



**UNIVERSIDAD
INSURGENTES**

Plantel Xola

**LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CON
INCORPORACIÓN A LA UNAM CLAVE 3315-25**

**“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y FACTORES QUE INCIDEN
EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS”**

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A

CARLOS EDUARDO ESTRELLA MEDINA

ASESOR: Mtro. CÉSAR ARÁMBULA RÍOS

CIUDAD DE MÉXICO

2018



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

“Al principio, los sueños parecen imposibles, luego improbables y eventualmente inevitables...”

Agradecimientos

A mi Madre: Gracias es una palabra simple que no describe todo lo que siento por ti, me enseñas el valor de la vida y eres el más grande tesoro que tengo, nunca será suficiente lo que haga para demostrar todo lo que te quiero y siempre estarás presente en cada uno de mis pasos. Soy afortunado como hijo, por tus lecciones, por tus valores, por tu sacrificio y por el amor que nos brindas a la familia. Gracias mamá, este logro es más tuyo que mío. Te ama tu hijo.

A mi Padre: De igual forma estoy muy agradecido de tenerte y siempre apoyarme, por darme la libertad de crecer a mi manera y estar en los momentos importantes y difíciles, gracias por estar siempre pendiente y cuidar de nosotros, soy afortunado de tenerte como papá, aparentas ser de corazón frío, pero llenas de amor nuestro hogar, gracias por siempre estar con mi mamá, nunca estarán solos. Te ama tu hijo.

A mis Hermanos: Nunca existirán mejores acompañantes que ustedes, los amo a los tres y no quiero decepcionarlos: Verónica, gracias por ser la más linda de sentimientos y corazón y siempre estar para la familia, no sabríamos que hacer sin ti; Laura, gracias por enseñarme el valor de la educación, eres muy inteligente y por eso te aprecio como profesional y te amo como hermana; Ricardo, eres y siempre serás mi ejemplo a seguir, gracias por cuidarme y estar siempre para mí, seguiré tus pasos y caminaré por el mismo camino que tú. Los amo hermanos.

A mi Familia: Gracias a toda mi familia que de forma indirecta me apoya, A mis primos, Alvin, te quiero ver triunfar en lo que te propongas y sé que así será; Mariana y Marisol, las quiero, nunca dejen de crecer y busquen el éxito; Kevin, no desistas, jamás estarás solo y siempre te apoyaré; Enrique, todo es posible con esfuerzo y dedicación, también gracias Moni, Eri, César, Belem, Dani, Enrique, Luis, Elsa, Víctor, Kari, Gaby, Armando, Pedro, Sandra y todos mis primos, a mis tíos, Miguel, Susana, Victor, Isabel, Rosario, Felix, Enrique, Nicolas, Armando, Ombelina, Oscar y especialmente a mi tío Arturo que me brinda mucha sabiduría y buenos consejos, Gracias a mis cuatro abuelos que me dieron a los mejores padres, Gracias a todos...

También quiero agradecer a mis maestros que sin ellos esto no podría ser, especialmente gracias a mi asesor César que confió en mí y me dio los conocimientos necesarios para realizar mi trabajo, gracias también a la maestra Tere, que si bien no me dio clases fue mi psicóloga en los momentos difíciles y me enseñó el valor de la profesión, siempre estaré agradecido, también gracias a Briam, Miguel, Trejo, Joyce, Serna, Yolanda, Blanca y a todos mis profesores de la universidad.

Por último, quiero agradecer a mis amigos, quienes me acompañan en todo momento y me enseñan sus conocimientos y valores, muchas gracias Adrián por ser la persona que eres y por compartir tu sabiduría; gracias Daniel por ser tan tú, incondicional e inteligente, gracias César por tu amistad exigente y tú alegría; gracias Mari, Kari, Ale y Manu, por su gran forma de ser y sus consejos, gracias a mi novia Andrea por darme la oportunidad de conocer a alguien con tan noble corazón, eres la mejor compañía que tengo, y espero nunca deje de ser así, te amo; también, gracias a toda la familia del Ausangate, mi segundo hogar, especialmente a los Etruscos que siempre me recuerdan que no habrá límites...ni barreras... A todos y cada uno de ustedes infinitas gracias.

Finalmente quiero agradecerme a mí, por superar las adversidades, los momentos difíciles y por darme cuenta que soy fuerte, porque conozco mis debilidades, que soy ingenioso, porque aprendí a desarrollar mis talentos, que soy inteligente, porque nací ignorándolo todo, que soy valiente, porque he vivido el más profundo de los miedos, que soy honesto, porque conozco lo mucho que duelen las mentiras, que sonrío, porque conozco la tristeza y que puedo amar, porque conozco el significado de la compañía.

ÍNDICE

Resumen	1
Introducción.....	2
1. Capítulo I. Inteligencia Emocional.....	5
1.1. Definición de Inteligencia Emocional.....	5
1.2. Antecedentes de la Inteligencia Emocional.....	12
1.3. Elementos de la Inteligencia Emocional.....	14
1.3.1 Automotivación	14
1.3.2 Autocontrol.....	15
1.3.3 Asertividad	16
1.3.4 Habilidades sociales	16
1.3.5 Empatía	18
1.3.6 Motivación.....	19
1.4 Modelos sobre Inteligencia Emocional	20
1.4.1 Modelos Mixtos.....	20
1.4.1.1. Modelo de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman	20
1.4.1.2. Modelo de Reuven Bar-on	23
1.4.2. Modelos de habilidades	25
1.4.2.1. Modelo de John Mayer y Peter Salovey	25
1.4.3 Otros Modelos	28
1.4.3.1 Modelo de Cooper y Sawaf.....	29
1.4.3.2 Modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla.....	29
1.4.3.3 Modelo de Matineaud y Engelhartn.....	30
1.4.3.4 Modelo de Elías, Tobías y Friedlander	31
1.4.3.5 Modelo de Rovira.....	31
1.4.3.6 Modelo Secuencial de Autorregulación Emocional.....	33
1.4.3.7 Modelo Autorregulatorio de las Experiencias Emocionales.....	34
1.4.3.8 Modelo de Procesos de Barret y Gross	35
1.4.3.9 Modelo de Inteligencia Emocional como Rasgo	35
1.4.3.10Modelo de Vallés y Vallés	36
2. Capítulo II. Rendimiento Académico	38
2.1 Fundamentos teóricos del Rendimiento Académico.....	38
2.2 Elementos que inciden en el Rendimiento Académico.....	41
2.3 Medición del Rendimiento Académico	46
2.4 Rendimiento Académico e Inteligencia Emocional.....	47
3. Capítulo III. Investigación Relacionada.....	50

4. Capítulo IV. Método	61
4.1. Justificación.....	61
4.2. Planteamiento del problema de investigación	62
4.3. Objetivos	62
4.3.1 Objetivo General	62
4.3.2 Objetivo Específicos.....	62
4.4. Hipótesis.....	63
4.4.1 Hipotesis de investigación.....	63
4.4.2 Hipótesis Nula	63
4.5 Variables.....	63
4.5.1 Variable 1	63
4.5.2 Variable 2	63
4.5.3 Variable 3	63
4.6 Definiciones Conceptuales	63
4.7 Definición Operacional	64
4.8 Muestra	66
4.9 Muestreo	66
4.10 Criterios de inclusión.....	66
4.11 Criterios de exclusión	66
4.12 Criterios de eliminación	66
4.13 Instrumentos	67
4.14 Tipo de estudio	68
4.15 Diseño de investigación.....	68
4.16 Procedimiento.....	68
4.17 Análisis de datos.....	69
5. Capítulo V. Resultados	70
6. Capítulo VI. Discusión	77
7. Capítulo VII. Conclusiones	82
Referencias	87
Anexos	91

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo precisar si la inteligencia emocional está relacionada con los factores que inciden en rendimiento académico y a su vez con la calificación general de un grupo de estudiantes universitarios. Para ello, se realizó un estudio correlacional y explicativo de tipo no experimental y transversal. Para lograr los objetivos de esta investigación, se evaluó a 160 estudiantes universitarios de tres diferentes instituciones privadas, a tales participantes se les aplicaron dos pruebas: el Test de Inteligencia Emocional de Vallés y Vallés (2000) y la Escala MEDMAR de rendimiento académico de Medina Gual y Martell Ibarra (2008). En forma global, los resultados indicaron que si existe correlación significativa entre la inteligencia emocional, los factores del rendimiento académico y las calificaciones de una población de estudiantes universitarios. La inteligencia emocional se correlacionó con moderada intensidad con los factores del rendimiento académico ($r = .539$), también la inteligencia emocional se correlacionó con las calificaciones promedio de los estudiantes ($r = .349$) y por último la escala de rendimiento académico de MEDMAR se correlacionó con las calificaciones obtenidas por los alumnos con una coeficiente de correlación de $.510$. Finalmente se llevó a cabo un análisis detallado entre los factores que inciden en el rendimiento académico y los elementos de la inteligencia emocional, además de incluir una regresión lineal múltiple para ver la influencia conjunta de las variables. El modelo generado demostró que cuando la variable dependiente equivalente al promedio de la escala MEDMAR es correlacionada con las constantes de calificaciones del alumno y el promedio de la prueba de inteligencia emocional, su R-cuadrada aumenta considerablemente con un $.401$, lo que puede considerarse un elemento predictor de sus puntuaciones.

Palabras Clave: Inteligencia emocional, rendimiento académico, calificaciones, competencias emocionales, factores que inciden en el rendimiento académico.

Introducción

La inteligencia emocional es presentada como una expectativa del desarrollo humano encaminada a lograr el éxito personal en las diversas circunstancias de la vida, dando herramientas que apoyan al logro de la felicidad, la comunicación eficaz con personas, la automotivación para alcanzar los objetivos que nos planteamos, para ser inquebrantables en nuestros compromisos y para solucionar los conflictos interpersonales, haciendo uso de esta capacidad de conocimiento y manejo de nuestra emocionalidad, así como también de las habilidades empáticas, asertivas y psicosociales (Goleman, 1995).

Es así que autores representativos como Goleman, Salovey, Mayer, Bar-On, Vallés y Vallés entre otros, han destacado a la inteligencia emocional y la han definido a lo largo de la historia. Es por eso que la inteligencia emocional hoy por hoy es una opción del desarrollo humano destinada a conseguir el éxito personal en las múltiples perspectivas de la vida, ayudándose de componentes como la autoconciencia, el autocontrol, la asertividad, las habilidades sociales, la empatía y la motivación (Goleman, 1995).

Ahora bien, la inteligencia emocional es un tema que abarca muchos ámbitos y se le ha asociado a muchos otros temas, entre ellos se encuentra el rendimiento académico. La vinculación entre rendimiento académico e inteligencia emocional ha sido un tema controversial para los investigadores, ya que se muestra en la diferente literatura que tanto el desarrollo emocional y el desarrollo social son determinantes en el desempeño académico. En la sociedad actual, existe un analfabetismo emocional que se revela de múltiples formas en el rendimiento académico y todo lo que engloba tal tema, por ejemplo se manifiesta en bajas calificaciones, conflictos entre estudiantes, estrés, violencia escolar,

ansiedad, bullying, consumo de drogas, pensamientos autodestructivos e incluso suicidios. Es por ello que, se requiere una educación emocional que prepare para la vida, es decir, que abra los ojos y muestre la importancia, ineludible del desarrollo emocional y así también se determine el valor de la afinidad entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional.

Es por eso que este estudio se presentó con la finalidad de comprobar si la inteligencia emocional se correlaciona de manera significativa con los factores que inciden en el rendimiento académico. Para llevarlo a cabo se trabajó con una muestra de 160 estudiantes universitarios a los cuales se les aplicaron dos pruebas que permitieron la recolección de datos referentes a las variables de inteligencia emocional y factores que inciden en el rendimiento académico.

Para tal investigación se elaboraron 7 capítulos que a continuación se enuncian de forma breve:

Capítulo 1. Inteligencia Emocional: se aborda detalladamente la definición de inteligencia emocional, así como también se habla del origen del concepto y los elementos que lo conforman, también se mencionan a los diversos autores que trabajaron con el tema, tales como Daniel Goleman, Peter Salovey, Jhon Mayer, Valles y Vallés, Bar-On, entre otros que han evidenciado la importancia de la inteligencia emocional.

Capítulo 2. Rendimiento académico: En dicho capítulo se habla de los fundamentos teóricos del rendimiento académico, además también se tratan los diversos temas que repercuten a tal variable y como es que ésta es medida, finalmente este segundo capítulo

habla de la relación de los factores que inciden en el rendimiento académico y la inteligencia emocional.

Capítulo 3. Investigaciones relacionadas: En este capítulo se demuestran algunas investigaciones relacionadas con las variables de inteligencia emocional y rendimiento académico y básicamente se hace evidente la gama de exploraciones que se han hecho a lo largo del tiempo de tales variables.

Capítulo 4. Método: En el cuarto capítulo se describe detalladamente el método utilizado para esta investigación, también se menciona el problema de investigación, los objetivos planteados, las variables y la muestra de los instrumentos que se utilizaron para la tesis.

Capítulo 5. Resultados: En este capítulo se presentan las deducciones obtenidas en la investigación por medio de tablas y descripción de las mismas y se muestran los resultados del análisis estadístico

Capítulo 6. Discusión: En el capítulo sexto se lleva a cabo una comparación paralela de las investigaciones relacionadas y se discuten los resultados.

Capítulo 7. Conclusión: En dicho capítulo se mencionan las conclusiones del estudio y se resumen los resultados del trabajo. Al final se da una pequeña reflexión y recomendaciones.

Capítulo 1 Inteligencia Emocional

1.1 Definición de inteligencia emocional

En el presente capítulo se da una revisión del concepto de inteligencia emocional con el propósito de exponer la diferente literatura que se ha desarrollado a lo largo de los últimos años, esto con el fin de conocer el significado; así como también identificar a los diferentes autores que han hablado respecto al tema.

Para dar paso a ello, precisaremos los conceptos de inteligencia y emoción por separado, así se conseguirá una mejor explicación en conjunto y la inteligencia emocional se postulará como una de las variables vitales de esta tesis.

Existen numerosas acepciones en torno al concepto de inteligencia, y casi todas coinciden en afirmar que el individuo posee una inherente capacidad que le permite comprender, razonar, pensar y actuar, comúnmente esta habilidad es denominada como inteligencia; la inteligencia desde su nacimiento conceptual deja claro que es un tema central en diversas áreas, como la filosofía, la psicología y otras ciencias.

Respecto al concepto y definición de lo que es inteligencia, en general, la investigación se ha centrado en dividir la inteligencia en fragmentos especificables, en lugar de centrarse sobre un concepto unitario. El resultado ha sido una amplia diversidad de teorías sobre los diferentes aspectos de la ejecución inteligente (Molero, Saiz & Esteban, 1998).

Al hacer una recopilación histórica del concepto inteligencia, es notable que existen muchas definiciones y que muchos autores aportaron algo diferente. En un principio se pensaba que la inteligencia pertenecía a un apartado biológico hereditario y que era un

atributo unitario situado en la cabeza de los individuos, esta idea de inteligencia fue demasiado primitiva y simple, por lo cual en los años 20's con autores representativos como Thorndike, Terman, Pinter y más expertos realizaron un simposio cuya finalidad fue determinar el significado de inteligencia (Molero, Saiz & Esteban, 1998).

El estudio de la inteligencia puede hacerse a través de los trabajos realizados desde las distintas escuelas tradicionales en psicología. Un recorrido histórico sobre el concepto de inteligencia lleva casi forzosamente a comenzar con la orientación psicométrica, al ser esta escuela la que más productividad y más aportes importantes ha realizado. Al retomar los enfoques psicométricos de la inteligencia, se determinan por su énfasis en cuantificar y ordenar las habilidades intelectuales de las personas, en la confianza en los test generales de inteligencia como base para sus datos y en el uso del análisis factorial para analizarlos.

