sin dejar de consultar a otros para obtener la información necesaria.

**Autorrealización:** Habilidad para alcanzar nuestra potencialidad y llevar una vida rica y plena, comprometiéndonos con objetivos y metas a lo largo de la vida.

#### **Componente Factorial Interpersonal:**

**Empatía:** Es la habilidad de reconocer las emociones de otros, comprenderlas y mostrar interés por los demás.

**Responsabilidad social:** Es la habilidad de mostrarse como un miembro constructivo del grupo social, mantener las reglas sociales y ser confiable.

**Relaciones Interpersonales:** Es la habilidad de establecer y mantener relaciones emocionales caracterizadas por el dar y recibir afecto, establecer relaciones amistosas y sentirse a gusto.

#### **Componente Factorial de Adaptabilidad**

**Prueba de realidad:** Esta habilidad se refiere a la correspondencia entre lo que emocionalmente experimentamos y lo que ocurre objetivamente, es buscar una evidencia objetiva para confirmar nuestros sentimientos sin fantasear ni dejarnos llevar por ellos.

**Flexibilidad:** Es la habilidad de ajustarse a las cambiantes condiciones del medio, adaptando nuestros comportamientos y pensamientos.

**Solución de problemas:** La habilidad de identificar y definir problemas, así como generar e implementar soluciones potencialmente efectivas.

## **Componente Factorial de Manejo del Estrés**

**Tolerancia al estrés:** Esta habilidad se refiere a la capacidad de sufrir eventos estresantes y emociones fuertes sin venirse abajo y enfrentarse de forma positiva con el estrés.

Esta habilidad se basa en la capacidad de escoger varios cursos de acción para hacerle frente al estrés, ser optimista para resolver un problema, y sentir que uno tiene capacidad para controlar e influir en la situación.

**Control de impulsos:** Es la habilidad de resistir o retardar un impulso, controlando las emociones para conseguir un objetivo posterior o de mayor interés.

## **Componente Factorial de Estado de Ánimo General**

**Optimismo:** Es mantener una actitud positiva ante las adversidades y mirar siempre el lado bueno de la vida.

**Felicidad:** Es la habilidad de disfrutar y sentirse satisfecho con la vida, disfrutarse uno mismo y a otros, de divertirse y expresar sentimientos positivos.

Los diversos modelos de inteligencia emocional parten de dos bases distintas de análisis. Los modelos de habilidades se centran en las emociones y sus interacciones con el pensamiento, mientras que los mixtos alternan las habilidades mentales con una variedad de otras características (Mayer, 2000). Todos los modelos de Inteligencia Emocional, sin embargo, comparten un núcleo común de conceptos básicos. En el nivel más general, las capacidades emocionales se refieren a las habilidades para reconocer y regular emociones en nosotros mismos y en los otros. Asimismo, dichos modelos comparten la noción base de la insuficiencia del intelecto para operar de manera óptima sin la Inteligencia Emocional. De esta manera, se busca el balance de inteligencia entre la lógica, la emoción y nuestras capacidades personales, emocionales y sociales (Goleman, 1996).

## Los instrumentos de medición

A partir de los modelos de Inteligencia Emocional se han desarrollado una serie de instrumentos de medición. En términos generales, hay dos estrategias de medición del coeficiente emocional: la primera la hace mediante la evaluación del desempeño (por ejemplo; MSCEIT-MEIS) y por informantes (Mayer 2000); la segunda, la hace a través del auto reporte (por ejemplo; EQ-i y ECI) (Bar-On 1997; Goleman 1998). La prueba de MSCEIT-MEIS (Mayer y Salovey 1997, 1995) mide el desempeño actual de la persona en una serie de competencias. Aunque su propuesta teórica es considerada importante, se le critica lo poco práctica que resulta en términos de aplicación, el sesgo subjetivo de su calificación, por ejemplo, el tiempo de administración, así como la necesidad de un mayor soporte empírico que aclare la validez de las cuatro dimensiones del instrumento (Matthews, 2002).

La prueba EQ-i, por su parte, tiene por objetivo identificar el grado en el que se presentan los componentes emocionales y sociales en la conducta, y opta por la estrategia de medición de auto reporte (Bar-On, 2000). Este instrumento es considerado el medio más práctico y de mejor predicción de la IE. En esta línea, los estudios empíricos han demostrado también un nivel de validez y confiabilidad alto. La prueba EQ-i ha sido adaptada y aplicada en diferentes países y culturas. En relación con esto, se considera que el estudio realizado por Bar-On (1997, 2000) destaca por su minuciosidad, así como por la aplicabilidad del instrumento a muestras con características múltiples (cronológicas, culturales y geográficas). Por estos motivos, se acredita al EQ-i la facultad de predecir la IE entre las culturas y su medición de una manera más comprensiva (Matthews 2002). Sin embargo, se ha discutido las limitaciones del auto reporte como estrategia de medición, así como los resultados mixtos respecto de los ítems del modelo. Además, los detractores del modelo sugieren que este inventario mide características de personalidad en lugar de la IE (Dawda y Hart 2000).

Por otro lado, la prueba ECI (Goleman 1998, 2001) de auto reporte se basa en la evaluación por competencias, que incluye componentes adicionales a la IE. Hasta el momento, los estudios empíricos todavía no han encontrado índices que validen las mediciones de esta prueba (Boyatzis 2000), lo cual ha generado cierta incertidumbre respecto de sus propiedades psicométricas en los círculos

académicos (Hedlund y Sternberg 2000).

En conclusión, como consecuencia de las diferentes formas de Conceptualización sobre la IE, se han desarrollado varios métodos e instrumentos de medición. Para los efectos de este trabajo investigativo se adoptará el modelo de Reuler Baron-On y su respectivo instrumento de medición del coeficiente de Inteligencia Emocional, el Ice Bar-On por ser el que hasta el momento cuenta con los mejores índices de validez y confiabilidad por estar adaptado en nuestro medio, siendo además el más práctico y con mayores niveles de predictividad ajustándose mejor a los fines de esta investigación.

### **2.2.2. Habilidades Sociales**

La Habilidad Social debe considerarse dentro de un marco determinado, esto se debe a las marcadas diferencias que establece cada país, donde existen sistemas de comunicación distintivos, que van a tipificar la cultura, los hábitos, costumbres y propia idiosincrasia crea con el pasar de los años e influenciados por las situaciones externas. (Caballo V. 1995)

Según Caballo V. (1986):

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.

Según Roca (2014)

Las habilidades sociales, son conductas que se puede observar, producto de pensamientos y emociones, que favorecen que mantengamos buenas relaciones con las demás personas de nuestro entorno, de la misma manera, procuramos que estas mismas personas respeten nuestros espacios. Se puede definir que las habilidades sociales se adquieren adquirir mediante el aprendizaje, que se puede ir entrenando en la escuela, la universidad y el trabajo en la sociedad misma, el sentido de relacionarnos adecuadamente

nos permite sentirnos bien consigo mismo no necesariamente sin esperar algún beneficio. (p.16)

Asimismo, Roca (2014) refiere que son fundamentales las habilidades sociales en nuestro diario vivir conforme se detalla:

- a) Las relaciones sociales, vienen a ser fuente de convivencia armoniosa, y también por la oposición puede ser origen de conflicto, que pueden generar malestar, si carecemos de habilidades sociales.
- b) Somos víctimas a sufrir desequilibrios psicológicos, que pueden ser ansiedad, estrés, angustia, obsesiones, miedos, melancolía si carecemos de habilidades sociales.
- c) Cooperar a incrementar, nuestro bienestar, autoestima, ver lo positivo en nosotros y en los demás y también ver lo positivo en situaciones de crisis.
- d) La carencia de habilidades sociales, lleva a presentar sentimientos de emociones negativas, envidia, celos, egoísmo, irritabilidad, a sentir medrosidad y presentar complejo de inferioridad.
- e) Una sana convivencia con las demás personas facilita el desarrollo y la madurez emocional y a tener pensamientos ordenado y proactivo.

### **1. Las conductas observables.**

Son aquellas que se puede observar a través de nuestras sensaciones, ejemplo, movimiento, expresiones faciales, gestos, forma y contenido de la comunicación, tono de voz, las ideas que manifiesta a través de la palabra.

### **2. Las cogniciones:**

Las creencias, pensamientos, e imagines mentales. Es la forma como percibimos del mundo a través de los sentidos como lo interpretamos, ejemplo la educación de los padres en los colegios y universidades. Ejemplo. En una relación interpersonal a uno de ellos una situación puede ser favorable para y para el otro puede ser desfavorable, en estos casos es importante, aceptar sin rechazar nuestra diferencia porque de cierta forma hay una verdad y ningunos tiene una verdad absoluta.

### **3. Componentes emocionales.**

Está relacionado con la parte fisiológica. Tener capacidad para poder manejar su propia emoción y de los demás, ejemplo manejar la ira en una situación de frustración, manejar la tristeza cuando un familiar ha fallecido, en caso más graves como una persecución, un asalto un accidente el saber controlar las emociones se básico cuando este practica las habilidades sociales. (p.8).

**Estructura de Entrenamiento Habilidades Sociales:** Según Caballo V. (1989), propone el desarrollo de cuatro elementos como base de la estructura de su Entrenamiento en Habilidades Sociales. Estos elementos son:

- **Entrenamiento de habilidades.** Consiste en la enseñanza y práctica de conductas asertivas, con el fin de que esas se integren al repertorio del practicante.
- **Reducción de ansiedad.** Usualmente se resuelve la ansiedad hacia situaciones problemáticas y estresantes en el sujeto convocando a que el lleve a cabo otros tipos de conductas respuesta, es decir, una salida indirecta a la causa ansiógena.
- **Restructuración cognitiva.** A través de este elemento, se busca modificar las creencias de los sujetos, esto en base a la adquisición de nuevas conductas que, a lo largo, cambien las creencias y actitudes frente a la situación conflicto.
- **Entrenamiento en solución de problemas.** Caballo (1989) refiere que esta habilidad “Permite al paciente percibir correctamente los valores de todos los problemas situacionales relevantes”, esta es la base para que el sujeto pueda definir el tipo de respuesta y la manera más adecuada de emitirla.

Según **Goldstein (1980; citado por Gil 2011)** “las habilidades sociales se componen de una serie de conductas que son utilizadas por las personas en determinadas circunstancias. Estos recursos permitirán al individuo afrontar de una manera adecuada una serie de dificultades, retos y exigencias cotidianas” (p.25). Goldstein (1980; citado por Gil 2011, p.28) realiza una clasificación de las habilidades sociales:

**a) Habilidades Sociales Básicas:**

- Escuchar, Iniciar y mantener conversaciones.
- Formular preguntas.
- Dar las gracias.
- Hablar en público.
- Presentarse.
- Expresión de amor agrado y afecto.
- Defensa de los derechos propios.
- Pedir favores.
- Rechazar peticiones.
- Hacer cumplidos.
- Expresión de opiniones personales, incluido el desacuerdo.
- Expresión justificada de molestia.
- Disculparse o admitir ignorancia.
- Petición de cambios en la conducta del otro.
- Afrontamiento de las críticas.

**b) Habilidades Sociales Avanzadas:**

- Hacer un Elogio
- Disculparse.
- Pedir Ayuda.
- Participar.
- Dar Instrucciones.
- Seguir Instrucciones.
- Convencer a los demás.

**c) Habilidades Relacionadas con los Sentimientos**

- Conocer los Sentimientos Propios.
- Expresar Sentimientos.
- Enfrentarse con el Enfado del Otro.
- Resolver Nuestros Miedos.
- Auto Recompensarse.

**d) Habilidades Alternativas a la Agresión**

- No Entrar en Peleas • Saber Negociar.
- Saber Compartir • Responder a las Bromas.
- Practicar el Autocontrol.
- Defender los Derechos Propios.

**e) Habilidades Para Hacer Frente al Estrés.**

- Formular una Queja • Responder a una Queja.
- Demostrar Deportividad Después de un Juego.
- Afrontar la Vergüenza.
- Responder al Fracaso.
- Defender a otra persona.

Caballo V. (1989), uno de los autores más reconocidos en el tema de habilidades sociales, plantea los siguientes elementos:

1. Iniciar y mantener conversaciones.
2. Hablar en público.
3. Expresión de agrado, amor o afecto.
4. Defensa de los propios derechos.
5. Pedir favores.
6. Rechazar peticiones.
7. Hacer cumplidos.
8. Aceptar cumplidos.
9. Expresión de opiniones personales, incluido el desacuerdo.
10. Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado.
11. Disculparse o admitir ignorancia.
12. Petición de cambio en la conducta del otro.
13. Afrontamiento de las críticas.

**Estilos de respuesta Conductual**

Existe un repertorio de respuestas conductuales básicas propuestas por Caballo V. (1989), quien refiere que estas son asertividad como conducta objetivo y agresividad y pasividad como polos extremos de estilos de interacción



**Figura 1.** Estilos de respuesta Conductual  
**Fuente:** Caballo V.

### **Respuesta Conductual Agresiva**

Caballo, V. (2007), sostiene que un estilo de interacción agresivo implica la defensa de derechos únicamente personales y la expresión de los pensamientos, sentimientos y opiniones de forma deshonesta, inapropiada de manera que puede incluso llegar a violentar a los demás. El sujeto tiende a exagerar para demostrar superioridad y es por eso refleja agresividad. Entre sus características tenemos:

Exige con frecuencia, usando palabras altisonantes. Hace acusaciones; impone su opinión; se comunica a base de mandatos; habla mucho para no ser contrariado. Se sobrestima; habla solamente de sí mismo.

Su voz es fuerte, con frecuencia grita; tiene un tono frío y autoritario. La mirada carece de expresión o bien suele ser fija, penetrante y orgullosa. Su postura es rígida, desafiante y soberbia. Basada en la observación de los adolescentes de la muestra, en donde se pudo observar las frecuentes peleas y discusiones tanto con sus pares como con sus superiores (maestros, directivos del centro y sus padres) se elaboró la hipótesis de que este es el estilo que más emplean en su interrelación con otros.

## **Respuesta Conductual Pasiva**

Caballo V. (2010) refiere que esta conducta viene a ser la incapacidad de expresar honestamente sentimientos, pensamientos u opiniones. El sujeto con estilos de interacción pasivos tiende a expresarse de forma auto derrotista, con disculpas y falta de confianza. Actúa con la esperanza de que los demás adivinen sus deseos. Su apariencia es de inseguridad.

Este tipo de respuesta entre sus características más resaltantes tenemos:

Se disculpa constantemente; da mensajes indirectos y habla con rodeos. No encuentra palabras adecuadas; no dice lo que quiere decir; habla mucho para clarificar su comunicación; no dice nada por miedo o vergüenza; se humilla a sí mismo. Su tono de voz es débil y tembloroso; volumen bajo. Evita el contacto visual; ojos caídos y llorosos. Su postura es agachada; mueve la cabeza en forma afirmativa constantemente.

## **Respuesta Conductual Asertiva**

Es el comportamiento adecuado y reforzante que ayuda al individuo a expresarse libremente y a conseguir, frecuentemente, los objetivos propuestos. El individuo controla mejor su ambiente y está más satisfecho consigo mismo y con los demás.

Caballo V. (2009), sostiene que estas conductas son el saber pedir, saber negarse, negociar y ser flexible para poder conseguir lo que se quiere, respetando los derechos del otro y expresando los propios sentimientos de forma clara.

La asertividad consiste también en hacer y recibir cumplidos, en hacer y aceptar quejas. Entre sus características tenemos:

Una persona que desarrolla un estilo asertivo de interacción actúa con naturalidad; escucha atentamente; expresa lo que quiere y sus sentimientos sin temor; habla objetivamente y su comunicación es directa. Su voz es firme, calurosa, relajada y bien modulada. Ve a los ojos, posee una mirada franca y ojos expresivos. Su postura es balanceada; relajada y tranquila.

Como se hace evidente, este es el comportamiento al que se debe apuntar;

sin embargo, no es muy observable en los estilos de respuesta de los adolescentes de la institución educativa donde se realizó la investigación, sin embargo, van a mejorar las capacidades emocionales de autoconciencia, autocontrol, automotivación, empatía, habilidades sociales de estos estudiantes con la aplicación de programas en tutoría sobre estas capacidades, así como talleres en habilidades sociales.

### **A quienes se debe enseñar las habilidades sociales.**

Segura (2010)

Enseñar las habilidades sociales es enseñar asertividad, el respeto, el buen trato la confianza la sinceridad, la solidaridad la empatía la cortesía. No sólo a las personas con tendencia a la agresividad necesitan aprender esas habilidades, también las necesitan las inhibidas. El problema que encontramos siempre que se inicia un programa de habilidades sociales, es que aquella persona a quienes va dirigido que creen en un dogma infalible: que ante un problema determinado, no hay más que dos actitudes posibles: la agresividad o no hacer nada. Lo dan por supuestos, sin dudarlo ni querer discutirlo.

No conocen la tercera respuesta posible, que es la única correcta: por eso cuando se dan cuenta de que queremos sacarlos de su inhibición entienden que lo que deseamos es que sean agresivos; y cuando ven que queremos sacarlos de su agresividad dan por supuesto que queremos hacerlos inhibidos. Debemos recordar la existencia de ese “dogma” y no caer en la trampa (p.24)

### **Entrenamiento en habilidades sociales.**

Vived E. (2011)

Las habilidades sociales son aprendidas, tradicionalmente se ha configurado un procedimiento de intervención que podemos denominar entrenamiento en habilidades sociales o programa de habilidades sociales. Se orienta las habilidades nuevas o conducta alternativas a las que posee la persona no necesita averiguar las causas de sus problemas es decir los participantes

cumplen un rol activo de cambio lo que implica la aceptación y comprensión por lo que aporta en el desarrollo personal su auto evaluación, control y esfuerzo.

El entrenamiento es versátil flexible que permite adaptar a las necesidades específicas de un grupo de personas o individuales y permite abordar diversos problemas den situaciones diversas sigue un procedimiento estructurado y programados lo que facilita a los entrenadores en habilidades sociales adicionar la capacidad del individuo para implicarse en las relaciones interpersonales de una manera socialmente adecuada.

Para estructurar un programa de habilidades sociales se debe considerar. Analizar la situación en las que se encuentra la persona. Analizar la naturaleza de estas situaciones: sus metas, normas roles. etc. Realizar el entrenamiento en habilidades sociales en situaciones lo más similares posible a las reales (p.21)

### **Habilidades psicológicas relacionadas con funciones superiores.**

Arancibar. V (2017)

El conocimiento primero aparece como proceso social y después como individual. Así pues todos los conocimientos (lenguaje, escritura) son fenómenos sociales que después pasan a hacer propiedad del individuo.es de vital importancia en el desarrollo de los individuos , es decir el ser humano tiene que tener conocimientos para perfeccionar sus habilidades para que sea independiente para tomar y actuar y tomar responsabilidades, no solo debe tener conocimiento teórico de letras sino también de lógico matemático saber interpretar de símbolos ya estos establecen un puente entre los procesos mentales superiores e inferiores lo que Vygotsky llamó interpsicológica (sociales) y las interpsicológicas(personales) de esta manera el lenguaje permite la comunicación entre los individuos pensamientos sentimientos, actitudes) que creamos nuestra realidad (p.387)

## **La zona del desarrollo próximo.**

Arancibar V. (2017), en esta zona no puede faltar el contacto social, todas las habilidades que presenta el individuo es esta etapa las afianza, ósea el potencial de sus habilidades se desarrollan mediante la interacción con los demás (p.387).

## **Método estructurado**

Segura M. (2002)

Para enseñar habilidades sociales, Goldstein propone el método que más se acerca al modo normal que tenemos que aprender otras habilidades, por ejemplo, a nadar a montar bicicleta, conducir un coche, primero como se hace, si no viéramos a otras personas nadando en el agua, tal vez no nos atreveríamos a meternos, si no hubiésemos visto montar en bicicleta, pensaríamos que con solo dos ruedas es imposible mantener el equilibrio. Luego intentamos hacerlo, más que bien.

Los padres y docentes siempre corrigen de lo que hemos realizado bien o mal el trabajo luego viene si se ha aprendido a hacer las actividades de manera óptima. Sin la necesidad de que nos estén observando.

## **Propuestas de Goldstein propone para el aprendizaje estructurado de habilidades sociales.**

Modelado.

Interpretación (o role playing)

## **Generalización.**

El llamado método estructurado es contraposición al método natural, con lo que la mayoría de las personas aprendemos las habilidades sociales, en la vida, en el trato con quienes ya tienen esas habilidades p.26)

## **Los déficits en habilidades sociales.**

Peñañiel E. (2010),

Puede aparecer en las relaciones interpersonales como principal consecuencia son las manifestaciones de comportamientos que no son normales que se puede denominar comportamiento agresivo o violento. El comportamiento pasivo o de inhibición.

**La conducta violenta o agresiva.** Su finalidad del sujeto es perjudicar o lastimar generar molestia, quien lo recibe el mensaje.

**Conducta pasiva.** Es la violación de los propios derechos de la persona, al no tener la capacidad de expresar su sentimiento pensamiento y opiniones de modo sincero. (p.18)

**Agresividad emocional.** Cuando presenta ciertas características de emociones negativos, que pueden ser ira, rencor, resentimiento, frustración, envidia, celos y críticas.

**Agresividad instrumental.** Son características de los individuos que en lugar de dialogar se enfrentan con insultos, calumnias, gritos, ofensas mofas, ironía, desprecio, golpes, ocasiona daños materiales. (p.19)

## **Objetivo de la enseñanza de las habilidades sociales.**

Segura (2002), es dominar las habilidades cognitivas interpersonales, interiorizar en la vida diaria de manera consciente moral para mejorar las relaciones vivir en comunión y armonía respetándonos los unos con los otros (p.27)

## **Habilidades sociales: la asertividad.**

### **La asertividad.**

Segura M. (2002) Como decía Caballo (1991)

En su obra técnicas de terapia de conducta, en la práctica es lo mismo conducta socialmente hábil que asertividad. Asertividad lo que con sinceridad manifiesta sus sentimientos y pensamientos sin temor, lo que le parece justo respetando los derechos de las otras personas. Una persona valiente sincera y respetuosa, lo cortés no quita lo valiente, ni lo valiente lo cortés (p.23).