Desde esta perspectiva los seres humanos están dotados de un conjunto de factores o rasgos, de los que cada individuo dispone de manera diferente. Estas diferencias individuales en los factores hacen referencia a las diferencias en el rendimiento intelectual.

Es notable que el concepto de inteligencia ha vivido una metamorfosis constante y para su conocimiento específico es indispensable saber su linaje conceptual (Ver Tabla 1).

Como bien se sabe, la inteligencia ha tenido varias definiciones conceptuales y para comprobar esto a continuación se muestran algunas ideas de diversos autores.

Para Stern, la inteligencia es la capacidad de adaptabilidad a nuevas experiencias, por otro lado, Thorndike se refiere a la inteligencia como aquella capacidad de reacción, desde la perspectiva de la realidad. Para Terman, la idea central de la inteligencia radica en que posee una habilidad de pensamiento abstracto y finalmente la inteligencia, para

Weschler es considerada una capacidad global del individuo para accionar con un propósito, pensar racionalmente y ser eficaz con su ambiente (Zárate, 2010).

Tabla 1. Línea temporal del concepto de Inteligencia

Galton (1822-1911)	-Énfasis en la influencia de la herencia en las diferencias individuales.
Binet (1817-1911)	-Elabora primera escala de Inteligencia para niños. -En 1916 aparece por primera vez el concepto cociente intelectual definido como la razón de edad mental y edad cronológica. -Su trabajo da comienzo a la polémica de si el rendimiento en inteligencia depende de un único factor general o de muchos pequeños factores específicos.
Primera Guerra Mundial	-Aparecen las pruebas de inteligencia aplicadas en grupo (ARMY ALPHA. y ARMY BETA).
Thorndike (1920)	-Publica la " <i>La inteligencia y sus usos</i> " introduciendo el componente social en la definición de inteligencia.
Watson (1930),	-Auge del conductismo. La inteligencia es conceptualizada como meras asociaciones entre estímulos y respuestas.
Wechsler (1939)	-Diseña la escala Wechsler, la primera que evalúa los procesos intelectuales de los adolescentes y adultos
Segunda Guerra Mundial	-Los procesos cognitivos comienzan a recibir cada vez más atención. Afianzamiento de la psicología cognitiva.
Turing (1950)	-Publica en <i>Mind</i> un trabajo titulado <i>Computing Machinery and Intelligence</i> que define el campo de la inteligencia artificial y establece el paradigma de la ciencia cognitiva.
Gardner (1983-1993)	Insiste en la pluralidad del intelecto. Existen muchas capacidades humanas que pueden ser consideradas como inteligencias.
Mayer y Salovey (1990)	-Acuña el concepto de Inteligencia Emocional.
Goleman (1996)	-Aparece el concepto de Cociente Emocional (EQ)

Retomado de Molero, Saiz & Esteban (1998). Pág. 17

Existe una interpretación desorientada al creer que la inteligencia solo se encausa en aspectos lógico-matemáticos, lo acertado es pensar que la inteligencia es un concepto holístico y que también es necesaria su aplicación en las áreas personales y de convivencia social.

Si lo pensamos bien, de alguna manera poseemos mentes duales, esto quiere decir que tenemos dos mentes, una que razona y otra que se conduce en lo emocional. La mente racional, es la que típicamente nos da conciencia reflexiva y nos da la habilidad de analizar

y profundizar. La mente emocional es otro sistema de conocimiento a veces ilógico e impulsivo, pero es muy poderosa. Por lo general, existe un equilibrio entre mente emocional y mente racional, en donde la emoción es el agente informante de las operaciones de la mente racional y la mente racional depura y a veces prohíbe la entrada de las emociones (Goleman, 1995).

A continuación se define el concepto de emoción. Según Reeve en su obra *Motivación y Emoción* (1994) las emociones son multidimensionales, y se dividen en 3 principales áreas (subjetiva, biológica, y social). En parte las emociones son sentimientos subjetivos, ya que nos hacen sentir en formas particulares como irritadas o alegres. Las emociones también son reacciones biológicas, respuestas que movilizan energía, la cual alista al cuerpo para adaptarse a cualquier situación que se enfrenta. Las emociones además son agentes de propósito social, como cualquier acción que tiene un propósito que en este caso es uno encausado a lo social.

También se afirma que la emoción se manifiesta de manera subjetiva y viene acompañada de cambios fisiológicos y endócrinos que preparan al ser humano a los cambios que vive y aprende por medio de la experiencia.

Recurriendo a la fuente etimológica de la palabra emoción, se dice que proviene del latín “*enmoveo*, “*conmover*”; estado afectivo intenso y relativamente breve, originado normalmente por una situación, o un pensamiento, o imagen agradable, que activa y excita al sujeto (Abad, 1998).

Es importante mencionar que se considera emoción a toda respuesta de todo organismo que implique conductas expresivas, cambios fisiológicos, reacción subjetiva al

ambiente acompañada de respuesta neural y hormonal y función adaptativa de nuestro organismo ante el ambiente.

En conclusión en torno a la emoción, en el ser humano la experiencia de una emoción involucra un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, que utiliza para valorar una situación concreta e influyen en el modo en el que se percibe dicha situación y se adapta ante tal. Ahora el hacer una revisión de los conceptos de inteligencia y emoción se puede entender de mejor manera la variable de inteligencia emocional y para ello, a continuación se precisa la conceptualización de la inteligencia emocional.

Los primeros en definir la inteligencia emocional fueron los psicólogos John Mayer y Peter Salovey en un artículo publicado en 1990, estos autores planteaban que existen ciertas implicaciones en los procesos mentales involucrados en la información emocional y que tales procesos incluyen una valoración de las emociones de uno mismo y de otros y esto permite una regulación emocional que da paso a el uso de las emociones para procesos de adaptabilidad. De esta manera introdujeron el concepto de inteligencia emocional, con la finalidad de resaltar la importancia de las emociones en los procesos adaptativos y la definen primeramente como aquella habilidad para monitorear las emociones propias y de los demás, para discriminar entre ellas y utilizar esta información para guiar nuestros pensamientos y nuestras acciones (Salovey & Mayer, 1990).

Con esto, la inteligencia emocional se puede definir como un conjunto de destrezas que contribuyen a una adecuada percepción, expresión y regulación de las emociones de uno mismo y en los otros y a la utilización de las emociones para motivarse, planificar y alcanzar los propios objetivos vitales (Santrock, 2004).

En 1995, Goleman publica el libro de divulgación titulado *Inteligencia Emocional* en donde menciona principalmente que la IE:

...es una opción del desarrollo humano dirigida a conseguir el éxito personal en las distintas facetas de la vida, entendiendo como el logro de la felicidad, la comunicación eficaz con las demás personas, la automotivación para conseguir los objetivos que nos proponemos, para ser constantes en nuestras actividades, para solucionar los conflictos interpersonales y dirigida también a adaptarnos a las circunstancias, haciendo uso de esa capacidad de conocimiento y manejo de nuestra emocionalidad y de las habilidades empáticas que nos permiten mejorar la comunicación con los demás (Goleman, 1995, p.68.)

Como se muestra en la literatura, el término inteligencia emocional es un constructo psicológico tan interesante como discutido, que a pesar de ser conceptualizado de modos muy diferentes por los autores, constituye el avance psicológico más reciente en el campo de las emociones y se refiere a la interacción adecuada entre emoción y cognición, que permite al individuo un funcionamiento sofisticado para su ambiente (Salovey & Grewal, 2005; citados en Morales & López-Zafra, 2009).

Aunque en los últimos años, se han propuesto muchas definiciones del término inteligencia emocional desde un punto de vista conceptual, su estudio se ha popularizado en perspectivas bien diferenciadas y en todas subyace la misma idea central de que las competencias emocionales son un factor decisivo a la hora de explicar la labor del sujeto en todas las áreas trascendentales (Mikolajczak, Luminet & Menil, 2006; citados en Morales & López-Zafra, 2009).

A continuación se muestra una lista de definiciones de Inteligencia Emocional:

- **Peter Salovey y John Mayer:** Capacidad de monitorear y regular los sentimientos.
- **Daniel Goleman:** La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones en nosotros mismos y en nuestras relaciones.
- **Ayman Sawaf :** Es la capacidad de sentir, entender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia.

Ahora, y a manera de conclusión de la definición de inteligencia emocional, se puede confirmar que la inteligencia emocional es la capacidad que posee el ser humano de reconocer las emociones. De manera intencional manipulamos y usamos a nuestro favor las emociones logrando así que mejoren nuestras acciones, Goleman (1995) resalta que la identificación y el reconocimiento de las emociones son indispensables para su uso efectivo y estas pueden determinarse por medio de ciertas competencias como son: la habilidad para conocer las propias emociones, la automotivación, el reconocimiento de emociones ajenas, la habilidad para relacionarnos y el autocontrol de sentimientos.

A continuación se muestra la historia del concepto de inteligencia emocional y su evolución al pasar de los años y gracias a las aportaciones de los autores más representativos.

1.2 Antecedentes de la inteligencia emocional

Es difícil encontrar la génesis de la inteligencia emocional, sin embargo si se debe partir de un punto, es indispensable mencionar el trabajo de Thorndike que en la década de 1920 realizó estudios sobre inteligencia social, la precursora por excelencia de la inteligencia emocional. En sus hallazgos describe las habilidades en las relaciones humanas que poseemos y también habla sobre la idea de relaciones exitosas con la sociedad. También se puede mencionar la postura de Moss en colaboración con Hunt, ellos consideran a la inteligencia social como aquella habilidad para tratar con personas; también es la habilidad para juzgar correctamente los sentimientos, el humor y la motivación de los otros y la facilidad de tratar con los seres humanos (Rojas, 2010).

Después de la idea de inteligencia social, se desprende el término inteligencia emocional. La primera aparición del término fue en un texto del alemán Leuner (1966; citado en Mayer, Salovey & Caruso, 2000) denominado *Inteligencia emocional y emancipación*, en este escrito se narra cómo las mujeres de ese momento histórico rechazan un rol social a causa de su desvalorización intelecto emocional; Más tarde un autor intenta definir la psicología emocional y expone el término de “alexitimia”; al cual refiere como la falta de habilidad para identificar, reconocer, comprender y comunicar con palabras las emociones propias y ajenas (Ortiz, 2014).

Cabe mencionar en esta línea temporal la aportación de Howard Gardner, quien en un contexto educativo publica su teoría de las inteligencias múltiples (1983), en donde expone siete diferentes tipos de inteligencia, haciendo hincapié en la inteligencia intrapersonal y la interpersonal, estas inteligencias dan un panorama de lo que

posteriormente sería la inteligencia emocional (García & López, 2009; citados en Bautista & Flores, 2014).

Un acontecimiento importante, y que tiene mucho que ver con la inteligencia emocional, es el trabajo de Albert Ellis sobre la psicoterapia racional-emotiva, también es importante mencionar la terapia cognitiva de Aarón Beck, ambas posturas pretenden una cosa en común, el crecimiento emocional de las personas (Ortiz, 2014).

Aunque se le atribuye también a Wayne Payne que en su tesis Doctoral *Un estudio de las emociones* haya tomado el concepto de inteligencia emocional, lo cierto es que los autores pioneros en el tema son Salovey y Mayer (Bautista & Flores, 2014) con su artículo titulado *Emotional intelligence* en el que plantean que se desarrolle la IE a través de procesos educativos en la familia, en la escuela, en los empleos y en todo lugar.

Años más tarde, en 1994, se fundó una sociedad cuya finalidad es potenciar la educación emocional y social en todo el mundo. La llamada CASEL por sus siglas en inglés (*Consortium for the advancement of social and emotional learning*), es una institución que se propone la difusión del SEL (*Social and Emotional Learning*) (CASEL, 2016).

Posteriormente llega el que es considerado el máximo exponente de la inteligencia emocional, Daniel Goleman (1995), que ese mismo año publica su libro en donde tiene como premisa el entendido de la importancia de que el individuo tenga un adecuado manejo de sus competencias para mejorar en su interacción con los demás. Es en ese momento cuando el concepto de inteligencia emocional alcanza una gran popularidad porque no solo

fue aplicable a textos de comunicación científica sino también en textos de difusión psicológica y autoayuda, eso eventualmente dio lugar a un uso vasto y desmedido del tema.

Tiempo después surge un investigador importante, Bar-On, él dice que al referirse a la inteligencia emocional se está incluyendo la inteligencia social, ante lo cual impugna que éstas no pueden estar separadas, por lo cual su principal trabajo es llamado Modelo de Inteligencia Emocional-Social (Retomado en Pérez, 2010).

Resulta importante saber de la inclusión de la IE en México, donde Olvera Domínguez y Cruz (1997) son los principales responsables de abordar este tema; ellos coincidían en que ser inteligente no es suficiente para conquistar el éxito en los diferentes ámbitos de la vida y que es ineludible desarrollar las habilidades sociales y emocionales.

Ahora queda una gran brecha de investigación en el tema de la inteligencia emocional, existen innumerables investigaciones y autores que han aprovechado la coyuntura que se vive en la actualidad y así seguir la historia de la inteligencia emocional.

1.3 Elementos de la Inteligencia Emocional

La mayor parte de los autores destacan ciertos elementos de la inteligencia emocional; estos elementos no son mas que aptitudes que el individuo debe tener o desarrollar para lograr dominio sobre sus emociones. A continuación se muestran los elementos destacados y considerados por la mayoría de los autores.

1.3.1 Autoconciencia

También es llamado autoconocimiento y se refiere a la toma de conciencia de las emociones (Goleman, 1995), incluyendo los estados de ánimo e impulsos, supone también

una capacidad para no reaccionar ante los estados internos, ni emitir juicios sobre ellos. Es una manera de abstracción en donde se pone a prueba la capacidad de la mente para analizar la experiencia misma, incluyendo las emociones (Rivas & Martínez, 2010).

En la autoconciencia se pretende conocer todos los elementos de un Yo, eso permitirá identificar el por qué y el cómo de las conductas y sentimientos, así el individuo logrará reconocer todos los elementos que lo componen y a cambio tendrá una personalidad unificada y fuerte (Bautista & Flores, 2014).

La autoconciencia según Goleman puede dividirse en tres áreas necesarias para el desarrollo de tal capacidad.

- **Conciencia emocional:** Reconocer las emociones propias y el efecto que tienen sobre la conducta, sirve para la toma de decisión correcta.
- **Valoración adecuada de uno mismo:** Es la posibilidad de alcanzar un conocimiento adecuado de los recursos personales, de las capacidades y de las limitantes.
- **Confianza en uno mismo:** Es la sensación de competitividad, siempre ajustada a la realidad, lo que permite poder lograr objetivos y metas (Goleman, 2007, citado por Rivas & Martínez, 2010).

1.3.2 Autocontrol

El autocontrol es el manejo de las emociones y los impulsos nocivos, y no solo eso, sino que también es la habilidad para redirigir estados de ánimo; es considerada una de las herramientas psicológicas más fuertes (Goleman, 2000).

Una manera positiva de autocontrol es revisar la interpretación emocional que estamos haciendo de la realidad, así como también analizar las consecuencias que tendrá el dejarnos llevar por esa interpretación, se debe utilizar la información emocional para comprender las situaciones (Zacagnini, 2013).

Cuando se da el autocontrol, el individuo aprenderá a diferenciar sus propias emociones, de la misma forma, también aprenderá a darse cuenta de las emociones de los demás, esto le permitirá tener mayor seguridad frente a cualquier circunstancia y accederá a las reacciones emocionales que se le presenten (Zárate, 2010).

1.3.3 Asertividad

El termino asertividad deriva del latín *assertio-tionis*, que es la acción de afirmar una cosa; es la proporción en la que se asevera o se da por cierta alguna cosa (Díaz-Loving & Flores, 2002).