Peñafiel E. y Serrano C. (2010)

Es el constructo asertividad fue definido por Alberti y Emmons (1970) como el comportamiento que fomenta la igualdad en las relaciones humanas. Esto significa poner en práctica nuestros derechos personales respetando los derechos de los demás manifestar de modo agradable nuestros pensamientos y sentimientos, defendernos sin ansiedad, nuestros intereses.

La asertividad proviene de un modelo clínico, cuya definición señala a gran cantidad de comportamiento interpersonales, que se refiere a la capacidad social de expresar siente lo que piensa y lo que cree de manera adecuada al sin ansiedad y miedo. Para que esto se suceda es necesario emplear buenas técnicas de comunicación. (p.18)

### **Determinación de la asertividad.**

Peñafiel E. y Serrano C. (2010) La persona se comporta de acuerdo a su objetivo y hace lo que hace en base a lo que le parece que es más importante en un momento dado.

Para ello se identificó cuatro intenciones.

Hacer las cosas.

Hacer las cosas bien.

Llevarte bien con los demás.

Obtener el aprecio de los demás.

## **La conducta asertiva.**

Peñañiel E. y Serrano C. (2010)

Es el comportamiento interpersonal cuya realización conduce a ciertos riesgos sociales, es decir pueden salir algunas consecuencias negativas en referencia a la expresión de la conducta asertiva.

Ser asertivo significa manifestar tus sentimientos y necesidades de modo tranquilo, sin que te ocasione ansiedad, de la misma manera dejar a los otros expresen sus sentimientos y pensamientos de modo natural, en algunas oportunidades puede manifestar algo puede generar un pensamiento negativo ante esa situación se debe mantener la calma y la mejor herramienta es la comunicación, para llegar a un acuerdo conciliatorio (p.18)

## **Respeto.**

Para la humanidad del futuro.

Chahuán F. (2017) El respeto, es una virtud, que es vital para la convivencia saludable, además permite innovar las conciencias desarrollando nuevas formas de pensar, en mejora de una sociedad que cultive y tengas propósito de cambio.

La palabra respeto proviene del latín “respetus” que significa “volver a contemplar”, es decir no quedarse con la primera mirada que hacemos sobre algo, sino volver a hacerlo. Quiere decir observar, apreciar, volver a poner la atención otra vez sobre todo dar valor a dicho elemento o materia reconociendo su presencia. Como si estarías enamorado contemplar.

Fromm R. (2014)

Sostiene que “respeto” no significa miedo temor, y sumisa reverencia denota de acuerdo con el origen de la palabra (respicer: mirar) es la capacidad de ver a una persona tal cual es, tener conciencia de su individualidad única, respetar significa preocuparse por que la otra persona crezca y se desarrolle tal como es. (p. 35)

Cantero J. (2014)

Afirma que el respeto es un principio que debemos incorporar esa virtud a nuestra historia personal y conducirnos de esa forma, con la mayor cortesía, frente a los demás sin importarnos la posición o condición, para ello primero se debe despertar la capacidad que se tiene de hacerse consiente, sino de nada sirve esto será superficial donde carece de valor. (p.45)

### **Habilidades sociales el respeto.**

OECD (2016), el respeto implica una actitud positiva amor por el prójimo, por el país, y tradiciones culturales de la misma forma respeto a los otros países contribuir y fomentar una cultura de paz. (p.147)

Fortalecer el respeto. Por los derechos humanos y por los principios.

El respeto es estar preparados para un estilo de vida sana y responsable ordenada lograr tener una sociedad libre con espíritu de comprensión y tolerancia de igualdad entre hombres y mujeres, amistad entre los países, naciones tolerancia nacional entre diferentes costumbres, y religiones.

Respetar es. Cultivar la personalidad y el aprendizaje en el diario vivir ser comprometidos asumir responsabilidades proteger la salud el ambiente. (p.151)

Respeto por la diversidad humana, sin distinción de raza color religión o cultura a la que pertenecen todos merecemos respeto (p.152)

### **Habilidades sociales del buen trato.**

Brikman R. (2018)

Habilidades esenciales es la comunicación que convierte en conflicto en cooperación la emoción en razonamiento y los motivos ocultos en dialogo sincero, es decir es un factor importante poseer las habilidades para el buen trato con las personas, difíciles de tratar cuando se encuentran en su peor momento.

En 1982 la organización de la salud mental diseño un programa sobre cómo lidiar con la persona difícil. Es el aprendizaje continuo sobre miedos y

esperanzas, de ver la forma como destruye o construyen su vida ver la forma de comunicarse, sobre todo aquellos que convierten su vida en problemática. (p. 78)

De aquí podemos sacar varias ideas de gran interés para la vida diaria:

- 1) Contexto interpersonal: Hay que examinar el contexto, con quién, cuando cómo se emiten las respuestas habilidosas.
- 2) Respetando las conductas de los demás: Tan habilidoso es expresar un cumplido cómo aceptarlo de la forma adecuada. La forma como reaccionamos a las conductas de los demás tiene siempre sus consecuencias.
- 3) Resuelve y minimiza problemas: Las habilidades sociales están orientadas a un objetivo.

Cuando nos referimos a las habilidades se dice que una persona es capaz de ejecutar una conducta, si hablamos de habilidades sociales decimos que la persona es capaz de ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables es decir contrario de destrucción o aniquilación. Para hacer un abordaje del constructo de habilidades sociales es importante tener en cuenta la definición de interacción social, la diferencia entre intercambio e interacción es que el primero se refiere a un trueque entre objetos y personas mientras que la interacción se refiere a una acción mutua o de reciprocidad, es decir la acción se desarrolla entre varias personas, lo cual da la posibilidad de una retroalimentación, así la noción de habilidad social entra en el ámbito de lo recíproco y en el continuo de la acción del uno sobre el otro y de este sobre aquel, ya que todas las habilidades sociales existentes no termina sin la acción del otro, ya supone beneficios para los implicados de la interacción social.

### **Teorías de las Habilidades Sociales**

Las teorías que van a contribuir en la ejecución de la presente investigación son las siguientes:

## **Teoría del aprendizaje social**

Esta teoría apunta a un modelo de reciprocidad en la que la conducta, los factores personales, cognitivos y de otro tipo y los acontecimientos ambientales actúen entre sí como determinantes interactivos (Bandura, A. 1996).

Así mismo, sustenta que las cogniciones no se producen en el vacío ni como causas autónomas de la conducta si no que las concepciones que el individuo tiene de sí mismo y de la naturaleza, lo verifica por medio de cuatro procesos distintos:

- Experiencia directa obtenida a partir de los efectos producidos por sus actos.
- Experiencia vicaria de los efectos producidos por las conductas de otras personas.
- Juicios manifestados por los demás.
- Deducciones a partir de los conocimientos previos por medio de la inferencia.

## **Teoría de las inteligencias múltiples**

Gardner H. (1998) propuso la existencia de ocho inteligencias humanas: las lingüísticas, lógico matemáticas, musical, espacial, corporal, naturalista, interpersonal e intrapersonal, sostiene que las personas nacemos con las mismas inteligencias pero estas se desarrollan en diferente grado, por tanto, cuando nos enfrentemos a un problema cada quien lo resuelve de forma diferente.

Goleman D. (1996), profundizó en este pensamiento. El define dos inteligencias: la intrapersonal (habilidad para comprender los propios sentimientos y motivaciones) y la interpersonal (la habilidad para entender y discernir los sentimientos e intenciones de otros), sostiene que saber cómo controlar las emociones es tan importante para tener éxito en la vida como lo es el intelecto.

## **Teoría de Habilidades sociales**

La compleja naturaleza de las habilidades sociales ha dado lugar a numerosas definiciones. Generalmente menciona Raffo y Zapata (2010)

Las habilidades sociales son consideradas como un conjunto de comportamientos interpersonales complejos. El termino habilidad se utiliza

para indicar que la competencia social no es un rasgo de la personalidad, sino más bien un conjunto de comportamientos aprendidos ya adquiridos.

Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein (en Fernández y Carrobbles, 2001) exponen que las habilidades sociales son “la capacidad que el individuo posee de percibir, entender, descifrar y responder a los estímulos sociales en general, especialmente aquellos que provienen del comportamiento de los demás” (p56). Apunta a la capacidad del individuo de captar los estímulos provocados por los otros en él, con el fin de realizar una interacción efectiva.

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.

Asimismo, Fernández (2007) en su tesis sobre habilidades sociales menciona que se puede definir 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”. También podemos definir las habilidades sociales como la capacidad de relacionarnos con los demás en forma tal que consigamos un máximo de beneficios y un mínimo de consecuencias negativas, tanto a corto como a largo plazo.

Por otro lado, Combs y Slaby (2013) plantean que la habilidad social es “la habilidad para interactuar con otros en un contexto dado de un modo específico, socialmente aceptable y valorado y que sea mutuamente beneficioso o primariamente beneficioso para los otros” Se puede destacar que también se contextualiza la visión de la conducta, los autores incluyen en esta definición un aspecto importante el cual es el beneficio, ósea sugieren que los individuos desarrollan habilidades sociales para lograr una mejor interacción social con los otros propendiendo a una buena convivencia social.

Según Caballo V., (2007) define a la conducta social habilidosa como: el conjunto emitida 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.

De la amplia doctrina acerca de las habilidades sociales, Michelson y Cols (1997) destaca varias ideas de gran interés para la vida diaria, tales como:

- Contexto interpersonal: hay que examinar el contexto, con quien, cuando como se emiten las respuestas habilidosas.
- Respetando las conductas de los demás: tan habilidoso es expresar un cumplido como aceptarlo de la forma adecuada. La forma como reaccionamos a las conductas de los demás tiene siempre sus consecuencias.
- Resuelve y minimiza problemas: las habilidades sociales están orientadas a un objetivo. Estos objetivos pueden ser de varios tipos: Objetivos materiales, Efectividad en los objetivos (Ej. Conseguir que nos suban el sueldo), objetivos de mantener o mejorar la relación – Efectividad de la relación (Ej. No tener un conflicto con el jefe) y objetivo de mantener la autoestima – Efectividad en el respeto a uno mismo (Ej. No sentirnos si no nos lo conceden ni criticamos por ello).

Además, Michelson y Cols (1997) mencionan algunas de las características fundamentales de habilidades sociales: Son conductas manifiestas: es decir, son un conjunto de estrategias y capacidades de actuación aprendidas y que se manifiesta en situaciones de relaciones interpersonales, incluyendo comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos.