Para Vallés y Vallés (2000) la asertividad es una referencia a conductas de expresión directa de los propios sentimientos y es una apropiación de los derechos personales y respeto por los demás. Para este mismo autor la asertividad sirve para expresar los pensamientos y emociones de manera confiada y con máxima capacidad, provocando así una elevada autoestima.

Ser asertivo tiene que ver mucho con los componentes emocionales de la personalidad. Cuando una persona tiene habilidades asertivas refuerza su imagen positiva en el aspecto social y así logra alcanzar las metas que se propone desde el plano comunicativo.

La primera definición de asertividad esta mencionada como *“una expresión adecuada, dirigida hacia otra persona que excluye la respuesta de ansiedad”* (Díaz-Loving & Flores, 2002).

Otros autores sugieren que la asertividad implica una expresión de los deseos y de las expectativas de un individuo, ayudando de esta manera a la interacción con su ambiente social (Rivas & Martínez, 2010).

Formalmente y con todas las actualizaciones del término, se considera que la asertividad es la expresión máxima de lo que uno cree, siente y piensa y lo habla de manera apropiada y puntual preservando en todo momento los derechos de la otra persona.

1.3.4 Habilidades sociales

Las habilidades sociales se refieren a la destreza para provocar respuestas deseables en los demás; manejando las emociones en una relación interpersonal, intentando persuadir, dirigir, negociar y resolver disputas para la colaboración del trabajo en equipo.

Estas habilidades sociales permiten a las personas prosperar en la intercomunicación, y para que exista un buen manejo de estas habilidades sociales es necesario tener:

- **Comunicación efectiva:** Emitir mensajes claros y convincentes.
- **Influencia:** Valerse de tácticas de persuasión eficaces.
- **Canalización del cambio:** Iniciar o dirigir los cambios.
- **Habilidades de equipo:** Ser capaz de crear la sinergia grupal.
- **Resolución de problemas:** Capacidad de negociación y resolución.
- **Liderazgo:** Inspirar y dirigir a grupos y personas.

El investigador Abel Córtese en 2002 (Citado por Rendon, 2005) dice que las personas con habilidades sociales tendrán éxito en sus trabajos y en su vida en la medida en que se relacionen de manera sencilla y adecuada, e incluso de manera cautivadora

En general, establecer y ejercer un buen uso en las habilidades sociales debe ser considerado como un arte, porque ese buen uso de habilidades es la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que tienen la capacidad de manejar estos elementos serán personas exitosas en todos sus ámbitos de vida.

1.3.5 Empatía

La empatía comúnmente se refiere a la capacidad de sentir lo que siente el otro, esto impide que las personas se hagan daño, la empatía también implica tener en consideración las emociones de alguien más, pero sin que lo exprese de una forma verbal, tan solo con darse cuenta en su tono de voz, o en sus expresiones faciales. El noventa por ciento de un mensaje emocional es no verbal, es por ello que la empatía es sumamente importante.

Las personas empáticas regularmente sobresalen en sus espacios sociales, porque saben escuchar, son solidarios, sensibles, altruistas y sobre todo emocionalmente estables.

En 1909 se tradujo el término alemán "*Einführung*", que se refería a sentir profundizando en el otro, compenetrarse. Titchener sostenía que la empatía era una imitación física del sufrimiento ajeno y así se evocaban idénticas sensaciones en uno mismo (Goleman, 2000).

Bien dice Bisquerra (2009) que la empatía nace de la conciencia de sí mismo. Al estar abiertos a captar nuestras emociones, tenemos mayor destreza en leer las emociones de los demás.

Pero, ¿Cómo se construye la empatía?, según Bisquerra, la empatía se construye sobre la conciencia de uno mismo. En la medida de estar más abiertos a nuestras propias emociones, surgirá una mayor habilidad para interpretar los sentimientos de quienes nos rodean.

De esta manera podemos afirmar que la empatía es la habilidad para entender la figura emocional de los demás. Habilidad para tratar a las personas de acuerdo a sus reacciones sociales (Rendón, 2005).

1.3.6 Motivación

La palabra motivación surge de la raíz latina “*motere*” que significa movimiento, es decir, las emociones nos dan la energía para movernos y lograr algo; de la misma forma el movimiento es la base de las motivaciones (Goleman, 1995).

Otro autor que habla sobre motivación es Reeve (1994), él nos dice que la motivación es la energía que permite lograr un determinado propósito o sacar adelante un reto o un proyecto.

Las características de la motivación son sencillas de reconocer, cuando una persona actúa con optimismo, resistencia a la frustración y posee un fuerte impulso hacia el logro, seguramente está aplicando los principios básicos motivacionales. Es por esto que Goleman dice; “*La motivación es pasión por el trabajo, con persistencia y decisión*”

La motivación también es necesaria para que las personas no caigan en apatía, desesperanza o en depresión; a continuación se muestra una lista de los componentes fundamentales de la motivación:

- Esfuerzo y compromiso.
- Satisfacción de necesidades.

- Motivación de logro.
- Optimismo.
- Persistencia
- Decisión.

1.4 Modelos sobre Inteligencia Emocional

Gracias a la revisión de la literatura escudriñaremos los diversos modelos que existen sobre inteligencia emocional. Para empezar se debe de tener en cuenta que los modelos se han clasificado en tres secciones particulares, los modelos mixtos, modelos de habilidades y otros modelos complementarios.

1.4.1 Modelos mixtos

Los principales autores que componen estos modelos son Goleman y Bar-on. En estos se incluyen los rasgos de personalidad como: el control de impulso, la motivación, la ansiedad, la tolerancia a la frustración, la asertividad, la confianza, el manejo del estrés y la persistencia.

1.4.1.1 Modelo de inteligencia emocional de Daniel Goleman

Goleman establece la presencia de un cociente emocional que no se opone al cociente intelectual clásico sino que ambos se integran. Esta añadidura se exhibe en las interrelaciones que se originan. Un ejemplo lo podemos observar entre las comparaciones de un individuo con un alto cociente intelectual pero con poca capacidad de trabajo y otro individuo con un cociente intelectual medio y con alta capacidad de trabajo. Ambos pueden llegar al mismo fin, ya que ambos términos se complementan.

Goleman vislumbra a la inteligencia emocional como “capacidades de liderazgo”, por mucho tiempo trabajo en el ámbito organizacional y su principal objeto de investigación era el liderazgo. Así, fracciona la inteligencia emocional en “Interpersonal” (empatía, habilidades sociales) e intrapersonal (autoconocimiento, autocontrol y motivación) (Goleman, 1995, citado en Rendón, 2005).

El modelo que propone Daniel Goleman manifiesta la importancia de la inteligencia emocional, tomando en cuenta el fuerte lazo de los impulsos morales, el carácter y los sentimientos. Para Goleman las habilidades que destacan en la inteligencia emocional son: el entusiasmo, la perseverancia, la capacidad de controlarse y de automotivarse, todo esto competiría a un equilibrio emocional que asiste a nuestro bienestar.

Goleman declara que la inteligencia es un asunto indudablemente emocional y personal y para defender esto propone 5 competencias principales.

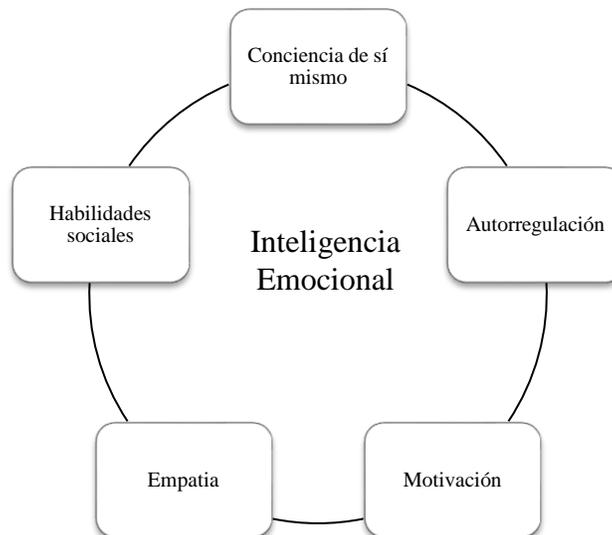
- **El conocimiento de las propias emociones:** La experiencia para reconocer un sentimiento al instante. La imposibilidad de apreciar nuestros sentimientos nos deja completamente a su merced
- **La capacidad de controlar las emociones:** La conciencia de uno mismo nos ofrece la habilidad de controlar nuestros sentimientos y ajustarlos. Las personas con esta capacidad tienen mayor competencia para la resolución de problemas sociales.
- **La capacidad de motivarse a uno mismo:** Es la capacidad de retardar la gratificación y dominar el ímpetu. Las personas que desarrollan esta destreza

son más productivas y certeras en las actividades que realizan. “Una emoción inspira una acción”.

- **El reconocimiento de las emociones ajenas:** “La empatía es la base del altruismo”, una persona empática reacciona con las señales que indiquen lo que los demás necesitan. Así las profesiones de ayuda se beneficiarían (Psicólogos, pedagogos, médicos, abogados, etc.).
- **El control de las relaciones:** Una buena relación es un precedente de liderazgo y popularidad. Las personas con tal habilidad serán triunfantes en las actividades que involucren relaciones interpersonales.

(Goleman, 2007, citado en Ortiz, 2014).

Figura 1. Esquema de modelo de Daniel Goleman



1.4.1.2 Modelo de Reuven Bar-on

Gracias a su tesis doctoral realizada en 1988, con el nombre de: “*The developmnet of a concept of psychological well-being*”, constituyó la base de sus posteriores enunciaciones sobre la inteligencia emocional (Bar-On, 1997) y su medida a través del inventario EQ-I (Bar-On *Emotional Quotient Inventory*). El modelo está compuesto por varios aspectos: componente intrapersonal, componente interpersonal, componentes de adaptabilidad, componentes del manejo del estrés y componente del estado de ánimo en general.

La inteligencia emocional según el modelo de Bar-on es detallada como un conjunto de habilidades personales, sociales y emocionales que intervienen en la adaptación y afrontamiento de las demandas y presiones del medio, que consecuentemente determinan la capacidad de alcanzar el éxito (Castro, 2015). Este modelo expone que la IE tiene diez elementos principales y cinco facilitadores que a continuación se presentan:

- **Autoconsideración:** Apreciación exacta de uno mismo.
- **El conocimiento emocional de sí mismo:** La habilidad para entender y ser conciente de la emoción de uno mismo.
- **La asertividad:** La habilidad para expresar nuestras emociones.
- **La empatía:** La habilidad de ser conciente y entender las emociones de otros.
- **Las relaciones interpersonales:** La habilidad para formar y mantener relaciones íntimas.
- **La tolerancia al estrés:** La habilidad para manejar las emociones.

- **El control de los impulsos:** Autodominio.
- **Restar fiablemente:** La habilidad para validar el pensamiento y el sentimiento de uno mismo.
- **La flexibilidad:** La habilidad de cambiar.
- **Resolución de problemas:** La habilidad para resolver problemas, de naturaleza personal y social, eficaz y constructivamente.

Cinco Facilitadores de la conducta social y emocionalmente inteligente que son:

- **Optimismo:** Habilidad de “mirar al lado más luminoso de la vida” y mantener una actitud positiva, incluso ante la adversidad.
- **Autoactualización:** Habilidad de ser conciente del propio potencial y hacer lo que uno quiere hacer, hacerlo y disfrutar haciéndolo.
- **Felicidad:** Habilidad de sentirse satisfecho con la propia vida, saber disfrutar con uno mismo y con los demás, para divertirse y expresar emociones positivas.
- **Independencia:** Habilidad de autodirigir y autocontrolar los propios pensamientos y actuaciones y estar libre de dependencias emocionales.
- **Responsabilidad social:** Habilidad para mostrarse como un miembro de un grupo social cooperativo, contributivo y constructivo (Bar-on, 1997, citado por Rojas, 2010).

Es así como la inteligencia emocional para Bar-On influye de manera importante en la determinación del éxito en la vida e interviene directamente en el bienestar emocional del individuo. Al ser un modelo multifactorial que se relaciona con el potencial para el

rendimiento, está orientado al proceso y precedentemente al logro (Morales & López-Zafra, 2009).

El modelo también emplea la expresión “inteligencia emocional y social” haciendo referencia a las competencias sociales que se deben tener para desenvolverse en la vida; según Bar-On (1997), la modificabilidad de la inteligencia emocional y social es superior a la inteligencia cognitiva.

1.4.2 Modelos de habilidades

Son los que fundamentan el constructo de inteligencia emocional en habilidades para el procesamiento de la información emocional. En este sentido, estos modelos no contienen componentes de factores de personalidad, sino que postulan la existencia de una serie de habilidades cognitivas o destrezas, que son útiles para; evaluar, expresar, manejar y autorregular las emociones de un modo inteligente y adaptado al logro del bienestar, a partir de las pautas sociales y los valores éticos.

1.4.2.1 Modelo de John Mayer y Peter Salovey

El modelo que proponen estos autores sugiere que la inteligencia emocional está conformada por “capacidades emocionales”, estas al desarrollarse pueden ofrecer un nivel intelecto-emocional significativo para la estabilidad social, para ello es necesario aprender a interpretar las emociones, con la finalidad de que se aprovechen como fuente de información y así entender cómo funciona nuestra mente ante una situación determinada (Salovey & Mayer, 1990).

El modelo ha sido reformulado en sucesivas ocasiones desde que en 1990, Salovey y Mayer implantaron la empatía como componente. En 1997 y en 2000, los autores realizaron sus nuevas aportaciones, que han logrado una mejora del modelo hasta consolidarlo como uno de los modelos más utilizados y por ende, uno de los más populares.

Mayer y Salovey coinciden en que es fundamental el equilibrio entre la razón y la emoción, y acertaron al decir que “...*la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar la emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamiento; la habilidad para regular las emociones, para promover crecimiento emocional e intelectual* (Salovey & Mayer, 1990 p.10.)

El pilar del modelo de Mayer y Salovey es la propuesta de cuatro factores que en conjunto ofrecerían la capacidad de ser emocionalmente inteligente.

1) Percepción emocional: Este primer factor se compone de tres habilidades.

- **Habilidad para atender e identificar emociones propias y ajenas:**
Basándose en el uso del lenguaje, acciones comportamentales y expresiones artísticas.
- **Habilidad de expresión emocional:** Utilizando únicamente el lenguaje verbal y no verbal.
- **Habilidad para destacar las verdaderas emociones:** Decidir entre emociones conscientes e inconscientes.

2) Integración emocional: Es la habilidad para generar sentimientos que activan los procesos cognitivos como; memoria, razonamiento, pensamiento crítico y creativo, toma de decisiones. (Por ejemplo. enfado – se confronta la vida de manera proactiva;

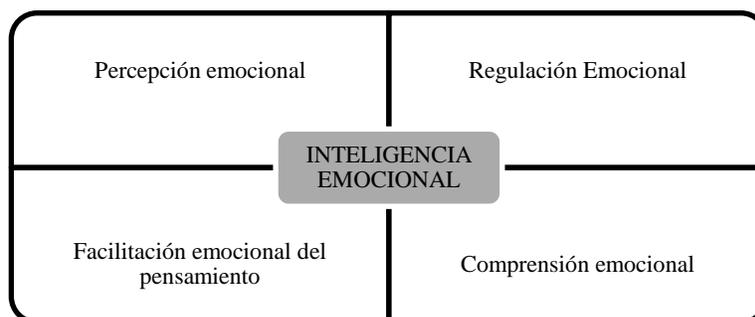
felicidad – facilita la capacidad de empatía y positivismo; personas con estados de humor cambiante – se les facilita la creatividad). Esta habilidad que determina la forma de enfrentarse a los problemas dando orden y dirección a las emociones al servicio de un objetivo.

3) Comprensión emocional: En este factor intervienen 4 habilidades.

- **Habilidad de comprender la naturaleza emocional:** Identificar los cambios constantes de emociones, visualizar consecuencias y reconocer la afectación en lo interpersonal.
- **Habilidad para etiquetar emociones y reconocimiento de palabras concretas:** Por ejemplo entender la relación entre desagrado y odio y conocer la definición conceptual correcta.
- **Habilidad para comprender emociones complejas y sentimientos ambivalentes:** Por ejemplo, Amor-Odio, Miedo- Incertidumbre.
- **Habilidad de reconocer las transiciones entre emociones.** Por ejemplo, Transición del amor al odio, de la ira al rencor.

4. Regulación emocional: (*Emotional management*) este factor busca el control del modo de expresión de uno mismo y en los demás, moderando los sentimientos negativos y potencializando los positivos (Ortiz, 2014).

Figura 2. Esquema del modelo de Salovey y Mayer



Es importante destacar que Salovey y Mayer proponen que el desarrollo de la inteligencia emocional sea a través de procesos educativos en ambientes escolares, organizacionales y familiares. *“La responsabilidad emocional es la tendencia a reaccionar emocionalmente de cierto modo y esto se aprende en las interacciones con los demás. A través de la educación se puede desarrollar una responsabilidad emocional apropiada según sus circunstancias. Ponen énfasis en la influencia de las emociones sobre el pensamiento y la inteligencia”* (Ortiz, 2014 Pag. 38). En resumen, el autor, establece una serie de habilidades internas del ser humano que ha de potenciar, con base a la práctica y la mejora continua.

1.4.3 Otros Modelos

Incluyen componentes de personalidad, habilidades cognitivas y otros factores de personalidad, que en algunos casos son fruto de constructos creados con la finalidad de enfatizar el sentido popular y divulgativo del constructo inteligencia emocional.

1.4.3.1 Modelo de Cooper y Sawaf

Se le ha denominado como el modelo de los “Cuatro Pilares”, por su composición. Dicho modelo se ha desarrollado, principalmente, en el ámbito organizacional. A continuación, se han desarrollado los 4 aspectos fundamentales del modelo:

- **Alfabetización emocional:** Constituida por la honradez emocional, la energía, el conocimiento, el *feed-back*, la intuición la responsabilidad y la conexión. Estos componentes permiten la eficacia y el aplomo personal.
- **Agilidad emocional:** Es el componente referido a la credibilidad, la flexibilidad y autenticidad personal que incluye habilidades para escuchar, asumir conflictos y obtener buenos resultados de situaciones difíciles.
- **Profundidad emocional:** Se denomina a la armonización de la vida diaria con el trabajo.
- **Alquimia emocional:** Habilidad de innovación aprendiendo a fluir con problemas y presiones.

(Retomado de García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

1.4.3.2 Modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla

Estos autores establecen las siguientes áreas, dentro del modelo en 1999:

- **Autoconocimiento emocional:** Reconocimiento de los sentimientos.
- **Control emocional:** Habilidad para relacionar sentimientos y adaptarlos a cualquier situación.

- **Automotivación:** Dirigir las emociones para conseguir un objetivo, en esencia para mantenerse en un estado de búsqueda permanente y mantener la mente creativa para encontrar soluciones.
- **Reconocimiento de las emociones ajenas:** Habilidad que construye el autoconocimiento emocional.
- **Habilidad para las relaciones interpersonales:** Producir sentimientos en los demás.

La principal aportación de estos autores, es la distinción entre la inteligencia emocional e inteligencia interpersonal, exponiendo que las habilidades de autoconocimiento emocional, control emocional y automotivación pertenecen a la inteligencia emocional y las capacidades de reconocimiento de las habilidades ajenas y habilidades interpersonales, forman parte de la inteligencia interpersonal. (Retomado de García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

1.4.3.3 Modelo de Matineaud y Engelhartn

Los autores centran su trabajo en la evaluación de la inteligencia emocional empleando unos cuestionarios referidos a diferentes ámbitos, integrando como componentes de la inteligencia emocional (Retomado en García-Fernández y Giménez-Mas, 2010)

- El conocimiento en sí mismo.
- La gestión del humor.
- Motivación de uno mismo de manera positiva.
- Control de impulso para demorar la gratificación.

- Apertura a los demás, como aptitud para ponerse en el lugar del otro.

Este modelo se diferencia del resto por la apertura externa, introduciendo factores exógenos.

1.4.3.4 Modelo de Elías, Tobías y Friedlander

Estos autores señalan como elementos de la inteligencia emocional a:

- Ser consciente de los propios sentimientos y de los demás.
- Mostrar empatía y comprender los puntos de vista de los demás.
- Hacer frente a los impulsos emocionales.
- Plantearse objetivos positivos y planes para alcanzarlos.
- Utilizar habilidades sociales.

Como resumen Elias, Tobias & Friedlander integran los modelos anteriores para homogeneizar la medición del constructo inteligencia emocional. (Retomado de García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

1.3.4.5 Modelo de Rovira

Rovira realizó una valiosa aportación con respecto a las habilidades de la inteligencia emocional. El autor engloba el modelo en 12 dimensiones:

I. Actitud positiva.

- Valorar más los aspectos positivos que los negativos.
- Resaltar más los aciertos que los errores, las utilidades que los defectos el esfuerzo que los resultados.

- Hacer uso frecuente del elogio sincero.
- Buscar el equilibrio entre la tolerancia y la exigencia.
- Ser conscientes de las propias limitaciones y de las de los demás.

II. Reconocer los propios sentimientos y emociones.

- Reconocer los propios sentimientos y emociones.

III. Capacidad para expresar sentimientos y emociones.

- Expresar sentimientos y emociones a través de algún medio apropiado.

IV. Capacidad para controlar sentimientos y emociones.

- Tolerancia a la frustración.
- Saber esperar.

V. Empatía.

- Captar las emociones de otro individuo, a través del lenguaje corporal.

VI. Ser capaz de tomar decisiones adecuadas.

- Integrar lo racional y lo emocional.

VII. Motivación, ilusión, interés.

- Suscitar ilusiones e interés por algo o alguien.

VIII. Autoestima.

- Sentimientos positivos hacia sí mismo.

- Confianza en las propias capacidades para hacer frente a los retos.

IX. Saber dar y recibir.

- Ser generoso.
- Dar y recibir valores personales: escucha, compañía y/o atención.

X. Tener valores alternativos.

- Dar sentido a la vida.

XI. Ser capaz de superar las dificultades y frustraciones.

- Capacidad de superarse en situaciones difíciles.

XII. Ser capaz de integrar polaridades.

- Integrar lo cognitivo y lo emocional.

Rovira es el primer autor que ofrece subdimensiones del concepto para su medición, lo que puede mejorar los ítems de las pruebas que tienen el concepto inteligencia emocional. (Retomado de García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

1.4.3.6 Modelo Secuencial de Autorregulación Emocional

Bonano fundamenta su modelo en los procesos de autorregulación emocional del sujeto para afrontar la emocionalidad de modo inteligente. El autor señala tres categorías generales de actividad autorregulatoria:

- **Regulación de Control:** Son los comportamientos automáticos e instrumentales dirigidos a la inmediata regulación de respuestas emocionales.
- **Regulación Anticipatoria:** Anticipar los futuros desafíos que se pueden presentar.
- **Regulación Exploratoria:** Adquirir nuevas habilidades o recursos para mantener nuestra homeostasis emocional.

Bonano establece que todos los seres humanos portamos un grado de inteligencia emocional, que se ha de autorregular para su eficiencia.

(Retomado de García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

1.4.3.7 Modelo Autorregulatorio de las Experiencias Emocionales

Higgins et al., fundamentan la autorregulación emocional, al igual que ocurre con Bonano pero estableciendo los siguientes procesos:

- **Anticipación regulatoria:** Tratar de anticipar placer o malestar futuro.
- **Referencia regulatoria:** Adoptar un punto de referencia positivo o negativo ante una misma situación.
- **Enfoque regulatorio:** Estados finales deseados: aspiraciones y autorrealizaciones (promoción) contra responsabilidades y seguridades (prevención).

Este modelo es un continuo del anterior que matiza diferentes procesos como la planificación emocional. (Retomado de García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

1.4.3.8 Modelo de procesos de Barret y Gross

Dichos autores, a partir de los anteriores modelos, incluyen los siguientes procesos:

Selección de la situación: Aproximación o evitación de cierta gente, lugares u objetos con el objetivo de influenciar las propias emociones.

- **Modificación de la situación:** Adaptarse para modificar su impacto emocional.
- **Despliegue atencional:** Elegir la parte de la situación en la que presta atención.
- **Cambio cognitivo:** Posibles significados que se eligen en una situación.
- **Modulación de la respuesta:** Influir las tendencias de acción.

Barret y Gross (Retomado de García-Fernández y Giménez-Mas, 2010). generan nuevos procesos y completan el modelo anterior.

1.4.3.9 Modelo de inteligencia emocional como Rasgo

La inteligencia emocional como rasgo, defiende que el comportamiento emocionalmente inteligente es revelado a través de la expresión o posesión de ciertos rasgos de personalidad o de competencias. Este modelo plantea una visión complementaria en la que ciertos rasgos de personalidad sirven como expresión de metahabilidades cognitivas. El modelo de inteligencia emocional como rasgo se centra en la permanencia del comportamiento a través de evaluaciones de conductas típicas, e incluso comportamientos generales que incluyen conceptos vagos como el optimismo o la impulsividad (Rojas, 2010).

1.4.3.10 Modelo de Vallés y Vallés

Vallés & Vallés, (1999) detallan en su modelo una cadena de habilidades que ajustan la inteligencia emocional, enumerándolas éstas en diferentes aspectos: conocerse a sí mismo, automotivarse, tolerar la autofrustración, llegar a acuerdos razonables con compañeros y compañeras, identificar las situaciones que provocan emociones positivas y negativas, saber identificar lo que resulta importante en cada situación, autorreforzarse, contener la ira en situaciones de provocación, mostrarse optimista, controlar los pensamientos, autoverbalizarse para dirigir el comportamiento, rechazar peticiones poco razonables, defenderse de las críticas injustas de los demás mediante el diálogo, aceptar las críticas justas de manera adecuada, despreocuparse de aquello que nos podría obsesionar, ser un buen conocedor del comportamiento de los demás, escuchar activamente, valorar opiniones, prever reacciones, observar su lenguaje, valorar las cosas positivas que hacemos, ser capaz de divertirse, hacer actividades menos agradables pero necesarias, sonreír, tener confianza en sí mismo, mostrar dinamismo y actividad, comprender los sentimientos de los demás, conversar. Asimismo el autor, establece otras características como: tener buen sentido del humor, aprender de los errores, ser capaz de tranquilizarse, ser realista, calmar a los demás, saber lo que se quiere, controlar los miedos, poder permanecer sólo sin ansiedad, formar parte de algún grupo o equipo, conocer los defectos personales y la necesidad de cambiar, tener creatividad, saber por qué se está emocionado, comunicarse eficazmente con los demás, comprender los puntos de vista de los demás, identificar las emociones de los demás, autoperibirse según la perspectiva de los demás, responsabilizarse de su comportamiento, adaptarse a nuevas situaciones y, autoperibirse como una persona emocionalmente equilibrada.

Este modelo recoge, a modo de revisión bibliográfica, las características de los modelos anteriores, aunque completo en sí mismo (García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).

En conclusión este primer capítulo muestra las diversas ideas de la inteligencia emocional y concluyentemente nos deja en manifiesto la relevancia del concepto en muchos aspectos de la vida cotidiana como lo son el bienestar personal, las relaciones interpersonales en diferentes contextos sociales. También el capítulo nos permite conocer parte de la etiología del concepto de inteligencia emocional y su linaje histórico, además de los autores que han centrado sus esfuerzos para crear los diversos modelos que dan explicación y comprensión al concepto. A continuación en el capítulo dos, se dará a conocer la variable de rendimiento académico y su distinción conceptual y también se argumentará la influencia que tiene la inteligencia emocional en torno al éxito en cuestiones académicas.

Capítulo 2 Rendimiento Académico

2.1 Fundamentos teóricos de Rendimiento Académico

Usualmente el rendimiento académico es considerado como un nivel de conocimiento el cual para su comprensión se cuantifica. De acuerdo a Espinosa (2006) el rendimiento académico es la medida de la capacidad de respuesta del individuo, que expresa por valoración lo que una persona ha aprendido como resultado de un proceso de enseñanza aprendizaje. Por otra parte también se afirma que el rendimiento académico se determina gracias a múltiples factores como lo son: los factores personales, los factores relacionados con el entorno familiar y social, los factores externos del alumno, tales como los dependientes de la institución, y los factores que están en manos del docente.

El concepto de rendimiento académico es comúnmente referido como aquella representación empírica cuantificable, que delimita el nivel de conocimiento que un alumno ha desarrollado en la escuela, este rasgo es medido por medio de una prueba de evaluación que es reconocida por el sistema educativo. Según Guerrero (2011; en Aguilera, 2015) el rendimiento académico es considerado el logro que el estudiante hace en la formación y desarrollo integral de capacidades y habilidades asociadas con la consecución de una vida satisfactoria y exitosa. Es así que entonces también el rendimiento académico es multidimensional y expresa el nivel de conocimiento que un alumno ha adquirido en la escuela y es señalado por medio de una calificación, la cual se asignada por el profesor (Vázquez, 2013).

Un elemento importante para la evaluación del proceso de enseñanza son las calificaciones, algunos autores señalan que las calificaciones son de gran importancia para

conocer la capacidad que tiene un alumno en su rendimiento académico, y esto es así ya que demuestran en forma descriptiva las habilidades, competencias, destrezas y conocimientos que posee un estudiante de cualquier grado escolar (Aguilera, 2015)

Las calificaciones, según Tuckman y Monetti (2011), son la representación del desempeño del estudiante durante el ciclo escolar, estos autores afirman que las calificaciones sirven para dar retroalimentación a los docentes, padres de familia y por supuesto al propio alumno, ya que es por este medio cuantificable que se le informa al alumno su desempeño y éste podrá así reconocer sus fortalezas y debilidades y en dado caso reforzar sus conocimientos.

Ahora bien, según Edel (2003; citado en Aguilera, 2015), la calificación tiene una tarea fundamental que es certificar el aprendizaje, lo cual ocurre cuando se asigna un valor que puede ser numérico o en forma de letra (10 ó A). Para algunos autores como Zarzar (1993) la importancia de la calificación radica en que ésta es un factor motivacional que ayuda al alumno a superarse a través de la recompensa recibida por el núcleo familiar y social; en el polo opuesto, la motivación puede verse afectada negativamente cuando la calificación no es la esperada.

Algo fundamental que es necesario destacar es que para la asignación de las calificaciones lo ideal es resaltar de manera clara, completa y objetiva el dominio de conocimientos en cualquier área o nivel escolar que se encuentre (Aguilera, 2015).

También es importante mencionar las formas en las cuales se asignan las calificaciones, los expertos y profesorado se apoyan principalmente de 3 maneras distintas

de evaluación, según la clasificación de Díaz-Barriga y Hernández (2005, en Aguilera, 2015): La evaluación informal, la semiformal y la formal.

En el caso de la evaluación informal, se dirige con observación constante al alumno en todas las actividades que realiza. Es por ello que se hace hincapié en las preguntas que formula el docente durante la clase y las respuestas dadas por el alumno se consideran ampliamente para la asignación de la calificación. Estas respuestas dadas por el alumno generan información muy valiosa sobre las habilidades, competencias y dominios conceptuales que posee.

Las actividades de evaluación que tienen las técnicas semiformales se enfocan principalmente en dos actividades que son: los trabajos hechos en clase y los realizados fuera de clase. Son importantes estas actividades ya que dan información concreta y objetiva del nivel de comprensión o ejecución en que el alumno se encuentra con el momento específico en su proceso de enseñanza aprendizaje.