Están dirigidas a la obtención de reforzamientos sociales tanto externos como internos o personales (auto refuerzo y autoestima). Implican una interacción recíproca. Están determinadas por el contexto social, cultural y a la situación concreta y específica en que tiene lugar. Se organizan en distintos niveles de complejidad los cuales mantiene una cierta jerarquía, cuyas estructuras se desarrollan desde un nivel molar, hasta llegar a uno molecular, habiendo pasando por niveles intermedios (por Ej.: decir “no”).

Como todo tipo de conducta, se encuentran muy influenciadas por las ideas, creencias y valores respecto a la situación y a la actuación propia de los demás. Tanto los déficits como los excesos de la conducta de la interacción personal pueden ser especificados y objetivados con el fin de intervenir sobre ellos.

### **2.3. Definición de términos básicos.**

**Adquisición de información:** Es un conjunto de mecanismos que permiten a un individuo retomar los datos del ambiente y estructurarlos de una manera determinada, de modo que sirvan como guía de su acción. (UNESCO, 2004).

**Aprendizaje colaborativo:** Implica un proceso de compartir y contrastar la Información, en busca de consenso participando del ciberespacio o Vigotskiano del constructivismo. (Delgado y cárdenas, 2004)

**Aprender:** Es incorporar significados valiosos, útiles y comprensibles que permitan a los sujetos adaptarse a la realidad y transformarla. (Toro 2010) **Asertividad.** Es la habilidad que posee una persona de expresar sus opiniones, en el momento oportuno y, de la forma adecuada.

**Buen trato:** Es proceso social y empresarial mediante el cual individuos y grupos obtienen lo que necesitan. (Caballo, V. 2007)

**Cortesía.** Es una demostración de respeto y educación que se expresa a través de las buenas costumbres.

**Emociones:** Una emoción es un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influidos por la experiencia. Las emociones tienen una función adaptativa de nuestro organismo. (Goleman, D. 1996)

**Entrenamiento de habilidades:** Consiste en la enseñanza y práctica de conductas asertivas, con el fin de que esas se integren al repertorio del practicante. (Caballo, V. 2009)

**Reducción de ansiedad:** Usualmente se resuelve la ansiedad hacia situaciones problemáticas y estresantes en el sujeto convocando a que el lleve a cabo otros

tipos de conductas respuesta, es decir, una salida indirecta a la causa ansiógena. (Barón 2014)

**Reestructuración cognitiva:** Proceso cognitivo a través del cual, se busca modificar las creencias de los sujetos, esto en base a la adquisición de nuevas conductas que, a lo largo, cambien las creencias y actitudes frente a la situación conflicto (Barón, 2014).

**Entrenamiento en solución de problemas:** Caballo, V. (1989) refiere que esta habilidad “Permite al paciente percibir correctamente los valores de todos los problemas situacionales relevantes”, esta es la base para que el sujeto pueda definir el tipo de respuesta y la manera más adecuada de emitirla. (Caballo V. 2009)

**Empatía.** Es una habilidad personal la cual permite comprender o entender el punto de vista de otros individuos, es decir, intentar sentir y percibir lo que siente la otra persona en una situación determinada. (García, 2005)

**Estrategias.** Son formas de proceder flexible y adaptativas, en los que se van modificando según el contexto. Es un plan de acción para lograr un objetivo. (Carrasco 2005).

**Técnicas.** Son actividades visibles, operativas y manipulables; ejemplo: hacer un resumen, un esquema, etc. (Hernández, 2010)

**Habilidad.** Competencia adquirida por un individuo en una tarea particular (Hernández, 2010)

**Intelecto.** Agotamiento del cerebro o desgaste cerebral. (Océano: Laura 2008)

**Inteligencia emocional.** capacidad para entender y canalizar las emociones y los sentimientos propios y ajenos (Baron, 2014)

**Interpersonal,** Relacionarse la conducta socio interactiva o intercambio social entre otros (Kennth).

### **III. MÉTODOS Y MATERIALES**

#### **3.1. Hipótesis de la investigación**

##### **3.1.1. Hipótesis general**

- Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018

##### **3.1.2. Hipótesis específicas**

- Existe relación entre la dimensión Intrapersonal y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.
- Existe relación entre la dimensión Interpersonal y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.
- Existe relación entre la dimensión Adaptabilidad y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.
- Existe relación entre la dimensión Manejo de Estrés y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018
- Existe relación entre la dimensión Animo General y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.

### **3.2. Variables de estudio.**

- Inteligencia Emocional.
- Habilidades Sociales.

#### **3.2.1. Definición conceptual.**

##### **Inteligencia Emocional**

Conjunto de habilidades personales e interpersonales que influyen en nuestra capacidad general 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**

La definición que se manejará durante este estudio es la que ofrece Caballo (1986):

Es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de esos individuos, 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.

#### **3.2.2. Definición operacional.**

##### **Inteligencia Emocional**

En la presente investigación la variable Inteligencia Emocional, será medida a través del Inventario de Inteligencia Emocional – NA de Bar-On ICE, adaptado por Ugarriza Chávez y Pajares Del Águila (2002), instrumento que medirá sus dimensiones de Componentes: Interpersonal, de Interpersonal, de Componente Manejo del Estrés, de Adaptabilidad y el Componente Estado de Ánimo General.

##### **Habilidades Sociales**

Estas habilidades vienen a ser 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. La variable en la investigación a realizar se medirá aplicando la Escala de Evaluación de Habilidades Sociales de Arnold P. Goldstein, a la muestra de estudio, luego se aplicará el coeficiente de relación de Rho Spearman, y en los resultados se encontrará la asociación de las variables de estudio.

### 3.2.3. Matriz de Operacionalización de Variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
<b>Inteligencia emocional</b>	<b>intrapersonal (CIA)</b>	<b>Comprensión emocional de sí mismo (CM)</b>	<b>Inventario de Bar-On - ICE</b>  Adaptaciones. Efectuadas al constructo Inteligencia emocional por Nelly Ugarriza y Liz Pajares, en las que consignaron quince definiciones como subcomponentes a ser evaluados en sesenta ítems.
		<b>Asertividad (AS)</b>	
		<b>Auto concepto (AC)</b>	
		<b>Autorrealización (AR)</b>	
		<b>Independencia (IN)</b>	
	interpersonal (CIE)	Empatía (EM)	
		Relaciones Interpersonal (RI)	
		Responsabilidad social (RS)	
	<b>Adaptabilidad (CAD)</b>	<b>Solución de problemas (SP)</b>	
		<b>Pruebas de la realidad (PR)</b>	
		<b>Flexibilidad (FL)</b>	
	Manejo del Estrés (CME)	Tolerancia al estrés (TE)	
		Control de los impulsos (CI)	
<b>Estado de Animo en General (CAG)</b>	<b>Felicidad (FE)</b>		
	<b>Optimismo (OP)</b>		

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 senti – mientos 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 acusación. Respuesta a Presión de grupo.	
	Habilidades de Planificación	Tomar decisión. Discernimiento.	
		Tener objetivos	
		Recoger información.	
		Priorizar problemas	
Tomar iniciativa			
Concentrarse en tareas			
Determinar habilidades			

### **3.3. Tipo y nivel de la investigación**

#### **Tipo**

La investigación llevada a cabo fue de tipo básica porque recogió información de la asociación de Inteligencia Emocional y las habilidades sociales, como estas variables están significativamente relacionadas, la información que se ha obtenido es un aporte para la aplicación de programas con el fin de mejorar y reforzar las habilidades sociales, así como el incremento de capacidades emocionales

Teniendo en cuenta la postura del autor Valderrama (2013) que señala que una investigación básica o teórica pura o fundamental es aquella que va a aportar conocimientos científicos organizados y no produce necesariamente resultados de utilidad práctica de inmediato, solo se preocupa por recoger información de la realidad para enriquecer el conocimiento teórico científico, orientado al descubrimiento de leyes y principios (p.164)

#### **Nivel**

El nivel del presente estudio científico fue descriptivo/ correlacional, es descriptivo porque se investigó y se obtuvo la información de los indicadores de la Inteligencia Emocional que están presente en los estudiantes, así como las habilidades sociales en relación con sus pares en el aula.

Al respecto Hernández. Fernández, C. Baptista, P (2014) refieren que

Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p. 92) y los estudios correlacionales tienen como propósito conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular

### **3.4. Diseño de la investigación**

La presente investigación se enmarcó en un diseño no experimental de corte transversal-correlacional, diseño que tiene un fundamento teórico de los autores Hernández et al (2014) quienes refieren que el diseño es no experimental porque se realizó sin manipular deliberadamente las variables; y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos. Y es de corte transversal correlacional debido a que se determinara la relación de las variables de estudio en un momento determinado,

### **3.5. Población y muestra de estudio**

#### **3.5.1. Población**

La población de los estudiantes del nivel secundario estuvo conformado por un total de 153 alumnos (varones y mujeres), comprendidos entre los 11 y 17 años de edad, estudiantes de secundaria de la Institución Educativa

#### **3.5.2. Muestra**

La muestra para el presente estudio por la naturaleza, relevancia e importancia será la totalidad de la población que es de 153 estudiantes.

#### **3.5.3. Muestreo**

El muestreo que se utilizó fue el No probabilístico Intencionado, porque el investigador seleccionó los elementos que a su juicio son representativos, lo que exige un conocimiento previo de la población que se investiga. (Tamayo y Tamayo, 2007)

**Tabla de datos socio demográficos (añadir en la sección de características de la muestra).**

**Tabla 1.**  
*Características de la muestra en estudio*

	n	%
<b>Sexo</b>		
Masculino	60	47.2%
Femenino	67	52.8%
<b>Edad</b>		
12 a 14 años	78	61.4%
15 a 16 años	49	38.6%
<b>Grado</b>		
Primer año	26	20.5%
Segundo año	27	21.3%
Tercer año	27	21.3%
Cuarto año	26	20.5%
Quinto año	21	16.5%

### **3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.6.1. Técnicas de recolección de datos**

Las técnicas empleadas en la presente investigación fueron:

- La Observación.
- La Psicometría.

### 3.6.2. Instrumentos de recolección de datos

#### Inventario de Coeficiente Emocional de Bar-ON – ICE

##### Ficha Técnica

Nombre original:	EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory.
Auto:	Reuven Bar-On Procedencia : Toronto – Canadá
Adaptación peruana:	Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares. (2003).
Administración:	Individual o colectiva
Formas:	Completa y abreviada
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
Puntuación:	Calificación computarizada
Significación:	Evaluación de habilidades emocionales y sociales
Tipificación:	Baremos peruanos
Usos:	Educacional, 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.
Materiales:	Cuestionario de la Forma completa y abreviada, calificación computarizada y perfiles.
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. Los usuarios potenciales pueden ser psicólogos, médicos, trabajadores sociales, consejeros, maestros, enfermeras y personas especializadas en el trabajo con niños. Es un instrumento útil que brinda información sobre la inteligencia emocional y social de la persona. Es un instrumento auto administrado, no se recomienda tomar a personas que no quieren cooperar o que no puedan responder de manera honesta al cuestionario. No puede ser usado con niños y adolescentes que presentan alteraciones emocionales severas o trastornos del desarrollo infantil, para niños o personas que tienen una pobre habilidad lectora.

- |            |  |
|------------|--|
| 130 y más: | Capacidad emocional y social atípica. Excelentemente desarrollada.           |
| 120 a 129  | Capacidad emocional y social muy alta. Muy bien desarrollada.                |
| 110 a 119  | Capacidad emocional y social alta. Bien desarrollado.                        |
| 90 a 109   | Capacidad emocional y social adecuada. Promedio.                             |
| 80 a 89    | Capacidad emocional y social baja. Mal desarrollada. Necesita mejorarse.     |
| 70 a 79    | Capacidad emocional y social muy baja. Necesita mejorarse considerablemente. |

69 y menos Capacidad emocional y social atípica y deficiente. Nivel de desarrollo marcadamente bajo.

**Confiabilidad.** Ugarriza, (2001) realizó la confiabilidad del Test – re test, cabe mencionar que el re test efectuado en una muestra de 60 niños cuya edad promedio fue 13.5 años reveló la estabilidad del inventario oscilando los coeficientes entre .77 y .88 tanto para la forma completa como para la abreviada. En cambio, en las muestras normativas peruanas además de los efectos del sexo y grupos de edad, se ha procedido también a examinar los efectos de la gestión y grupos de edad. La consistencia interna fue medida a través de método de coeficientes de alfa de Crombach obteniendo coeficientes entre 0.00 confiabilidad muy baja y 1.00 confiabilidad perfecta.

Los coeficientes de confiabilidad son bastante satisfactorios a través de los diferentes grupos normativos a pesar que algunas escalas contienen poco número de ítems. La magnitud de las correlaciones inter- ítems mejoran con el incremento de la edad.

**Validez.** La validez está destinada a demostrar cuan exitoso y eficiente es el instrumento en la medición del constructo ya que existe un número significativo de estudios que, utilizando diversas metodologías, presentan la evidencia con que el instrumento mide de manera adecuada el constructo para el que fue diseñado medir. Según la normativa peruana la validación se ha centrado en dos aspectos: a) la validez del constructo del inventario y b) la multidimensionalidad de las diversas escalas. Otras evidencias de validez se focalizan en las relaciones entre el BarOn ICE: NA Versiones completa y abreviada con el I-CE de Bar-On para adultos (Ugarriza, 2003) y la relación de Bar-On ICE: NA según el sexo en una muestra de estudiantes universitarios y por otro lado la escala de depresión de Reynolds para niños y adolescentes con el Bar-On ICE: NA, versiones completa y abreviada en un centro educativo estatal de Viña Alta.

## 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 la 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:** El 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. Obtenidos 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 análisis estadísticos de los datos que se obtuvieron se pasaron a una base de datos del sistema informático de la computadora.

Se empleó el programa estadístico SPSS-23, para centralizar la interpretación de los métodos de análisis cuantitativos, analizando las respuestas de los cuestionarios ICE-Bar-On y de Escala de habilidades sociales, en las encuestas se pudo recoger las conductas que aplican los estudiantes dentro de su interacción social y académica entre pares y si se encuentran en una categoría de escala.

Se utilizó los métodos de la estadística descriptiva e inferencial para

relacionar las hipótesis y estimar los parámetros. Se tuvo en cuenta para este proceso las pruebas no paramétricas porque su clasificación no logra ser precisada a priori, los datos deben ser observados y después concluyen.

Asimismo, se organizó los resultados y presentan en Tablas, se ha obtenido el grado de correlación, se priorizó la información valiosa, se comentó y describió brevemente los análisis, valores, consideradas en las tablas, finalmente se plantearon las conclusiones de la investigación de acuerdo a los objetivos e hipótesis planteadas.

Se obtuvo la correlación a través del coeficiente de Spearman, se estableció la relación significativa entre las variables de estudio.

Es decir que el método o prueba estadística no paramétrica que se aplicó fue el coeficiente de correlación de Spearman, con el cual se encontró el grado de relación de las variables de estudio. Es un coeficiente para medir el grado de asociación entre dos variables ordinales cuyos valores indican rangos en cada una de ellas. Según Hernández et al (2010) señalan que “el coeficiente de relación de Rho Spearman son medidas de correlación para variables de un nivel de medición 104 ordinal de tal modo que los individuos puedan ordenarse por rangos o jerarquías. Son estadísticas eficientes para datos ordinales” (p. 333).

### **3.8. Aspectos éticos**

Se realizó las coordinaciones respectivas con la dirección y personal de tutores de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, para la investigación realizada de Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en los estudiantes de secundaria de la referida institución académica, con el objetivo principal determinar la relación, de dichas variables de estudio.

Considerando la dimensión ética que implica el rol del investigador observando una conducta moral en respeto a la salud física y mental de los participantes, la investigación realizada se va a regir por el decreto N° 379/008 el cual tiene como finalidad la protección integral de los seres humanos que participan de una investigación. Se respetó en todo momento el anonimato y voluntad de las personas participantes, considerando el consentimiento informado.

A los participantes de la investigación se les brindo información completa y detallada acerca de la naturaleza de la investigación, objetivos, métodos, resultados esperados y posibles riesgos. En función de estas razones es que se solicitó el consentimiento informado de los profesionales de la salud que serán encuestadas con el fin de transcribir luego la información recabada, conforme a las normas éticas de investigación de la APA, así como lo mencionado en el Capítulo XI –Actividades de Investigación del Código de Ética Profesional del Psicólogo Peruano, en vigencia; y lo especificado en el Código de Ética de Investigación de la Universidad Privada TELESUP, que considera los principios éticos antes mencionados así los derechos del autor, así como el sistema de anti plagio y anti similitudes, no debiendo sobrepasar el 30% de estas condiciones.

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Análisis descriptivo

#### 4.1.1. Análisis descriptivo de la inteligencia emocional

Se aprecia en la tabla 2 que el 50.4% de los adolescentes presentan un nivel alto de inteligencia emocional mientras que el 42.5% presentan un nivel moderado. También se aprecia que el 35.4% de adolescentes tienen un nivel bajo de inteligencia intrapersonal y solo el 15% tienen un nivel alto en esta área. De manera similar el 33.1% presentan un nivel bajo de inteligencia interpersonal. En adaptabilidad la mayoría de los adolescentes (61.4%) presentan un nivel alto y en manejo del estrés la mayoría (68.5%) presentan un nivel bajo

**Tabla 2**

*Nivel de inteligencia emocional en adolescentes*

	Bajo		Moderado		Alto	
	n	%	n	%	n	%
Inteligencia emocional	9	7.1%	54	42.5%	64	50.4%
Intrapersonal	45	35.4%	63	49.6%	19	15%
Interpersonal	42	33.1%	59	46.5%	26	20.5%
Adaptabilidad	7	5.5%	42	33.1%	78	61.4%
Manejo del estrés	87	68.5%	33	26%	7	5.5%

#### 4.1.2. Nivel de inteligencia emocional según datos sociodemográficos

##### a. Nivel de inteligencia emocional según sexo

La tabla 3 permite apreciar que el 56.7% de los varones presentan un nivel alto de inteligencia emocional a diferencia de las mujeres, donde solo el 44.8% presentan un nivel alto. Respecto a las dimensiones de la inteligencia emocional, el 30% de los varones y el 40.3% de mujeres presentan un nivel bajo de inteligencia intrapersonal. También se aprecia que solo el 20% de varones y el 20.9% de mujeres presentan un nivel alto de inteligencia interpersonal. En adaptabilidad el 66.7% de varones y el 56.7% de mujeres presentan un nivel alto en esta área. Sin embargo la mayoría de varones 61.7% y mujeres 74.6% presentan un nivel bajo 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	3	23	34	6	31	30
%	5%	38.3%	56.7%	9%	46.3%	44.8%
Inteligencia intrapersonal						
n	18	34	8	27	29	11
%	30%	56.7%	13.3%	40.3%	43.3%	16.4%
Inteligencia interpersonal						
n	17	31	12	25	28	14
%	28.3%	51.7%	20%	37.3%	41.8%	20.9%
Adaptabilidad						
n	3	17	40	4	25	38
%	5%	28.3%	66.7%	6%	37.3%	56.7%
Manejo del estrés						
n	37	19	4	50	14	3
%	61.7%	31.7%	6.7%	74.6%	20.9%	4.5%

**b. Nivel de inteligencia emocional según edad**

Se aprecia en la tabla 4 que la mayoría de los adolescentes de 12 a 14 años (60.3%) tienen un nivel alto de inteligencia emocional, lo cual no sucede en los adolescentes de 15 a 16 años, donde solo el 34.7% tienen un nivel alto de inteligencia emocional. Además, se aprecia que solo el 17.9% de adolescentes de 12 a 14 años tienen un nivel alto de inteligencia intrapersonal y de manera similar ocurre con el grupo de 15 a 16 años (10.2%). También se aprecia que la mayoría de los adolescentes de ambos grupos presentan un nivel moderado de inteligencia interpersonal. En adaptabilidad la mayoría de los adolescentes de ambos grupos tienen un nivel alto de adaptabilidad.

Finalmente se aprecia que el 62.8% de los adolescentes de 12 a 14 años tienen un nivel bajo de manejo de estrés, de manera similar ocurre con el grupo de 15 a 16 años (77.6%).

**Tabla 4.***Nivel de inteligencia emocional según edad de los adolescentes*

	12 a 14 años			15 a 16 años		
	Bajo	Moderado	Alto	Bajo	Moderado	Alto
Inteligencia emocional						
n	5	26	47	4	28	17
%	6.4%	33.3%	60.3%	8.2%	57.1%	34.7%
Inteligencia intrapersonal						
n	25	39	14	20	24	5
%	32.1%	50%	17.9%	40.8%	49%	10.2%
Inteligencia interpersonal						
n	22	37	19	20	22	7
%	28.2%	47.4%	24.4%	40.8%	44.9%	14.3%
Adaptabilidad						
n	4	29	45	3	13	33
%	5.1%	37.2%	57.7%	6.1%	26.5%	67.3%
Manejo del estrés						
n	49	23	6	38	10	1
%	62.8%	29.5%	7.7%	77.6%	20.4%	2%

#### 4.1.3. Análisis descriptivo de las habilidades sociales

Se aprecia en la tabla 5 que el 42.5% de los adolescentes presentan un excelente nivel de desarrollo de habilidades sociales y el 37.8% tienen un nivel adecuado de desarrollo en esta área. Respecto a sus dimensiones, se aprecia que la mayoría de los adolescentes (53.5%) presentan un excelente nivel en el desarrollo de las primeras habilidades (básicas). También se observa que el 29.9% presentan un excelente nivel de desarrollo en las habilidades sociales avanzadas y en habilidades relacionadas a los sentimientos solo el 31.5% tienen un excelente nivel. En habilidades alternativas el 45.7% presentan un excelente nivel de desarrollo y de manera similar en habilidades para enfrentar el estrés el 44.9% presentan un excelente nivel.