Finalmente, las técnicas formales son las que se planean y procesan información más detallada por parte del docente, ese formato de evaluación permite que el alumno la considere como una forma real de asignación de calificación y las realiza en ciclos y tiempos determinados por el docente, es en este apartado formal donde se ubican las pruebas de evaluación y los exámenes (Aguilera, 2015).

Debe hacerse hincapié que la calificación es solo un indicador del rendimiento académico y su máxima ventaja es dar características correspondientes a las capacidades cognitivas del alumno y así los resultados obtenidos serán el reflejo del desempeño del alumno (Aguilera, 2015).

Sin embargo, no solo se puede hablar de términos cuantificables al tocar el concepto de rendimiento académico, también es indispensable afirmar que hay un desarrollo integral de habilidades y capacidades que al asociarse tienen como consecuencia una vida escolar satisfactoria y prometedora. Es por eso que el rendimiento académico es un elemento que puede cuantificarse y cualificarse, y se debe hacer retomando todos los elementos que intervienen, como son; la capacidad intelectual, las competencias, las destrezas, los hábitos conductuales y los elementos intelecto-emocionales (Aguilera, 2015).

Considerando lo anterior, se puede decir que el rendimiento académico es un concepto multivariable que manifiesta en el alumno, un nivel de maduración mental, física y emocional y a su vez puede expresar un desenvolvimiento psicosocial.

Según Marín, Infante y Troyano (2000), las calificaciones son, por definición, un criterio válido del rendimiento académico y además considera que es el resultado de mediciones sociales y académicas relevantes. Por otro lado, el rendimiento académico funge como un sistema de interacciones entre factores actitudinales, familiares, relaciones interpersonales y métodos de enseñanza.

2.2 Factores que inciden en el rendimiento académico

Existen muchos elementos que influyen al rendimiento académico, entre ellos destacan los personales, pedagógicos y los sociales.

En los personales se debe mencionar el carácter del alumno como elemento fundamental en su desempeño académico, por la simple razón de que esto nos dice mucho de la forma en que se desenvuelve un estudiante, por ejemplo: un alumno con poca participación en clase representaría a un estudiante introvertido, pasivo y que tiende a no

manifestar sus intereses, lo cual daría como consecuencia a una persona con rendimiento académico de bajo rango (Aguilera, 2015).

Por otro lado, el interés es un factor determinante para el estudiante, cuando un alumno se interesa por tal o cual clase, definitivamente tendrá un mayor desempeño que retribuirá en su rendimiento, en caso contrario si un alumno no tiene interés alguno por el aprendizaje su rendimiento tendrá déficit (Vázquez, 2013).

Un elemento que ayuda también al rendimiento académico es la autoestima, poseer una autoestima alta tiene como elemento adjunto un sentido de pertenencia mayor, esto puede ser fundamental para el desarrollo del rendimiento académico (Páez & Castrillon, 2015)

Por su parte, Lozano y García (2000) mencionan que el rendimiento académico es el resultado de la relación de muchos factores que intervienen en el aprendizaje, tales como: la memoria, la concentración, los estilos cognitivos, la motivación, la autoestima, la atención y la inteligencia; los cuales deben integrarse adecuadamente para alcanzar un buen rendimiento.

Otro elemento que es necesario resaltar, son las condiciones fisiológicas, dentro de los factores personales y fisiológicas que influyen en el rendimiento académico se encuentran el descanso, las horas del sueño, un buen estado de salud, que se tenga un favorable desarrollo del lenguaje, entre otras cosas. Cuando un alumno tiene en equilibrio las condiciones fisiológicas, el rendimiento académico siempre será favorable.

Reflexionando ahora en los aspectos pedagógicos, es fundamental pensar que la estrategia enseñanza-aprendizaje es crucial para el desarrollo de un buen rendimiento

académico, es por eso que la organización institucional junto con sus programas de estudio deben marcar una pauta a seguir del proceso educativo. Por consiguiente una institución educativa debe tomar en cuenta un sistema de evaluación continuo y apegado al grado de exigencia, además de asegurarse del perfil docente, porque ésto beneficia el rendimiento escolar (Pérez & Guerrero, 2010).

Otro elemento pedagógico importante es la actitud del docente, esta debe ser mayormente positiva, ya que de su eficacia depende un adecuado rendimiento académico (Aguilera, 2015).

Sigamos ahora con los factores sociales: se sabe que los aparatos sociales influyen directamente a un alumno en su desempeño escolar. Cuando un estudiante se desenvuelve en un ambiente positivo, solidario y alegre, se refleja en su afinidad, seguridad e interés, siendo estas características fundamentales para un rendimiento académico satisfactorio.

Las condiciones socioeconómicas también representan un elemento trascendental en el desarrollo educativo y psicosocial de un alumno, es por tal motivo que tiene una relación directa con el rendimiento académico (Delgado & Colmenares, 2008).

Hasta aquí es notable que hay muchos factores que inciden en el rendimiento académico, para propósitos de la investigación es sumamente importante que se destaquen y se enfoquen con mayor precisión aquellos factores que son determinantes e indispensables para el desarrollo del rendimiento académico, éste por ser multicausal, envuelve una enorme capacidad explicativa de los distintos factores y espacios temporales que intervienen en el proceso de aprendizaje, es así que existen diferentes aspectos que se asocian al rendimiento académico, entre los que intervienen componentes tanto internos

como externos del individuo, dicho esto a continuación se explican los factores considerados en esta tesis como influyentes para el rendimiento académico.

Primeramente el factor familiar, conocer el contexto familiar en el que se desarrolla el estudiante es muy importante, ya que la familia tiene gran trascendencia en el rendimiento académico, cabe mencionar por eso que existen muchos vínculos; según Hess y Holloway (1994, citado en Martell y Medina, 2008) existen cinco procesos que vinculan a la familia y al rendimiento académico, estos procesos son: el intercambio verbal entre la madre y los hijos, las expectativas familiares acerca del desempeño académico, las relaciones positivas entre padres e hijos, las creencias de los padres acerca de sus hijos así como las atribuciones que hacen al comportamiento de los mismos y las estrategias de control y disciplina. Particularmente, este último proceso es considerado como uno de los que inciden de manera más significativa en el desempeño académico. Es por eso que es relevante la manera en que el estudiante percibe su ambiente familiar, su dinámica, la importancia que sus padres le dan al estudio en casa, a las tareas en equipo, al tiempo que pasa en la escuela, al apoyo familiar, a su percepción acerca de las capacidades y habilidades que posee, de tal forma que el ambiente familiar que propicie de adecuada manera la comunicación, el afecto, la motivación, el manejo de la autoridad y una valoración del estudio permitirá un mejor rendimiento académico. Por el contrario, un ambiente de disputas, reclamos, recriminaciones y devaluación del estudio limitará el espacio, tiempo y calidad de las actividades escolares (Corsi, 2003 en Martell y Medina 2008).

Por otro lado los factores escolares deben ser considerados elementos que inciden en el rendimiento académico, al hablar de esto se hace referencia a los métodos de

enseñanza, al clima de clase y a todas las dimensiones escolares: profesores, curricula académica, planes de estudio, asesorías, etc. Estas cuestiones generalmente no se consideran como factores directos en el rendimiento académico, sin embargo es recurrente escuchar casos donde un alumno, que al cambiar de institución escolar, modifica sustancialmente su rendimiento académico. Con esto se puede considerar a la institución académica como agente activo del rendimiento escolar, los estudiantes también pueden ver afectado su rendimiento académico con aspectos relacionados con la universidad misma. Estudios realizados con estudiantes, indican que elementos como: condiciones de las aulas, servicios, plan de estudios y formación del profesorado, se presentan como obstaculizadores del rendimiento académico; que a su vez también pueden ser facilitadores. (Salonava, Martínez, Bresó, Llorens, Gumbau S., Gumbau, Grau R. 2005, citados en Martell y Medina 2008).

También es importante hablar de los rasgos de personalidad propios del estudiante, se sabe que múltiples estudios han evidenciado que el rendimiento académico está fuertemente relacionado con varias medidas de rasgos de la personalidad (Poropat, 2009 en Martell y Medina 2008). Dentro de los acercamientos, se ha podido constatar en la literatura disponible que los estudios que han examinado la relación entre rasgos de la personalidad y rendimiento académico han sido hechos desde la teoría de los cinco factores de la personalidad. La teoría de los cinco factores de la personalidad postula que ésta puede ser estudiada a través de cinco grandes elementos que son: Neuroticismo, extroversión, apertura a la experiencia, afabilidad y responsabilidad, que dan cuenta de la personalidad de un estudiante, es así que el perfil humano y su personalidad como tal forman parte importante de los elementos que inciden en el rendimiento académico.

De la misma forma cuando se habla de factores académicos se hace referencia a determinar los aspectos de conducta acerca de la vida estudiantil, por ejemplo cuando un estudiante tiene poco interés en la escuela y su actitud es negativa repercute de manera directa en su rendimiento académico.

A manera de conclusión en este subtema se abordó la importancia de los diferentes factores que inciden en el rendimiento académico y como estos son explicados de diferentes perspectivas bien especificables, a continuación se abordará de qué manera es medible el rendimiento académico.

2.3 Medición del rendimiento académico

En el proceso de enseñanza-aprendizaje existe un apartado enfocado a la medición del rendimiento académico, esto es una constante que pasa en todos los países y la forma más sencilla de cuantificarlo es a través de la escala numérica de calificación, la cual tiene efecto en la motivación o desmotivación del alumno e impacta directamente en su proceso educativo (Aguilera, 2015).

En la actualidad, el sistema de educación en algunas escuelas, determina que el rendimiento académico puede dividirse en insuficiente, regular, bueno, muy bueno y excelente; en función de ello, se asigna la calificación representada numéricamente. Esta calificación será entonces la medición sobre tal o cual contenido, competencia, materia o habilidad desarrollada; cabe mencionar que esta calificación puede ser también cualitativa (Aguilera, 2015).

Según su rumbo de interpretación, las calificaciones representan un perjuicio o un beneficio. Bien se sabe que la calificación tiene el objetivo de evidenciar el aprovechamiento académico, pero, uno de los tantos problemas de esta asignación de la calificación es la motivación del alumno, ya que puede aumentar o disminuir según sus notas (Morales & López-Zafra, 2009).

Otro punto definitivamente a reflexionar es la objetividad y la interpretación de las mismas. Las calificaciones, son consideradas como un juicio, en muchos casos no es una resolución ética y por lo tanto no tan profesional. En el momento de asignar calificaciones se debe considerar un proceso de evaluación (Páez & Castrillon, 2015).

2.4 Rendimiento académico e inteligencia emocional

La vinculación entre rendimiento académico e inteligencia emocional ha sido un tema controversial para los investigadores, ya que se muestra en la diferente literatura que tanto el desarrollo emocional y el desarrollo social son determinantes en el desempeño académico (Barna y Brott, 2011; retomado en Buenrostro, Valadez, García, Zambrano, Nava, & Soltero, 2012).

Las investigaciones en torno al rendimiento académico han dejado ver que los principales indicadores del fracaso escolar están relacionados con el desarrollo cognitivo, hábitos de estudio, habilidades de comunicación y también en gran medida con la influencia de la dimensión intelecto emocional, es así como se permite vislumbrar una relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico.

Recientemente la vinculación que hay entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico ha dado mucho de qué hablar, esto se debe gracias a que se

reconoce que el desarrollo social y el componente emocional son importantes para el desempeño académico. Es muy importante mencionar que los investigadores han demostrado correlaciones positivas y significativas entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico (Buenrostro et al, 2012).

Goleman (1998) dice que la inteligencia emocional es un factor fijo que ayuda al desempeño académico, laboral y además es útil para la vida cotidiana en general. Asimismo contar con una manera inteligente de sentir, controlar las emociones y conjugarlas con la cognición propicia una mejor adaptación al medio. Esto se debe a que la relación entre el coeficiente emocional y el coeficiente intelectual brindan en conjunto un equilibrio (Fernández-Berrocal & Extremera, 2006).

Sin duda también el desarrollo de la inteligencia emocional hace evidente la influencia en las áreas académicas y laborales. Los alumnos emocionalmente inteligentes muestran mayor autoestima, compromiso, prosperidad y satisfacción emocional e interpersonal, calidad de redes sociales, sostén social y menor intensidad en conductas disruptivas, agresivas o violentas; igualmente, muestran niveles menores de sintomatologías físicas, depresión y ansiedad. Esto amplía su rendimiento académico al desafiar convenientemente situaciones cognitivas (Fernández-Berrocal & Extremera, 2006).

Según Goleman, (1998), las aptitudes emocionales son más importantes para el éxito laboral que el intelecto y el conocimiento técnico, dado que permite establecer conexiones entre el razonamiento, las habilidades emocionales y las estrategias de afrontamiento.

En una investigación de Fernández y Ruíz (2008) se concluyó que el déficit en habilidades de inteligencia emocional afecta a los estudiantes dentro y fuera del aula, principalmente en tres áreas: rendimiento académico, bienestar y equilibrio emocional, en cuanto a establecer y mantener la calidad en las relaciones interpersonales y en el surgimiento de conductas disruptivas. Así, los estudiantes con mayor inteligencia emocional reportan menor grado de síntomas físicos, depresión, ansiedad social y mayor empleo de estrategias de afrontamiento activo en la solución de problemas e igualmente presentan mayor número de relaciones significativas positivas y potencial resiliente.

En conclusión, el rendimiento académico es definido como una medida de la capacidad de respuesta del individuo, que expresa, en forma estimativa lo que una persona ha aprendido como resultado de un proceso de formación.

Además también queda entendido que el rendimiento académico es la suma de diversos factores que influyen en éste. Por ejemplo los factores medio ambientales de tipo social, familiar, personal y académicos.

Capítulo 3 Investigaciones relacionadas

A continuación en este capítulo se muestran las investigaciones relacionadas con inteligencia emocional y rendimiento académico en diversos contextos, con la finalidad de tener en cuenta toda la gama de exploraciones actuales y pasadas.

En general, los primeros trabajos se encaminaron a explorar el concepto de inteligencia emocional, se centraron en el desarrollo teórico de modelos y en la creación de instrumentos de evaluación rigurosos. En la actualidad, existe suficiente base teórica y se han desarrollado las herramientas necesarias para examinar de forma fiable la relación de este concepto con otras variables relevantes, tanto en experimentos de laboratorio como en estudios de campo. De hecho, la línea de investigación vigente se centra en establecer la utilidad de este nuevo constructo en diversas áreas vitales de las personas, con el objetivo de demostrar cómo la inteligencia emocional determina nuestros comportamientos y en qué beneficia o se correlaciona con otras variables, como lo es el rendimiento académico (Pérez & Castejón, 2006).

Buena parte de la investigación ha sido dominada por el interés en evaluar la inteligencia emocional, ya que se asume que todas las personas presentan diferencias individuales en ella y por tanto tienen diferentes capacidades para atender a sus emociones. Tanto en la literatura como en otros contextos, existen diversas pruebas (tests) que evalúan las diferencias individuales y los componentes de la inteligencia emocional. Dentro de dichos test cabe mencionar dos tipos de modelos ya considerados como clásicos en la literatura sobre la inteligencia emocional: los mixtos (enfocados hacia la personalidad en relación con la inteligencia emocional) y de habilidades (basados en cómo se capta y utiliza

la inteligencia emocional en el aprendizaje). Entre los mixtos se encuentran los desarrollados por Cooper y Sawaf y por Goleman. En los de habilidades están los diseñados por Salovey y Meyer como se ha mencionado en el capítulo anterior.

Schutte y colaboradores (1998; en Perez y Castrejón, 2006) a través de un estudio longitudinal, investigaron si un instrumento de inteligencia emocional diseñado por ellos mismos, podría predecir el éxito académico de estudiantes universitarios en su primer año lectivo. Se trataba de una escala de inteligencia emocional basada en el modelo teórico de Salovey y Mayer (1990) y de características semejantes a la prueba Trait Meta-Mood (Escala de medición de rasgo que evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales). Sus resultados mostraron que las puntuaciones en la escala de inteligencia emocional de Schutte predecían de forma directa el nivel de éxito académico. Además, la inteligencia emocional obtuvo relaciones en la dirección esperada con otros constructos de tipo emocional. Así, mayores puntuaciones en inteligencia emocional fueron asociadas con una menor alexitimia, mayor optimismo y menor depresión e impulsividad.