Finalmente, en habilidades de planificación solo el 33.9% presentan un excelente nivel de desarrollo en esta habilidad.

**Tabla 5.***Nivel de habilidades sociales en estudiantes de secundaria*

	Bajo		Adecuado		Excelente	
	n	%	n	%	n	%
Habilidades sociales	25	19.7%	48	37.8%	54	42.5%
Primeras habilidades sociales	11	8.7%	48	37.8%	68	53.5%
Habilidades sociales avanzadas	21	16.5%	68	53.5%	38	29.9%
Relacionado con los sentimientos	32	25.2%	55	43.3%	40	31.5%
Habilidades alternativas	14	11%	55	43.3%	58	45.7%
Enfrentar el estrés	23	18.1%	47	37%	57	44.9%
Habilidades de planificación	29	22.8%	55	43.3%	43	33.9%

#### **4.1.4. Nivel de habilidades sociales según datos sociodemográficos**

##### **Nivel de habilidades sociales según sexo**

Se observa en la tabla 6 que el 21.7% de los varones y el 17.9% de mujeres presentan un nivel bajo de habilidades sociales. Respecto a sus componentes, la mayoría de los adolescentes de ambos grupos presentan un excelente nivel de desarrollo de las primeras habilidades sociales (básicas). También se aprecia que el 13.3% de varones y el 19.4% de mujeres presentan un nivel bajo de habilidades sociales avanzadas. En habilidades relacionados a los sentimientos el 45% de los varones y el 41.8% de mujeres presentan un nivel adecuado de desarrollo de esta habilidad.

La misma tendencia se aprecia en ambos grupos en el desarrollo de las habilidades alternativas y en las habilidades de planificación. Finalmente, el 18.3% de varones y el 17.9% de mujeres presentan un nivel bajo de habilidades para enfrentar el estrés.

**Tabla 6.***Nivel de habilidades sociales según sexo de estudiantes de secundaria*

	Masculino			Femenino		
	Bajo	Adecuado	Excelente	Bajo	Adecuado	Excelente
Habilidades sociales						
n	13	18	29	12	30	25
%	21.7%	30%	48.3%	17.9%	44.8%	37.3%
Primeras habilidades sociales						
n	6	22	32	5	26	36
%	10%	36.7%	53.3%	7.5%	38.8%	53.7%
Habilidades sociales avanzadas						
n	8	33	19	13	35	19
%	13.3%	55%	31.7%	19.4%	52.2%	28.4%
Relacionado con los sentimientos						
n	13	27	20	19	28	20
%	21.7%	45%	33.3%	28.4%	41.8%	29.9%
Habilidades alternativas						
n	6	26	28	8	29	30
%	10%	43.3%	46.7%	11.9%	43.3%	44.8%
Enfrentar el estrés						
n	11	19	30	12	28	27
%	18.3%	31.7%	50%	17.9%	41.8%	40.3%
Habilidades de planificación						
n	14	25	21	15	30	22
%	23.3%	41.7%	35%	22.4%	44.8%	32.8%

**Nivel de habilidades sociales según edad**

En la tabla 7 se aprecia que se aprecia que el 34.6% de adolescentes de 12 a 14 años y el 42.9% de adolescentes de 15 a 16 años presentan un nivel adecuado de habilidades sociales. Respecto a sus componentes el 57.7% de los adolescentes del primer grupo tienen un excelente nivel de las primeras habilidades sociales, en cambio en adolescentes del segundo grupo solo el 46.9% tienen un nivel excelente. Además, se observa en la tabla que la mayoría de los adolescentes de ambos grupos presentan un nivel adecuado de desarrollo en las habilidades sociales avanzadas. En la habilidad relacionado con los sentimientos el 38.5% de adolescentes de 12 a 14 años presentan un nivel adecuado, a diferencia de los adolescentes de 15 a 16 años, donde 51% presentan un nivel adecuado de desarrollo. La misma tendencia se aprecia en las habilidades alternativas. También se observa que el 52.6% de los adolescentes del primer grupo presentan un

excelente nivel de habilidades para enfrentar el estrés, sin embargo, en el segundo grupo solo el 32.7% presentan un excelente nivel. Finalmente, en habilidades de planificación la mayoría de ambos grupos presentan un nivel adecuado de habilidades de planificación.

**Tabla 7.**  
*Nivel de habilidades sociales según sexo de estudiantes de secundaria*

	12 a 14 años			15 a 16 años		
	Bajo	Adecuado	Excelente	Bajo	Adecuado	Excelente
Habilidades sociales						
n	13	27	38	12	21	48
%	16.7%	34.6%	48.7%	24.5%	42.9%	37.8%
Primeras habilidades sociales						
n	8	25	45	3	23	23
%	10.3%	32.1%	57.7%	6.1%	46.9%	46.9%
Habilidades sociales avanzadas						
n	12	41	25	9	27	13
%	15.4%	52.6%	32.1%	18.4%	55.1%	26.5%
Relacionado con los sentimientos						
n	18	30	30	14	25	10
%	23.1%	38.5%	38.5%	28.6%	51%	20.4%
Habilidades alternativas						
n	9	30	39	5	25	19
%	11.5%	38.5%	50%	10.2%	51%	38.8%
Enfrentar el estrés						
n	12	25	41	11	22	16
%	15.4%	32.1%	52.6%	22.4%	44.9%	32.7%
Habilidades de planificación						
n	16	34	28	13	21	15
%	20.5%	43.6%	35.9%	26.5%	42.9%	30.6%

## 1. Prueba de normalidad

Con el propósito de realizar los análisis comparativos 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 8 presenta los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S). Como se observa no todas las variables 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	Inteligencia emocional	109.7	12.9	.042	.200
	Intrapersonal	13.3	3.19	.109	.001
	Interpersonal	35.7	5.47	.063	.200
	Adaptabilidad	32.6	4.94	.071	.196
	Manejo del estrés	27.9	5.42	.101	.003
Habilidades sociales	Habilidades sociales	175.1	28.3	.043	.200

\*p&lt;0.05

## 2. Correlación entre las variables

Se aprecia en la tabla 9 que existe una relación altamente significativa y positiva entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales ( $\rho=.684$ ;  $p<.05$ ), es decir los adolescentes 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 altamente significativa y positiva entre la inteligencia intrapersonal y las habilidades sociales ( $\rho=.268$ ;  $p<.05$ ), es decir adolescentes 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 altamente significativa y positiva entre la inteligencia interpersonal y las habilidades sociales ( $\rho=.545$ ;  $p<.05$ ), es decir adolescentes 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 ( $\rho=.445$ ;  $p<.05$ ), lo cual indica que los adolescentes que tienen un nivel alto de adaptabilidad a su vez tienen un nivel alto de habilidades sociales.

Finalmente se aprecia que existe una relación altamente significativa entre el manejo del estrés y las habilidades sociales ( $\rho=.478$ ;  $p<.05$ ), es decir los adolescentes que tienen un nivel alto del manejo del estrés a su vez tienen un nivel alto en habilidades sociales.

**Tabla 9.***Coefficiente de correlación entre inteligencia emocional y habilidades sociales<sup>78</sup>*

	Habilidades sociales	
	rho	p
Inteligencia emocional	.684	.000
Intrapersonal	.268	.002
Interpersonal	.545	.000
Adaptabilidad	.445	.000
Manejo del estrés	.478	.000
Estado de Animo General	.479	.000

## V. DISCUSIÓN

Del análisis realizado se ha comprobado que existe relación significativa entre inteligencia emocional y habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Estos resultados indican que el hecho de poseer habilidades personales e interpersonales que permiten afrontar las demandas y presiones del medio ambiente e influir en el bienestar general y las sensaciones de éxito (Ugarriza, 2003), está relacionada con aquellas habilidades que permiten expresar adecuadamente los propios sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos, respetando la de los demás (Caballo, 1986). Estos resultados concuerdan con el hallado por Barbarán (2017) quien evidenció que la inteligencia emocional y las habilidades sociales son variables relacionadas, lo cual refuerza los resultados aquí mostrados.

Asimismo, se comprobó que existe relación entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. En función a esto se puede decir que, la habilidad para identificar y comprender los propios estados emocionales (Ugarriza, 2003), se relaciona con las habilidades sociales expresada los estudiantes. 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 habilidades sociales.

Del mismo modo, quedó demostrado que existe relación entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Esto quiere decir que, la capacidad para discriminar las emociones de los demás, a partir de la observación directa de la conducta e involucrarse empáticamente (Ugarriza, 2003), se relaciona con las habilidades sociales mostradas por los estudiantes. En esa línea, 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.

También se evidenció que existe relación entre la dimensión adaptabilidad y habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Es decir, las habilidades para expresar emociones en función al contexto social (Ugarriza, 2003), se relaciona con las habilidades sociales manifestadas por los estudiantes. Si se considera la habilidad social como un rasgo de personalidad, entonces 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.

Del mismo modo, se encontró que existe relación entre la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional y habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. De acuerdo a estos resultados se puede inferir que las habilidades para afrontar situaciones estresantes utilizando estrategias autorreguladoras (Ugarriza, 2003), se relaciona con las habilidades sociales desarrolladas por los estudiantes. Estos resultados coinciden con lo encontrado por Ocampo (2011) quien comunicó que existe una relación significativa entre las habilidades sociales y el afrontamiento al estrés.

En la misma línea, quedó demostrado que existe relación entre la dimensión ánimo general de la inteligencia emocional y habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Es decir, la capacidad emocional de autoeficacia, o capacidad para aceptar y estar conforme con las emociones que se expresa (Ugarriza, 2003), se relaciona con las habilidades sociales mostradas por los estudiantes. La autoeficacia supone convicción de actuar exitosamente y la autoestima juega un valor relevante dado que añade valor personal a las propias acciones; quizá por ello Velásquez, et al. (2003), hallaron en su estudio que autoestima e inteligencia emocional son variables relacionadas. En cierta medida la autoestima condiciona el desarrollo de la inteligencia emocional y por ende de las habilidades sociales.

## VI. CONCLUSIONES

Se ha demostrado que existe relación ( $\rho=0,684$ ;  $p<0,05$ ) entre inteligencia emocional y habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Es decir, a mayor inteligencia emocional, mayor habilidad social.

Se ha determinado que existe relación ( $\rho=0,268$ ;  $p<0,05$ ) entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Es decir, a mayor habilidad intrapersonal, mayor habilidad social.

Se ha determinado que existe relación ( $\rho=0,545$ ;  $p<0,05$ ) entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Es decir, a mayor habilidad interpersonal, mayor habilidad social.

Se ha determinado que existe relación ( $\rho=0,445$ ;  $p<0,05$ ) entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.

Se ha determinado que existe relación ( $\rho=0,478$ ;  $p<0,05$ ) entre la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Es decir, a mayor adaptabilidad, mayor habilidad social.

Se ha determinado que existe relación ( $\rho=0,479$ ;  $p<0,05$ ) entre la dimensión estado de ánimo general de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en alumnos de secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Es decir, a mejor estado de ánimo, mayor habilidad social.

## **VII. RECOMENDACIONES**

Se sugiere que las áreas de psicopedagogía y tutoría implementen acciones psicoeducativas que favorezcan el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes, ya que se ha demostrado que ello significara también un mayor desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes, en todas las dimensiones, asimismo que se pueda trabajar 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 la Dirección educativa pueda Incluir como tema transversal en la planificación de los contenidos de aprendizaje, el desarrollo de habilidades que permitan mejorar la comprensión emocional, la asertividad, el auto concepto y el comportamiento autónomo, dado que de ese modo se podrá elevar los niveles de habilidad social de los estudiantes, lo cual a su vez redundará en mejores niveles de convivencias escolar.

Que, la Dirección y el área de tutoría implemente en sus horas correspondientes de tutoría y consejería a nivel de secundaria talleres de relaciones humanas, resiliencia, así como comunicación asertiva, que permitan mejorar las competencias de la dimensión interpersonal, lo que a su vez favorecerá la mejora de las habilidades sociales en sus diferentes dimensiones.

Es necesario que el departamento de psicopedagogía pueda considerar talleres de toma de decisiones, control y manejo de la voluntad e impulsividad, para que los estudiantes puedan mejorar habilidades, destrezas y competencias de la dimensión adaptabilidad que van a permitir una adaptación a las normas de convivencia escolar y familiar.

Asimismo, que el departamento de psicopedagogía y docentes puedan Considerar como el desarrollo emocional impacta positivamente en las capacidades de afrontamiento al estrés de las vicisitudes del mundo actual, tales como globalización, sociedad de la información, 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 psicóloga de la Institución Educativa informe a los docentes los resultados de la presente investigación a fin de motivar en los docentes otros estudios considerando las unidades de análisis que se identificaron durante el proceso de la presente investigación, que permitan ampliar el alcance de los hallazgos y generalizar con mayor amplitud los resultados expuestos, estudios con las variables clima escolar, clima social familiar, estilos parentales, estilos de aprendizaje, así como las inteligencias múltiples.

## **ANEXO**

## Anexo 1. Matriz de Consistencia

<b>TÍTULO:</b> Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.			
<b>PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>HIPÓTESIS GENERAL</b>	<b>ANÁLISIS DE DATOS</b>
¿Existe relación entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?	Demostrar la relación entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018	Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018	Programa estadístico SSPS v. 23 Correlación de Pearson, Spearman
<b>PROBLEMAS SECUNDARIOS</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS</b>	
¿Existe relación entre la dimensión Intrapersonal y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?	Determinar la relación entre la dimensión Intrapersonal y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018	Existe relación entre la dimensión Intrapersonal y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018	Prueba de Bondad K-S.
¿Existe relación entre la dimensión Interpersonal y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?	Determinar la relación entre la dimensión Interpersonal y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.	Existe relación entre la dimensión Interpersonal y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018	Media      Desviación Estándar
¿Existe relación entre la dimensión Adaptabilidad y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?	Determinar la relación entre la dimensión Adaptabilidad y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018	Existe relación entre la dimensión Adaptabilidad y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018	
¿Existe relación entre la dimensión Manejo de Estrés y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco 2018?	Determinar la relación entre la dimensión Manejo de Estrés y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018.	Existe relación entre la dimensión Manejo de Estrés y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018	
¿Existe relación entre la dimensión Estado de Ánimo General y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Mora les - Pisco 2018?	Determinar la relación entre la dimensión Estado de Ánimo General y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018	Existe relación entre la dimensión Estado de Ánimo General y Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales - Pisco, 2018	

**Anexo 2:** Matriz de Operacionalización de Variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
<b>Inteligencia emocional</b>	<b>intrapersonal (CIA)</b>	<b>Comprensión emocional de sí mismo (CM)</b>	<b>Inventario de Bar-On - ICE</b>  Adaptaciones. Efectuadas al constructo Inteligencia emocional por Nelly Ugarriza y Liz Pajares, en las que consignaron quince (15) definiciones como sub- componentes a ser evaluados en sesenta ítems.
		<b>Asertividad (AS)</b>	
		<b>Auto concepto (AC)</b>	
		<b>Autorrealización (AR)</b>	
	Interpersonal (CIE)	Empatía (EM)	
		Relaciones Interpersonal (RI)	
		Responsabilidad social (RS)	
	<b>Adaptabilidad (CAD)</b>	<b>Solución de problemas (SP)</b>	
		<b>Pruebas de la realidad (PR)</b>	
		<b>Flexibilidad (FL)</b>	
	Manejo del Estrés (CME)	Tolerancia al estrés (TE)	
		Control de los impulsos (CI)	
	<b>Estado de Animo en General (CAG)</b>	<b>Felicidad (FE)</b>	
		<b>Optimismo (OP)</b>	

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
<b>Habilidades Sociales</b>	Primeras Habilidades Sociales	Escuchar, conversador	Escala de Chequeo de Habilidades Sociales: <b>Arnold P. Goldstein,</b>
		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/expressar 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 acusación. 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

#### INVENTARIO EMOCIONAL BAR - ON ICE: NA Completo

Apellidos y Nombres: _____	Edad: ____	Sexo: _____
Colegio: _____		Estatad ( ) Particular ( )
Grado: _____	Fecha: _____	

#### INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE: NA – Completo

Adaptado por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares Del Aguila

#### INSTRUCCIONES

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 decirle a las personas como 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.	Aún, 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 cuando la gente está molesta aún, 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**  
**Escala de Chequeo de Habilidades Sociales: Arnold P. Goldstein,**

**INSTRUCCIONES:**

A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que hace que ustedes sean más o menos capaces. Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes.

- Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad.
- Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad.
- Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.
- Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad.
- Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad.

Grado:..... Sección: .....

Sexo: Masculino ( ) Femenino: ( )

<b>GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>					
	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
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

<b>GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS</b>					
	nunca	Muy pocas veces	Alguna 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

<b>GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS</b>					
	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 tratado de manera justa?	1	2	3	4	5
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	

<b>GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN</b>					
	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 sólo prestas atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

# UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP



## EXPEDIENTE PARA VALIDAR INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN A TRAVÉS DEL JUICIO DE EXPERTOS

## ANEXO N°01

### CARTA DE PRESENTACIÓN

**Señoras:** María del Carmen Quiñones Cabanillas - Feba Mehali Yvonne Prada Gutierrez

**Presente**

**Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.**

Me es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo hacer de su conocimiento que, siendo estudiante de TALLER DE TESIS, DE LA CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA, promoción 2017, aula s/n, requiero validar los instrumentos con los cuales debo recoger la información necesaria para poder desarrollar la investigación para optar el Título Profesional de LICENCIADO EN PSICOLOGÍA.

El título o nombre del proyecto de investigación es: Habilidades Sociales e Inteligencia Emocional en los alumnos de secundaria de la IE. Sgto. 2do. Lázaro Orrego Morales Pisco 2018, y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos, recorro y apelo a su connotada experiencia a efecto que se sirva aprobar el instrumento aludido.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

Carta de presentación.

Definiciones conceptuales de las variables, dimensiones e indicadores.

Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Operacionalización de las variables.

Expresándole mi sentimiento de respeto y consideración me despido de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

.....  
Bach. MARIA DEL CARMEN QUIÑONES CABANILLAS  
D.N.I: 09302721

.....  
Bach. FEBA MEHALI YVONNE PRADA GUTIERREZ  
D.N.I: 22248903

## ANEXO N°02

### DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES, DIMENSIONES E INDICADORES

#### VARIABLE 1:

**INTELIGENCIA EMOCIONAL:** Bar-On (1977), desde su percepción que la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en nuestra habilidad general, centró su estudio en función a los siguientes componentes: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general, y luego de analizar sus resultados:

Sostiene que las personas emocionalmente inteligentes son capaces de reconocer y expresar sus emociones, comprenderse a sí mismos, actualizar sus capacidades potenciales, llevar una vida regularmente saludable y feliz. Son capaces de comprender la manera como las otras personas se sienten, de tener y mantener relaciones interpersonales satisfactorias y responsables, sin llegar a ser dependientes de los demás. Son generalmente optimistas, flexibles, realistas, tienen éxito en resolver sus problemas y afrontar el estrés sin perder el control.

Refiriéndose propiamente a los adolescentes, Cortese y Moreno

afirman que con una Inteligencia Emocional alta, “éstos aprenden mejor, tienen menos problemas de conducta, se sienten mejor sobre sí mismos, tienen mayor facilidad de resistir las presiones de sus contemporáneos, son menos violentos y tienen más empatía, a la vez que resuelven mejor los conflictos” (Cortese y Moreno, 2007).

#### **Dimensiones de la variable 1:**

##### **Dimensión 1:**

**Intrapersonal:** Evalúa el sí mismo y el interior. Comprende los siguientes subcomponentes: comprensión emocional de sí mismo (CM), que es la habilidad para identificar y comprender nuestros sentimientos y emociones; diferenciarlos y conocer el sentido de los mismos; asertividad (AS), que es la habilidad para expresar sentimientos, creencias, y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás y defender nuestros derechos de una manera no destructiva; auto concepto, (AC), que es la habilidad para comprender, aceptar y respetarse así mismo, reconociendo nuestros aspectos positivos y negativos, como también nuestras limitaciones y posibilidades; autorrealización (AR), que es la habilidad para realizar lo que realmente podemos, queremos y disfrutamos de hacerlo; e independencia (IN), es la habilidad para auto dirigirse, sentir seguridad de sí mismo con respecto a nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones.

## **Indicadores:**

**Autoconciencia Emocional:** Conocer los propios sentimientos para conocerlos y saber qué los causó.

**Asertividad:** Es la habilidad de expresarse abiertamente y defender los derechos personales sin mostrarse agresivo ni pasivo.

**Autoconcepto:** Esta habilidad se refiere a respetarse y ser consciente de uno mismo, tal y como uno es, percibiendo y aceptando lo bueno y malo.

**Autorrealización:** Habilidad para alcanzar nuestra potencialidad y llevar una vida rica y plena, comprometiéndonos con objetivos y metas a lo largo de la vida.

**Independencia:** Es la habilidad de controlar las propias acciones y pensamiento uno mismo, sin dejar de consultar a otros para obtener la información necesaria.

## **Dimensión 2:**

**Interpersonal:** abarca las habilidades y el desempeño interpersonal. Comprende los siguientes subcomponentes: empatía (EM), que es la habilidad de percatarse, comprender, y apreciar los sentimientos de los demás; las relaciones interpersonales (RI), que es la habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias; y la responsabilidad social (RS), que es la habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, contribuye y que es un miembro constructivo del grupo social.

## **Indicadores:**

**Empatía:** Es la habilidad de reconocer las emociones de otros, comprenderlas y mostrar interés por los demás.

**Relaciones Interpersonales:** Es la habilidad de establecer y mantener relaciones emocionales caracterizadas por el dar y recibir afecto, establecer relaciones amistosas y sentirse a gusto.