En otro estudio, Van der Zee, Thijs, & Schakel (2002 recuperado en Buenrostro et al, 2012). obtuvieron relaciones bajas, incluso negativas, entre algunos factores de la inteligencia emocional y el cociente intelectual general, de acuerdo a lo esperado, mientras que se produjeron asimismo relaciones significativas entre la inteligencia emocional y el Inventario de los Cinco Grandes Factores de Personalidad, a pesar de lo cual la inteligencia emocional demostró una buena capacidad de explicación del rendimiento académico, más allá de la contribución realizada por la inteligencia psicométrica tradicional y las medidas de personalidad, en una muestra de estudiantes de diferentes carreras universitarias.

Con relación a las investigaciones ligadas al rendimiento académico se ha producido un considerable aumento en el número de trabajos que tienen como objeto específico el análisis de las relaciones entre inteligencia emocional y rendimiento académico, Barchard en 2003, evaluó a estudiantes universitarios con una prueba de habilidades de inteligencia emocional (MSCEIT) controlando habilidades cognitivas que usualmente se han visto relacionadas con el rendimiento (habilidad verbal, razonamiento inductivo, visualización), junto con variables clásicas de personalidad (neuroticismo, extraversión, apertura, amabilidad y responsabilidad). Los resultados de esta investigación apoyaron la idea de que los niveles de inteligencia emocional de los universitarios predecían las notas obtenidas al finalizar el año escolar.

Vela (2004; retomado en Buenrostro et al, 2012) por su parte obtuvo resultados semejantes con estudiantes estadounidenses, se produjo una correlación significativa entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, además de que la inteligencia emocional contribuyó a predecir el rendimiento más allá de lo que lo hizo un test estandarizado de logro, empleado para la admisión de los estudiantes.

En el trabajo de Drago (2005; retomado de Pérez & Castrejón, 2006) se mostraron relaciones significativas entre la inteligencia emocional y rendimiento académico, independientemente de la capacidad intelectual, en estudiantes universitarios de diversa procedencia étnica y social. Algo en común presentado por dichos autores fue la forma de evaluar a la inteligencia emocional por medio de la escala de Bar-On, (The Emotional Quotient inventory versión larga (EQ-i)).

Un estudio más, fue presentado por Parker y colaboradores (2004; retomado en Extremera & Fernández, 2004). Ellos trabajaron con una población de 372 estudiantes de primer año de una universidad en Ontario, Canadá. Los autores aplicaron el cuestionario EQ-i: Short (forma corta de 55 preguntas del cuestionario de Bar-On, EQ) para establecer la inteligencia emocional y, al final del año, correlacionaron estos valores con el registro académico de cada estudiante y con notas de su desempeño escolar, análogo al presente estudio; para esta comparación emplearon coeficientes de correlación de Pearson. Identificaron que, para toda la población, las notas del primer año correlacionan ($p < 0,05$) con los factores intrapersonal, de adaptabilidad, manejo de estrés y el puntaje de inteligencia emocional según el EQ-i: Short. En el estudio se obtuvieron hallazgos divergentes en función de cómo se operacionalizó la variable de rendimiento académico. Cuando se analizó el rendimiento académico y la inteligencia emocional en la población los patrones de correlación evidenciaban la pobre capacidad predictiva de la inteligencia emocional sobre la ejecución académica. Sin embargo las subescalas del EQ-1 (intrapersonal, adaptabilidad y manejo del estrés) sí predijeron significativamente el logro académico. Es interesante señalar que los resultados obtenidos al comparar los grupos que habían logrado diferentes niveles de rendimiento: estudiantes de altas puntuaciones académicas vs estudiantes con bajas puntuaciones. En esta comparación el rendimiento académico tuvo una fuerte vinculación con varias dimensiones de la inteligencia emocional. De tal forma que la inteligencia emocional fue un poderoso predictor para identificar estudiantes de primer año que iban a tener buen logro académico al finalizar el semestre. En conclusión esta investigación dice que el 82% de los estudiantes con alto rendimiento académico y 91% de los alumnos con bajo nivel académico fueron correctamente identificados y agrupados en función de sus puntuaciones en inteligencia emocional.

Parker, Summerfeldt, Hogan, & Majeski (2004; recuperado en Morales & López-Zafra, 2009) encontraron fuerte evidencia de la asociación entre varias dimensiones de la inteligencia emocional y el rendimiento académico de una muestra amplia de estudiantes en su primer año de secundaria, dichos autores utilizaron una escala de auto reporte basada en la teoría de inteligencia emocional de Bar-On; Los resultados mostraron que la inteligencia emocional correlaciona significativamente con el rendimiento académico.

Igualmente en un estudio de la Universidad Andina de Cuzco, Torres (2004; retomado en Páez & Castaño, 2015) reportó cifras apropiadas de inteligencia emocional en correlación con el rendimiento académico al emplearse el modelo de Goleman, para analizar a 93 estudiantes de tercer año de medicina de la universidad de Zulia. La puntuación media en esta investigación fue de 77.68 y el mayor grupo de estudiantes 43,01% se ubicó en una inteligencia emocional superior al promedio.

Estudios realizados en la Universidad de Cádiz, Gil-Olarte, Guil, Mestre & Nuñez (2005; recuperado en Pérez & Castrejon, 2006) encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de secundaria, que se mantienen con independencia de la influencia que sobre las notas tiene la personalidad y la inteligencia general o el efecto combinado de ambos. Al respecto, se indicó que la inteligencia emocional presentaba capacidad predictiva estadísticamente significativa con respecto a la autoeficacia para el rendimiento (creencia del sujeto sobre su propia capacidad para alcanzar un buen rendimiento académico) y la constancia (diligencia y esfuerzo para llevar al día las actividades de diferentes asignaturas y alcanzar las metas establecidas).

Del mismo modo, Bastian, Burns, & Nettelbeck, (2005; retomado en Pérez & Castrejón, 2006) no encontraron relación entre inteligencia emocional y logro académico en estudiantes universitarios, aunque sí estaba relacionada con varias “habilidades para la vida”, como satisfacción vital, manejo de emociones y situaciones estresantes, etc). Sigue siendo necesario por tanto, establecer la contribución de los factores relacionados con la inteligencia emocional, al logro académico y profesional en estudios bien diseñados en los que se controlen otras variables consideradas tradicionalmente muy importantes, tales como las variables de personalidad y las variables intelectuales.

Por su parte Pérez y Castejón (2006 y 2007, retomado en Páes & Castaño, 2015) hicieron una investigación con 250 estudiantes de la Escuela Politécnica Superior de Alicante y a su vez de la Facultad de Educación de la Universidad de Alicante, donde se aplicaron diferentes instrumentos que estudian la variable de inteligencia emocional y algunas variables referidas al rendimiento académico. En dicha investigación no se encontraron correlaciones entre inteligencia emocional y coeficiente intelectual, ni tampoco hubo relación entre coeficiente intelectual y las variables con relación al rendimiento académico. Sin embargo si existió una relación significativa entre la inteligencia emocional y las variables de rendimiento académico. Para medir la inteligencia emocional emplearon el cuestionario TMMS-24 y el de Schutte; como medidas de rendimiento académico tomaron el número de asignaturas aprobadas hasta el momento y la nota promedio (Calificaciones). Como metodología de análisis estadístico emplearon los coeficientes de correlación de Pearson. Aunque en este estudio no se encontró relación entre las medidas de rendimiento académico y coeficiente intelectual, es de esperarse que

en un adecuado rendimiento académico intervengan ambos aspectos, la inteligencia cognitiva y la emocional, como aspectos independientes pero complementarios

Otra de las investigaciones es la de Vidal, Bell y Emery, (2009, retomado en Buenrostro et al, 2012) ellos, llevaron a cabo un estudio con adolescentes para vislumbrar la relación que existe entre la inteligencia emocional como rasgo y el progreso en diferentes materias de ciencia. Para esta investigación se utilizó el *Trait Emotional Intelligence Questionnaire* (TEIQ). Los resultados obtenidos en la investigación señalan que el puntaje global del TEIQ predice significativamente el progreso en materias de ciencias, mostrando que la habilidad académica no es la única responsable del desempeño académico, ya que la inteligencia emocional tiene un importante efecto sobre el aprendizaje.

En un estudio presentado por Buenrostro y colaboradores (2012) se habla sobre la relación de inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes, dicho trabajo estuvo conformado por 439 alumnos que oscilaban entre los 11 y los 12 años. Para esta investigación se utilizó el EQ-i: YV: y el TMSS 24. Y se determinó que si hay correlaciones positivas y significativas entre las variables de inteligencia emocional y esto se logró concluir gracias a que se llevó a cabo una correlación no paramétrica con la prueba de Spearman y los resultados fueron positivos, en síntesis la investigación de Buenrostro y sus colaboradores confirman la relación existente entre inteligencia emocional y rendimiento académico, al menos si se evalúa con la escala de Bar-On, y es así entonces que nos indica que, a mayor habilidad de autoconsciencia emocional, consciencia social, empatía, manejo de estrés y adaptabilidad habrá mayor rendimiento académico en los alumnos.

Por su parte desde la Universidad de Málaga se propuso examinar la viabilidad del constructo como factor explicativo del rendimiento escolar en estudiantes de escuela Secundaria Obligatoria, no simplemente como una relación directa entre inteligencia emocional y rendimiento académico, sino también analizando el efecto mediador que una buena salud mental ejerce sobre el rendimiento medio escolar de los estudiantes.

En un estudio realizado en España con estudiantes universitarios, se encontró que aquellos estudiantes que presentaban altas puntuaciones en inteligencia emocional percibida, evaluada mediante el TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale), escala adaptada al castellano por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004), y que presentaban un autoconcepto emocional positivo, mostraron indicadores de una mayor estabilidad emocional, que se reflejó en bajas puntuaciones en el factor de personalidad Neuroticismo, lo que significa que considerarse emocionalmente competentes actúa como factor protector (Jiménez & López-Zafra, 2009).

En México, los estudios llevados a cabo sobre esta temática se han desarrollado básicamente con población universitaria, por lo que se cuenta con algunos estudios y tesis publicadas para conocer la relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes.

En una tesis presentada por Ortiz (2014) se enfatizaron los determinantes que influyen en la inteligencia emocional y rendimiento académico, esta autora realizó un estudio descriptivo de naturaleza exploratoria y trabajó con una muestra de 357 alumnos, de los cuales se determinó que 179 tuvieron un alto rendimiento y el resto de los participantes obtuvo niveles bajos de rendimiento académico, estos resultados se lograron determinar por

medio del Test de evaluación del rendimiento académico (TERA) en dicha prueba se presenta una evaluación de las ejecuciones en lenguaje oral, lenguaje escrito y razonamiento matemática, el test contiene veinticuatro ítems con dos categorías de respuesta. Los ítems representan objetivos curriculares establecidos en las escuelas. Los resultados concluyeron que los alumnos que tienen un déficit en inteligencia emocional poseen menor habilidad para relacionarse con otros y su forma de aprendizaje está limitada a lo memorístico, en cambio, los alumnos de alto rendimiento académico tienen una inteligencia emocional más completa y esto les permite mayor efectividad en sus relaciones interpersonales y mayor comprensión a la hora de aprender.

En un estudio analítico multifactorial de corte transversal presentado por Páez y Castaño (2015) con una población inicial de 3209 estudiantes regulares de todos los programas diurnos de pregrado de la Universidad de Manizales matriculados en 2do semestre del año 2012, se tuvo una muestra primaria de 343 alumnos y finalmente de esos solo participaron 263 alumnos de diferentes carreras universitarias, a los cuales se les aplicaron algunos instrumentos como el cuestionario para medir la inteligencia emocional. Posterior a la recolección de información se calculó el α de Cronbach para el cuestionario de Bar-On, para todos los estudiantes y por programa; este α total fue de 0,697, que se considera bajo. Por ello se procedió a la exclusión de carreras, inicialmente con Mercadeo y la Licenciatura en Inglés, puesto que sus α resultaron ser incalculables. Para los restantes se decidió excluir a todos aquellos que presentaron una α menor de 0,6 exceptuando Medicina, por considerarlo de importancia para la universidad. Finalmente se excluyó Contaduría Pública, Educación Preescolar y Tecnología Informática, luego de lo cual el α de Cronbach quedó en 0,757. En los resultados arrojados de esta investigación se encontró un cociente

de inteligencia emocional promedio de 46.51, sin diferencias según la variable género, pero sí para cada programa. En el caso de la carrera de Economía, se obtuvo una puntuación de 62,9; para Medicina, la puntuación fue de 55,69; en Psicología se obtuvo un total de 54,28 y finalmente para Derecho se dio la puntuación de 36.58. Se encontró correlación entre el valor de inteligencia emocional y nota promedio ($p = .019$), mayor para Medicina ($p = .001$), seguido de Psicología ($p = .066$); no se encontró relación en los otros programas. La investigación para su mayor entendimiento presentó un modelo de dependencia cúbica entre coeficiente de inteligencia emocional y rendimiento académico significativo para el total de la población de Medicina y Psicología. Así mismo se encontró dependencia significativa de este coeficiente con programa ($p = .000$) y semestre ($p = .000$), aunque esta última presenta tendencia clara solo para Medicina. Los resultados coinciden con los de otros estudios que encuentran correlación entre inteligencia emocional y rendimiento académico.

Al respecto, Páes & Castaño (2015) consideran que no es posible predecir el rendimiento académico solo con el valor de la inteligencia emocional, En el adecuado rendimiento académico inciden diversos factores y no puede explicarse solo por la inteligencia emocional, aunque éste sí es uno de los factores a tener en cuenta. Existen otros, como la inteligencia cognitiva tradicional y el rendimiento académico previo, entre otras variables. Además, el peso de un factor depende del programa al cual pertenezca el estudiante; claramente la inteligencia emocional será más relevante en Medicina y Psicología, dado que cotidianamente el ejercicio profesional implica relacionarse con personas desde una postura cercana, sensible y comprensiva; por ello, el grado de habilidad que tengan para establecer y conservar esos vínculos será determinante en su éxito

profesional. Como cierre, los autores del estudio concluyen que educar la inteligencia emocional es una labor necesaria en los contextos universitarios.

Una investigación de Jiménez 2010 (en Cruz, 2017) menciona que hay evidencia que manifiesta que la conducta disruptiva del estudiante se asocia a bajos niveles de inteligencia emocional, induciendo así un desajuste en el bienestar psicológico y en añadidura también un bajo nivel de rendimiento académico.

En otras investigaciones ligadas, se ha informado de diferencias significativas en las variables de sexo y edad, en el caso de la presente investigación quedo descartada toda posibilidad de correlación entre esas variables.

Como es notable, la inteligencia emocional y el rendimiento académico tienen un linaje de investigación vasto y creciente que ayuda a las nuevas investigaciones, como la presente, para llevar a mejor puerto las ideas elaboradas sobre las variables; además, también este capítulo permite saber las limitaciones y fortalezas de la tesis. Es por eso que aquí se dejan en manifiesto los preceptos teóricos y a continuación se detallará el método utilizado para esta investigación.