**Responsabilidad social:** Es la habilidad de mostrarse como un miembro constructivo del grupo social, mantener las reglas sociales y ser confiable.

## **Dimensión 3:**

**ADAPTABILIDAD:** permite apreciar cuán exitosa es la persona para adecuarse a las exigencias del entorno, evaluando y enfrentando de manera efectiva las situaciones problemáticas. Comprende los siguientes subcomponentes: solución de problemas (SP), que es la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas; la prueba de la realidad (PR), que es la habilidad para

evaluar lo que uno piensa (lo subjetivo) y lo que en realidad existe (lo objetivo); y la flexibilidad (FL), que es la habilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.

**Indicadores:**

**Solución de problemas:** La habilidad de identificar y definir problemas, así como generar e implementar soluciones potencialmente efectivas.

**Prueba de realidad:** Esta habilidad se refiere a la correspondencia entre lo que emocionalmente experimentamos y lo que ocurre objetivamente, es buscar una evidencia objetiva para confirmar nuestros sentimientos sin fantasear ni dejarnos llevar por ellos.

**Flexibilidad:** Es la habilidad de ajustarse a las cambiantes condiciones del medio, adaptando nuestros comportamientos y pensamientos.

**Dimensión 4:**

**Manejo del Estrés:** Comprende los siguientes subcomponentes: tolerancia al estrés (TE), que es la habilidad para soportar situaciones adversas, estresantes y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentando activa y positivamente el estrés; y el control de los impulsos (CI), que es la habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones.

**Indicadores:**

**Tolerancia al estrés:** Se refiere a la capacidad de sufrir eventos estresantes y emociones fuertes sin venirse abajo y enfrentarse de forma positiva con el estrés; capacidad de escoger varios cursos de acción para hacerle frente al estrés, ser optimista para resolver un problema, y sentir que uno tiene capacidad para controlar e influir en la situación.

**Control de impulsos:** habilidad de resistir o retardar un impulso, controlando las emociones para conseguir un objetivo posterior o de mayor interés.

**Dimensión 4:**

**Estado de Ánimo General:** mide la capacidad de la persona para disfrutar de la vida, la perspectiva que tenga de su futuro, y el sentirse contenta en general. Lo comprende los siguientes subcomponentes: felicidad (FE), que es la habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros, divertirse y expresar sus sentimientos positivos; y optimismo (OP), que es la habilidad para ver el aspecto más brillante de la vida y mantener una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos.

**Felicidad:** Disfrutar y sentirse satisfecho con la vida, disfrutarse uno mismo y a otros, de divertirse y expresar sentimientos positivos.

**Optimismo:** Es mantener una actitud positiva ante las adversidades y mirar siempre el lado bueno de la vida.

## **VARIABLE 2:**

### **HABILIDADES SOCIALES**

Según **Goldstein (1980; citado por Gil 2011)** “las habilidades sociales se componen de una serie de conductas que son utilizadas por las personas en determinadas circunstancias. Estos recursos permitirán al individuo afrontar de una manera adecuada, una serie de dificultades, retos y exigencias cotidianas.

#### **Dimensiones de la variable 2:**

##### **Dimensión 1:**

**Habilidades Sociales Básicas:** Combs y Slaby (2013) plantean que la habilidad social es “ la habilidad para interactuar con otros en un contexto dado de un modo específico, socialmente aceptable y valorado y que sea mutuamente beneficioso o primariamente beneficioso para los otros” Se puede destacar que también se contextualiza la visión de la conducta, los autores incluyen en esta definición un aspecto importante el cual es el beneficio, ósea sugieren que los individuos desarrollan habilidades sociales para lograr una mejor interacción social con los otros propendiendo a una buena convivencia social.

##### **Indicadores**

Escuchar, Iniciar y mantener conversaciones.

Formular preguntas.

Dar las gracias.

Hablar en público.

Presentarse.

Expresión de amor agrado y afecto.

Defensa de los derechos propios.

Pedir favores.

Rechazar peticiones.

Hacer cumplidos.

Expresión de opiniones personales incluido el desacuerdo.

Expresión justificada de molestia.

Disculparse o admitir ignorancia.

Petición de cambios en la conducta del otro.

Afrontamiento de las críticas.

## **Dimensión 2:**

### **Habilidades Sociales Avanzadas:**

se construye las habilidades sociales avanzadas para desenvolvernó en el mundo que nos rodea.

### **Indicadores**

Hacer un Elogio.

Disculparse.

Pedir Ayuda.

Participar.

Dar Instrucciones.

Seguir Instrucciones.

Convencer a los demás.

## **Dimensión 3:**

**Habilidades para manejar los Sentimientos:** Brikman R. (2018) Habilidades esenciales es la comunicación que convierte en conflicto en cooperación la emoción en razonamiento y los motivos ocultos en dialogo sincero, es decir es un factor importante poseer las habilidades para el buen trato con las personas, difíciles de tratar cuando se encuentran en su peor momento.

### **Indicadores:**

Conocer los Sentimientos Propios.

Expresar Sentimientos.

Enfrentarse con el Enfado del Otro.

Resolver Nuestros Miedos.

Auto Recompensarse.

#### **Dimensión 4:**

**Habilidades Alternativas de la Agresión:** Nos es útil, para solucionar los problemas evitando las peleas, los gritos ensordecedores; conociendo esta habilidad aprenderemos a defendernos sin usar la violencia.

#### **Indicadores:**

Pedir permiso. Autocontrol.

Compartir algo.

Ayudar a otros. Negociar.

No Entrar en Peleas.

Evitar problema con otros.

#### **Dimensión 5:**

**Habilidades para el manejo de Estrés.** En un momento de estrés, tan solo se podría escuchar mostrando empatía y sin hacer juicios, es una gran ayuda para que la persona pueda recuperar un sentido de perspectiva y armonía.

#### **Indicadores:**

Formular/responder queja.

Resolver vergüenza.

Defender a un amigo.

Persuasión, Respuesta a fracaso.

Responder a acusación.

Respuesta a Presión de grupo.

#### **Dimensión 6:**

**Habilidades de Planificación:** Esta capacidad incluye la selección de las actividades necesarias para alcanzar una meta, decidir sobre el orden apropiado, y el establecimiento de un plan de acción. Al abordar el tema en cuestión, se hace necesario, para un conocimiento adecuado del mismo, elegir acciones concretas y asignar los recursos cognitivos necesarios.

**Indicadores:**

Tomar decisión.

Discernimiento.

Tener objetivos.

Recoger información.

Priorizar problemas.

Tomar iniciativa.

Concentrarse en tareas.

Determinar habilidades.

**ANEXO N°03**

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS**

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

<u>Dimensiones</u>		Ítems						Sugerencias
		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		
		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 mi 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 como 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 como 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.								

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

<b>GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>							
<b><u>Dimensiones</u></b>	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
	si	no	si	no	si	no	
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?							

<b>GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS</b>							
<b><u>Dimensiones</u></b>	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
	si	no	si	no	si	no	
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?							

<b>GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>							
<b><u>Dimensiones</u></b>	<b>Pertinencia1</b>		<b>Relevancia2</b>		<b>Claridad3</b>		<b>Sugerencias</b>
	si	no	si	no	si	no	
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?							

<b>GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS</b>							
<b><u>Dimensiones</u></b>	<b>Pertinencia1</b>		<b>Relevancia2</b>		<b>Claridad3</b>		<b>Sugerencias</b>
	no	si	no	si	no	si	
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?							

<b>GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS</b>							
<b><u>Dimensiones</u></b>	<b>Pertinencia1</b>		<b>Relevancia2</b>		<b>Claridad3</b>		<b>Sugerencias</b>
	si	no	si	no	si	no	
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							
<u>Dimensiones</u>	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
	si	no	si	no	si	no	
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):

ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO

DNI: 08217185

Especialidad del validador: PSICÓLOGA

Lima de OCT del 2019

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

<sup>3</sup>Claridad: 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

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

Firma del Validador

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 YRONEO EUGENIO

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicólogo A.E. La Salud

Sur ..... de octubre del 2018

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

<sup>3</sup>Claridad: 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. I. Eugenio Cruz Telada  
PSICOLOGO  
CPsP. 2819

Firma del Validador

**Anexo 04:**  
**Matriz de operacionalización de variables**

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
<b>Inteligencia emocional</b>	<b>intrapersonal (CIA)</b>	<b>Comprensión emocional de sí mismo (CM)</b>	<b>Inventario de Bar-On - ICE</b>  Adaptaciones. Efectuadas al constructo Inteligencia Emocional por Nelly Ugarriza y Liz Pajares, en las que consignaron quince definiciones como subcomponentes a ser evaluados en sesenta ítems.
		<b>Asertividad (AS)</b>	
		<b>Auto concepto (AC)</b>	
		<b>Autorrealización (AR)</b>	
		<b>Independencia (IN)</b>	
	interpersonal CIE)	Empatía (EM)	
		Relaciones Interpersonal (RI)	
		Responsabilidad social (RS)	
	<b>Adaptabilidad (CAD)</b>	<b>Solución de problemas (SP)</b>	
		<b>Pruebas de la realidad (PR)</b>	
		<b>Flexibilidad (FL)</b>	
	Manejo del Estrés (CME)	Tolerancia al estrés (TE)	
		Control de los impulsos (CI)	
	<b>Estado de Animo en General (CAG)</b>	<b>Felicidad (FE)</b>	
		<b>Optimismo (OP)</b>	

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
<b>Habilidades Sociales</b>	Primeras Habilidades Sociales	Escuchar, conversador	Escala de Chequeo de Habilidades Sociales: <b>Arnold P. Goldstein,</b>
		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	
		Autor recompensarse	
		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 acusación. 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**













## **Anexo 6:** Propuesta de valor

Obtenido los resultados de la presente tesis universitaria que demostró que, si existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales en Alumnos de Secundaria de la Institución Educativa Estatal Sgto. 2do. FAP Lázaro Orrego Morales-Pisco, 2018. Se propone un programa de actividades de capacitación y desarrollo dirigido a los alumnos, padres y docentes que ayudaran a mejorar la relación entre padres, estudiantes y maestros de la referida Institución Educativa que facilitaran una sana convivencia escolar.

### **Objetivo General:**

- Desarrollar actividades diseñadas para abrir nuevas formas asertivas de comunicación entre padres, estudiantes y maestros que permitan aprender mejores formas de comunicarse, comprenderse que faciliten las capacidades emocionales y desarrollo de habilidades sociales.

### **Objetivos Específicos:**

- Demostrar a los padres de familia la importancia del rol familiar en el desarrollo de capacidades emocionales y las habilidades sociales en la formación escolar de sus hijos estudiantes de secundaria.
- Desarrollar competencias emocionales en los estudiantes del quinto de secundaria que faciliten el desarrollo de habilidades sociales y comprendan su importancia en su vida descolar, familiar, social y vocacional.
- Explicar a los docentes de la referida Institución Educativa el rol importante de la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales en los estudiantes del quinto de secundaria en la formación académica para una mejora en su rendimiento escolar y futura vida profesional.