Capítulo 4. Método

4.1 Justificación

Esta investigación surge de la necesidad de saber y expresar la importancia de la inteligencia emocional y su aporte en el ámbito del rendimiento académico. Se determinó realizar la investigación referente a las variables mencionadas ya que es una línea de exploración que ha generado mucho interés en los últimos años, además resulta muy conveniente ver el rol que juegan las habilidades de la inteligencia emocional en el contexto cognitivo. Se sabe que en los últimos años se han realizado numerosos estudios entre las variables de inteligencia emocional y rendimiento académico y la evidencia empírica ha manifestado que ser cognitivamente inteligente no es suficiente para garantizar el éxito académico, profesional y personal; es por ello que se busca demostrar por medio de la exploración científica lo que entrevé el pensar empírico. Es importante destacar que en la actualidad los adolescentes viven en situaciones difíciles, ya que son parte de una sociedad competitiva, demandante y despersonalizada, siendo estos problemas un factor que repercute en su desempeño académico; es por eso, que la relación de la inteligencia emocional y el rendimiento académico son un importante conjunto para lidiar con los problemas del déficit educativo.

De igual forma se pretende identificar la importancia de la inteligencia emocional, indiscutiblemente un adolescente con habilidades intelecto-emocionales tendrá un mejor desempeño en cualquier actividad ya sea de carácter social, organizacional y por supuesto educativa. Es por ello que resulta determinante resaltar que la inteligencia emocional no es solo útil, sino que también es fundamental en la actualidad.

4.2 Planteamiento del problema de investigación

En la presente investigación se busca determinar si la inteligencia emocional se relaciona significativamente con los factores del rendimiento académico en estudiantes universitarios. Por ello se plantea la pregunta de investigación: ¿La inteligencia emocional tiene relación significativa con los factores que inciden en el rendimiento académico?

4.3 Objetivos

4.3.1 Objetivo General

- Determinar si la inteligencia emocional es un elemento que se relaciona de manera significativa con los factores que inciden en el rendimiento académico.

4.3.2 Objetivos Específicos

- Medir el nivel de inteligencia emocional de los participantes.
- Medir las variables de los factores del rendimiento académico y las calificaciones de los universitarios.
- Identificar cómo se relacionan las variables de los factores del rendimiento académico y las calificaciones con la inteligencia emocional.

4.4 Hipótesis

4.4.1 Hipótesis de investigación

- Existe correlación significativa entre la inteligencia emocional y los factores que inciden en el rendimiento académico de una población de estudiantes universitarios.

4.4.2 Hipótesis nula

- No existe correlación significativa entre la inteligencia emocional y los factores que inciden en el rendimiento académico de una población de estudiantes universitarios.

4.5 Variables

4.5.1 Variable 1

Inteligencia emocional

4.5.2 Variable 2

Factores que inciden en el rendimiento académico

4.5.3 Variable 3

Calificaciones

4.6 Definiciones Conceptuales

V.1 Inteligencia Emocional: Se refiere a una opción del desarrollo humano destinada a conseguir el éxito personal en las múltiples perspectivas de la vida, basándose

en un listado de componentes como lo son: autoconsciencia, autocontrol, asertividad, habilidades sociales, empatía y motivación (Goleman, 1995)

V.2 Factores que inciden en el rendimiento académico: Se refiere a ciertos elementos que son vitales y permiten el desarrollo integral de capacidades y habilidades asociadas con el rendimiento académico (Guerrero, 2011).

V.3 Calificaciones: El concepto de calificación, está asociado al de evaluación, que menciona al acto de estimar, considerar, apreciar, evaluar o calcular el valor de algo. Así, una evaluación constituye una opción para calificar las aptitudes y el rendimiento de estudiantes y además es el aprovechamiento escolar logrado por el alumno al concluir un ciclo escolar, dando una escala de calificaciones de un rango de puntajes (Aguilera, 2015).

4.7 Definiciones operacionales

Inteligencia emocional: Los elementos de la inteligencia emocional fueron tomados del Test de Inteligencia Emocional de Vallés y Vallés (2000), tal prueba consta de 45 reactivos que miden el nivel de coeficiente emocional de los estudiantes, los reactivos incluyen una evaluación de 6 competencias emocionales que son:

- Autoconsciencia
- Autocontrol
- Asertividad
- Habilidades sociales
- Empatía
- Motivación

La suma total del test va de 45 a 135 y está dividido en 3 niveles, el primero va de 45 a 90 y se califica como bajo, 91 a 114 es medio, 115 a 135 alto.

Tabla 2. Distribución de reactivos que miden las competencias emocionales.

Competencias emocionales	Reactivos que la miden
Autoconciencia	1,5,11,28,30,34,36, 44
Autocontrol	3,8,10,14,15,19,27,31,32,37,42,
Asertividad	6,12,13,26,35,,43,45
Habilidades sociales	4,18,24,29,38,
Empatía	16,20,,23,,25,33,39,40,41
Motivación	2,7,9,17,21,22,

Retomado de Vallés & Vallés, (2000)

Rendimiento académico: Se aplicó la prueba estandarizada de factores que inciden en el rendimiento académico MEDMAR (2008), Dicha prueba contiene 59 reactivos divididos en 4 rangos que miden (Indicadores familiares, escolares, perfil humano y perfil social.

Tabla 3. Distribución de reactivos de la escala MEDMAR de los factores que inciden en el rendimiento académico

DIMENSIONES	INDICADORES	OBJETIVOS	No. Reactivos	% de prueba
Variables contextuales	Familiares	Conocer el contexto familiar en el que se desarrolla el estudiante	45-91	5.08%
	Escolares	Determinar las condiciones de la institución educativa en la que estudia.	1-9, 52-59	28.81%
Variables propias del estudiante	Personalidad / perfil humano	Conocer los rasgos de personalidad propias del estudiantes	30-48	33.9%
	Perfil escolar	Determinar los aspectos de conducta acerca de la vida del estudiante.	10-29	33.9%

Retomado de Medina, L., & Martell, M. (2008).Pg.11

Calificaciones: Se llevó a cabo un autorreporte de calificaciones por participante.

4.8 Muestra

La muestra fue conformada por 160 alumnos, 107 Mujeres y 53 Hombres de 3 universidades privadas, estudiantes de Licenciatura, de diversos grados, con una media de edad de 22.07 años.

4.9 Muestreo

No probabilístico por conveniencia.

4.10 Criterios de inclusión

Se incluyó a todo aquel alumno que forma parte del plan de estudios de nivel superior y que este cursando activamente un semestre de la carrera.

4.11 Criterios de exclusión

No fueron parte de la investigación, aquellos alumnos que se encuentren inactivos en el ciclo escolar.

4.12 Criterios de eliminación

Los alumnos que no estuvieron presentes en la aplicación de la prueba fueron automáticamente eliminados de la investigación. Así como los que contestaron de forma equivocada, (es decir que colocaron en un mismo reactivo dos respuestas o se saltaron reactivos dejándolos en blanco) las pruebas que se les aplicaron.

4.13 Instrumentos

El instrumento que se utilizó es el Test de Inteligencia Emocional de Vallés y Vallés, (2000) con una consistencia interna de 0.85 de alfa de cronbach (coeficiente satisfactorio). Dicha prueba está integrado de 45 reactivos que miden el nivel de coeficiente emocional de los adolescentes, los reactivos determinan la evaluación de competencias emocionales diferentes y las respuestas se dan en una escala de tipo Likert de 3 rangos, las cuales son: Siempre, algunas veces y nunca, la calificación para cada respuesta van de 1 a 3 puntos, siendo 1 el valor que corresponde a nunca y 2 el valor que corresponde a algunas veces y siempre que corresponde a 3 puntos. Los factores que mide dicha prueba son: autoconsciencia, autocontrol, asertividad, habilidades sociales, empatía y motivación.

También se aplicó la escala MEDMAR de rendimiento académico, tal escala consta de 59 reactivos divididos en 4 rangos que miden (Indicadores familiares, escolares, perfil humano y perfil social). La escala fue diseñada por Luis Medina Gual y Flores de Ma. Martell Ibarra en (2008) de tal forma que de los apellidos de estos autores conforman el nombre de la escala. Para la validación de dicha escala, se realizó un análisis estadístico de coeficiente de consistencia interna de Cronbach fijando un Alfa de 0.910 (coeficiente satisfactorio) que garantiza la confiabilidad del instrumento, así como las discriminaciones de cada reactivo.

Dentro de los datos sociodemográficos solicitados al estudiante en la escala, se encuentran:

- Sexo.
- Edad.

- Existencia de beca: entendido como cualquier tipo de apoyo económico brindado por la institución (incluye financiamiento).
- Número de hijos en su familia.
- Lugar de nacimiento.
- Número de parejas (formales o no formales) que ha tenido durante el año de la aplicación.
- Promedio de la carrera: Se le pedía al estudiante señalar su promedio aproximado en una escala codificada del 1 al 9 (como 1=X-5.9, 2=6-6.5, 3=6.6-7, 4=7.1-7.5, 5=7.6- 8, 6=8.1-8.5, 7=8.6-9, 8=9.1-9.5, 9=9.5-10).

La distribución de los reactivos de la escala MEDMAR se divide en dos dimensiones que son las variables contextuales y las variables propias del estudiante. Los indicadores de las variables contextuales son los factores familiares y escolares y los indicadores de las variables propias del estudiante son los factores de perfil escolar y el perfil de personalidad,

4.14 Tipo de estudio

Correlacional y Explicativo

4.15 Diseño de investigación

No experimental, transversal.

4.16 Procedimiento

Para la realización de esta investigación se hizo una búsqueda de contactos de universidades que accedieran a participar en dicho trabajo. En el momento de tener el

vínculo con las instituciones se precedía a la aplicación de las pruebas, en las aplicaciones se tenía un control adecuado y se daban explicaciones detalladas de la realización de las mismas, al concluir las pruebas se revisaban de manera general para saber si su aplicación había sido correcta.

Posteriormente se asignaban los códigos de cada instrumento y se calificaban y transcribían en el programa de análisis de datos SPSS (*Statistical produc and service solution*, Versión 17)

4.17 Análisis de datos

Se realizó un análisis con estadística descriptiva para determinar las medidas de tendencia central, con la finalidad de ver la intensidad de las variables, tal y como se encuentran en las muestras.

También se realizó un análisis de estadística inferencial para medir la relación que guardan las variables, a través de una correlación de Pearson

Además se llevó a cabo una regresión lineal en donde se obtuvo una R-cuadrada corregida y se comprobó la correlación con el análisis estadístico de Durbin-Watson.

Capítulo 5. Resultados

En el presente capítulo se describen los resultados obtenidos de la investigación. Es necesario tomar en cuenta que se utilizaron dos pruebas que fueron útiles para la recolección de datos. Una de ellas es el Test de Inteligencia Emocional de Vallés y Vallés (2000) y la otra es la Escala MEDMAR de rendimiento académico de los autores Luis Medina Gual y Flores de Ma. Martell Ibarra (2008).

Después de aplicar las pruebas se realizó un análisis de datos entre las variables con la ayuda del programa estadístico SPSS (*Statistical produc and service solution*, Versión 17). Esto fue con el fin de conocer las características de las variables a través de la estadística descriptiva y saber si existe correlación significativa entre las variables con la estadística inferencial, de tal suerte que a continuación se presentan los resultados arrojados por el análisis.

Tabla 4. Estadística Descriptiva.

Estadísticos descriptivos								
	N	Rango	Mínimo	Máximo	Media	Puntaje del Percentil 50	Desv. Std.	Varianza
Edad	160	44	17	61	22.07		6.567	43.126
Calificación	160	4.8	5.0	9.8	8.439		.7505	.563
Escala MEDMAR	160	102	110	212	163.76	147	17.896	320.270
IE	160	54	76	130	105.33	90	10.605	112.474

En la tabla 4 se muestran los descriptivos de la edad, calificaciones y los resultados de las escalas de rendimiento académico y de inteligencia emocional.

En cuanto a la edad se obtuvo una media de 22.07 años con una edad mínima de 17 y una máxima de 61, lo cual produjo un rango de 44 años y una desviación típica de 6.567, esto se puede explicar debido a que en la población se encontraron participantes con una edad superior a la común.

Con respecto a las calificaciones la media fue de 8.439, lo cual es considerado un promedio satisfactorio, con un promedio mínimo de 5.0 y un máximo de 9.8, el rango presentado fue de 4.8 y la desviación típica de .7505.

Las puntuaciones de la escala MEDMAR mínimas fueron de 110 y máximas de 212, con una media de 163.76 y una desviación estándar de 17.89 que de acuerdo al percentil 50 (puntaje de Percentil = 147) demuestra que la puntuación está por arriba de lo esperado de manera importante.

Finalmente, las puntuaciones de inteligencia emocional mínimas fue de 76 y la máxima de 130, con una media de 105.3 y desviación típica de 10.6, lo cual de acuerdo al percentil 50 (Puntaje de percentil = 90) obtenido, la inteligencia emocional se encuentra por arriba de lo esperado de manera moderada.

A continuación se procede a un análisis de estadística inferencial

En la tabla 5 se muestran las correlaciones entre variables, donde nos indican que la escala de MEDMAR tiene una relación estadísticamente significativa de moderada intensidad con las calificaciones de los alumnos, teniendo como resultado un coeficiente de

correlación de Pearson de .510 y a su vez presentó también un coeficiente de correlación de .539 con el test de inteligencia emocional siendo una relación igualmente moderada.

Tabla 5. Correlaciones

Correlaciones					
		Escala MEDMAR	Test de Inteligencia Emocional	Calificaciones	Edad
Correlación de Pearson	Escala MEDMAR	1	.539*	.510*	.105
	Test de Inteligencia Emocional	.539	1	.349*	-.085
	Calificaciones	.510*	.349*	1	.084
	Edad	.105	-.085	.084	1
Sig. (unilateral)	Escala MEDMAR	.	.000	.000	.093
	Test Inteligencia Emocional	.000	.	.000	.144
	Calificaciones	.000	.000	.	.146
	Edad	.093	.144	.146	.
N	Escala MEDMAR	160	160	160	160
	Test Inteligencia emocional	160	160	160	160
	Promedio	160	160	160	160
	Edad	160	160	160	160

De la misma forma el test de inteligencia emocional se correlacionó significativamente con las calificaciones de los estudiantes con una puntuación de .349 que es una correlación de baja intensidad.

Por último, la tabla nos demostró que la edad no se relaciona con ninguna otra variable y por lo tanto no tiene una correlación estadísticamente significativa.

A continuación se presentan los datos de la regresión.

Tabla 6. Modelo de Regresión Lineal

Resumen del modelo ^c					
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación	Durbin-Watson
1	.539 ^a	.290	.286	15.125	
2	.639 ^b	.408	.401	13.856	2.012
a. Variables predictoras: (Constante), PROMEDIO INTELIGENCIA EMOCIONAL					
b. Variables predictoras: (Constante), PROMEDIO INTELIGENCIA EMOCIONAL, Calificaciones					
c. Variable dependiente: PROMEDIO ESCALA MEDMAR					

También se llevó a cabo una regresión lineal múltiple para ver la influencia conjunta de las variables sobre el rendimiento académico. En la tabla 6 aparece el modelo generado en el cual puede apreciarse que cuando la variable dependiente equivalente al promedio de la escala MEDMAR es correlacionada con las constantes de calificaciones del alumno y el promedio de la prueba de Inteligencia emocional, su R-cuadrada aumenta considerablemente con un .401, lo que explica que hay una correlación positiva. A su vez es certificada esta prueba con el análisis estadístico de Durbin-Watson que nos arrojó una puntuación de 2.012.

A continuación se presenta en la tabla 7 las correlaciones entre los factores que inciden en el rendimiento académico y los factores que pertenecen a la inteligencia emocional, esto se realizó con el fin de dar mayor explicación y fundamentos de correlación entre las variables, además de que permite ver cruces importantes y detallados que categorizan o resaltan elementos que serían de gran apoyo para futuras investigaciones.

Tabla 7. Correlaciones entre factores

Correlaciones entre factores													
Correlación de Pearson	F.F	F.E	F.P	FDE.	AUCC.	AUT.	ASER.	H.S	EMP.	MOT.	CAL.	MEDMAR	IE
FACTORES FAMILIARES	1	.320*	.364*	.244*	.337*	.334*	.442*	.440*	.328*	.424*	.217	.465*	.523*
FACTORES ESCOLARES	.320*	1	.373*	.433*	.150	.133	.267*	.349*	.174	.198	.334*	.683*	.264
FACTORES DE PERSONALIDAD	.364*	.373*	1	.388*	.423*	.386*	.424*	.432*	.299*	.404*	.456*	.694*	.464
FACTORES DEL ESTUDIANTE	.244*	.433*	.388*	1	.234*	.223*	.350**	.266*	.093	.243*	.375*	.751*	.327*
La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).													
La correlación es significante al nivel 0,05 (bilateral).													

Nota: Las siglas indicadas en la tabla son: Factores familiares (F.F), Factores escolares (F.E), Factores de personalidad (FP), Factores del estudiante (FDE.), Autoconciencia (AUCC), Autocontrol (AUT), Asertividad (ASER), Habilidades sociales (H.S), Empatía (EMP), Motivación (MOT), Calificaciones del alumno (CAL), Promedio escala MEDMAR, y Promedio de Inteligencia Emocional.

Como se puede observar en la tabla 7 se encontraron relaciones estadísticamente significativas entre los siguientes aspectos.

Entre factores familiares y autoconciencia se encontró una relación de .337 que representa una correlación de baja intensidad, de la misma forma se presentan correlaciones de baja intensidad con la empatía .328 y autocontrol .334; con respecto al análisis entre factores familiares y asertividad se encontró una relación de .442 que representa una relación de moderada intensidad, lo mismo se dio con las habilidades sociales .440 y la motivación .424, estas relaciones se pueden explicar en algunos reactivos de la pruebas por ejemplo: (Reactivo 50. Cuando se presenta un problema familiar, solemos resolverlo entre todos los miembros) este elemento denota interés familiar de tal forma que aporta personalidad a un estudiante y dado eso se puede generar una persona con tintes de asertividad y un buen manejo en las habilidades sociales.

En el caso de los factores escolares vale la pena indicar la relación que se dio con las habilidades sociales con una puntuación de .349 siendo una correlación de moderada intensidad, esto quiere decir que entre mayores recursos en habilidades sociales presente un estudiante se verá beneficiado en las cuestiones académicas.

En cuanto al factor de personalidad o perfil humano, hubo correlaciones de moderada intensidad con autocontrol .386, con motivación .404, autoconciencia .423, asertividad .424 y habilidades sociales .432. Estas correlaciones moderadas son significativas para el factor de personalidad y aportan elementos de la inteligencia emocional útiles y de importancia para un estudiante.

Por último los factores propios del estudiante, se correlacionaron con la asertividad con una puntuación de .350 poniendo de manifiesto que este elemento de la inteligencia emocional es vital para la conducta de un estudiante.

Es interesante señalar que los factores familiares tienen una relación moderada con el promedio de la prueba de inteligencia emocional, al poseer una puntuación de correlación de Pearson de .523, tal inferencia estadística permite deducir que los elementos familiares ayudan a una persona a incrementar sus habilidades intelecto-emocionales y así mismo se benefician en situaciones académicas.

En cuanto a los factores escolares también se visualiza una relación con el test de inteligencia emocional, aunque ésta sea de baja intensidad .264, es bueno destacar la relación, lo más importante a enfatizar de los factores escolares es la relación que se tiene con las calificaciones de los estudiantes con una puntuación de Pearson de .334, esto permite interpretar que de manera moderada según este análisis estadístico, las características y condiciones de una institución educativa son elementos considerablemente importantes para la adquisición de una buena calificación de un estudiante.

Hablando sobre los factores de personalidad o el perfil humano, es importante acentuar la relación que éste elemento posee con las calificaciones de los estudiantes y con el promedio de la inteligencia emocional, con puntuaciones moderadas y significativas de .456 para las calificaciones y .464 para el promedio del test de inteligencia emocional se logra inferir que los rasgos de personalidad de un estudiante auxilian de manera importante en las calificaciones obtenidas en los alumnos y así mismo ayudan a un mayor desarrollo de las habilidades intelecto-emocionales.

Por último, los factores propios del estudiante tienen relación igualmente moderada y significativa con el promedio de la prueba de inteligencia emocional .327 y con las calificaciones de los alumnos .375, éstas puntuaciones indican que los aspectos de conducta acerca de la vida estudiantil del alumno tienen importancia en las calificaciones y en su actuar intelecto emocional.

Los resultados mostrados en éste capítulo permiten determinar ciertas conclusiones importantes, por ejemplo, es ineludible la relación entre la inteligencia emocional y los factores que inciden en el rendimiento académico, a pesar de que no hubo correlaciones altas, se permite tener ideas concluyentes con las puntuaciones de la estadística inferencial mostradas en dicho capítulo. A continuación prosigue el capítulo de discusión en donde se contrastan las investigaciones relacionadas con la aquí presentada.

Capítulo 6. Discusión

En este capítulo se hace una comparación de otros estudios relacionados con el tema de inteligencia emocional y rendimiento académico en paralelo con el presente trabajo de tesis.

Primero que nada, es importante resaltar que por lo general las investigaciones relacionadas con el tema de inteligencia emocional y rendimiento académico producen relaciones positivas y significativas en relación con variables tales como competencias emocionales, habilidades para la vida, rasgos temperamentales y de personalidad, etc.

Una investigación que es importante retomar, a pesar de que fue publicada hace bastante tiempo, es la de Schutte (1998). En esta investigación se resalta que la inteligencia emocional tiene un factor que puede predecir de manera directa el nivel de rendimiento académico, tal investigación ocupó el modelo teórico de Salovey & Mayer. En relación a ello, la presente tesis ocupa un esquema aparentemente similar al de Schutte y colaboradores, la diferencia radica en que la presente investigación toma como base el modelo propuesto por Goleman y a su vez el modelo de Vallés y Vallés, sin embargo nunca se descarta la posibilidad de ser una investigación que pueda abordarse desde los otros modelos explicativos, es por eso que en el marco teórico se resaltan como elementos fundamentales los modelos que abordan la inteligencia emocional desde diversas perspectivas de los autores.

En el estudio realizado por Barchard (2003; retomado en Pérez & Castejón 2006) con estudiantes universitarios se logró visualizar una relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, así también como con variables clásicas de

personalidad. Las conclusiones y los resultados de esta investigación apoyaron la idea de que los niveles de inteligencia emocional de los universitarios pueden predecir las calificaciones y aportar así a la mejora del rendimiento académico. De la misma forma, el trabajo de Vela (2004) muestra una capacidad predictiva de la inteligencia emocional con respecto al rendimiento académico, ese autor trabajó con una prueba de logro y sus resultados arrojaron que es mejor la predicción del rendimiento académico dada por la inteligencia emocional que por las pruebas de logro. Algo similar rescata esta tesis, ya que gracias a los resultados que se obtuvieron se logró observar que la inteligencia emocional y el rendimiento académico se correlacionan de forma moderada con un coeficiente de correlación de Pearson de .439, de tal forma que se relacionan positivamente con el rendimiento académico en términos de calificación.

Al respecto de las calificaciones, Aguilera (2015) dice que son el mayor indicador materializado del rendimiento académico, referente a eso, la tesis propuesta consideraba que la calificación no era suficientemente confiable por sí misma, es por ello que se decidió fortalecer la variable de rendimiento académico con la escala MEDMAR. Esto se consideró necesario debido a que las críticas centrales de otras investigaciones ligadas al rendimiento académico se concentraban en indicar que la simple calificación del periodo no era tan confiable por la subjetividad que esta posee para describir el rendimiento académico, es decir, las calificaciones no siempre reflejan objetivamente las características conceptuales, actitudinales, intelectuales y académicas del alumno, es así que se decide incluir una prueba estandarizada de rendimiento académico, como lo es el MEDMAR.

Algo que es importante destacar es que en muchas investigaciones se toman como variables conjuntas a la inteligencia emocional y al coeficiente intelectual. Cabe señalar que

la investigación de Van der Zee, Thijs y Schakel (2002) se centraba en este juego de variables, su conclusión fue que hubo relaciones bajas entre estas. En el caso de esta investigación no se considera al coeficiente intelectual, aunque en cierta forma hubo una similitud entre la investigación de Van der Zee y colaboradores, ya que tanto esa investigación como la presentada aquí, coinciden en que la inteligencia emocional muestra una buena capacidad explicativa sobre el rendimiento académico y por ende hay una correlación significativa entre tales variables. Una aparente diferencia entre investigaciones se observa en que la de Van der Zee utiliza los cinco grandes factores de personalidad para correlacionarlo con la inteligencia emocional y el rendimiento académico y la presente investigación sustituye los rasgos de personalidad con los factores propuestos en el MEDMAR (indicadores familiares, indicadores escolares, perfil humano y perfil del estudiante).

Otra investigación que estudió las variables de inteligencia emocional y coeficiente intelectual es la de Drago (2005). Él indica que las características sociales, económicas y étnicas no son un factor que repercute en la correlación que se da en la inteligencia emocional y el rendimiento académico. La conclusión en estas comparaciones es que en ambas investigaciones hay relaciones significativas entre inteligencia emocional y rendimiento académico, es entonces que los resultados del promedio de MEDMAR tienen una afinidad moderada con los resultados del promedio de inteligencia emocional y con los resultados de las calificaciones.

Por otro lado, Páes y Castrillon (2015) consideran que no es posible la predicción del rendimiento académico solo con el valor de la inteligencia emocional, en definitiva, esta postura se contrapone de cierta manera a lo planteado en esta investigación, sin embargo,

esta tesis no solo pretende ver la correlación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional por si solas, sino que se agregó formalmente la variable de calificación promedio y el rendimiento académico se delimitó con mayor precisión con las puntuaciones y los factores del MEDMAR, mientras que la inteligencia emocional se desglosó de manera efectiva con el Test de Vallés y Vallés, dando como resultado una mayor capacidad explicativa de las correlaciones debido a los niveles de significancia que se dieron en el análisis de la estadística inferencial entre variables y entre factores.

Además, esto brindó la posibilidad de realizar un estudio inferencial utilizando una prueba de regresión lineal múltiple para ver la influencia conjunta de las variables, en ello se logró concluir que la inteligencia emocional, el rendimiento académico y las calificaciones reportadas por los universitarios se correlacionan de mejor manera con una R-Cuadrada corregida de .401 con dicha puntuación se puede decir que cuando estas se analizan de forma conjunta tienen un mejor margen explicativo de correlación.

Según Extremera & Fernández-Berrocal (2004), en algún momento se pensaba que la inteligencia emocional y el rendimiento académico eran entidades completamente opuestas, esa idea ha quedado aislada en el pensamiento retrospectivo, y hoy por hoy las emociones y la cognición desempeñan un rol principal en las diversas investigaciones. Con ello, los temas de la inteligencia emocional han prosperado significativamente en los últimos años, gracias a que desde diversos ámbitos (clínico, educativo, organizacional) se abordan y se exigen criterios científicos que determinan la fortaleza de la inteligencia emocional.

Una cuestión que es necesario resaltar es que la mayoría de los estudios sobre rendimiento que se han realizado, han colocado las calificaciones como indicadores efectivos y únicos del rendimiento. Aunque realmente las notas del alumno son el indicador más visible o aprehensible, es necesario enfatizar que las notas no siempre reflejan fielmente las respuestas conceptuales, procedimentales y actitudinales del alumno a las interpelaciones de la materia, del profesor o de la dinámica de la clase (Jiménez & López-Zafra, 2009).

A pesar de que se ha realizado una gran cantidad de investigación en este campo, a la luz de los resultados obtenidos hasta el momento, no se puede establecer la validez predictiva del constructo inteligencia emocional con respecto al rendimiento académico, debido a las dificultades que plantea su estudio, como por ejemplo la desventaja de no tener el control absoluto de las variables que debe de poseerse para conseguir datos más certeros de las variables de investigación. (Morales & López-Zafra, 2009). Sin embargo, en general, la gran mayoría de los estudios realizados recientemente, apoyan la relación existente entre inteligencia emocional y rendimiento académico, también muestran la validez discriminante e incremental del constructo, lo que demuestra que la inteligencia emocional está relacionada con el rendimiento académico y con la competencia social, siempre y cuando se controlen variables tales como la inteligencia general y características de personalidad, factores familiares y de tipo social (Extremera & Fernández-Berrocal, 2004).

Capítulo 7. Conclusiones

Para dar cierre a esta tesis se comentarán las conclusiones obtenidas a lo largo de toda la investigación, comenzando por evidenciar que los objetivos propuestos para la tesis se lograron y que gracias al trabajo en la búsqueda bibliográfica se logró sustentar y dotar a la tesis de una gama teórica que ayuda a un mejor entendimiento.

Los resultados de esta tesis nos permiten saber la importancia de la inteligencia emocional para desarrollar un buen rendimiento académico y que este se vea reflejado en las calificaciones obtenidas en el semestre. También esta investigación permite evidenciar la correlación de las variables de inteligencia emocional, factores que inciden en el rendimiento académico y las calificaciones, dando como resultado un buen modelo explicativo que incluso puede ser útil para la predicción del éxito académico y personal de un alumno.

Es por ello que es importante destacar en esta conclusión que existen relaciones significativas en las variables estudiadas, ya que la escala MEDMAR de rendimiento académico tuvo una relación significativa y de moderada intensidad con las calificaciones de los alumnos, teniendo como resultado un coeficiente de correlación de Pearson de .510. De igual manera se encontró también un coeficiente de correlación de .539 entre los factores de rendimiento académico y la inteligencia emocional, siendo una relación moderada y significativa.

En lo que toca a la relación entre la inteligencia emocional y las calificaciones de los estudiantes, hubo una correlación significativa de baja intensidad con una puntuación de .349.

Otro aporte concluyente es referente a las correlaciones presentadas entre los factores familiares, factores escolares, factores de personalidad y los factores propios del estudiante, las relaciones más importantes presentadas entre estos factores y los elementos de la inteligencia emocional se dieron entre los factores familiares y la asertividad, las relaciones sociales y la motivación. En el caso de los factores escolares la relación destacable se dio con las habilidades sociales. Para el factor de personalidad o perfil humano las correlaciones importantes fueron con la motivación, la autoconciencia y la asertividad y finalmente los factores propios del estudiante solo tuvo relación presumible con la asertividad.

Otro argumento de interés y concluyente es la notoria relación entre los factores familiares y la inteligencia emocional, a su vez también los factores escolares y la afinidad con las calificaciones de un estudiante, de igual manera los factores de personalidad y los factores propios del estudiante tienen aproximación con la inteligencia emocional y las calificaciones promedio de los alumnos, estas correlaciones permiten ver y concluir que hay relación directa entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico.

Esta situación permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación planteada y también se cumplen los objetivos específicos del método de esta tesis.

Otro aspecto que también es importante destacar es que el promedio de calificación de los participantes fue de 8.439, lo cual es un promedio alto, esto explica que la muestra utilizada se encuentra en una situación académica estable, con sus excepciones, ya que la

estadística descriptiva hace evidente que existen participantes con una calificación reprobatoria y por ende se encuentran debajo del promedio.

Otro elemento concluyente es que la media de la prueba de MEDMAR se encuentra muy por encima del percentil 50 y esto habla de la gran capacidad académica y recursos emocionales que poseen los participantes, de la misma forma pasa con la media de inteligencia emocional que también se encuentra por arriba de lo esperado. Estas puntuaciones muestran de manera concreta que los participantes en la investigación poseen buenos recursos intelecto-emocionales. Esto es posible corroborarlo por medio de las correlaciones antes mencionadas.

Algunas limitaciones presentadas en la investigación fueron primordialmente en la logística y cronograma de actividades. Primero se dieron ciertas dificultades para conseguir una población que accediera a la investigación, ya que algunas instituciones no permitían la aplicación de pruebas, posteriormente era muy difícil acordar una fecha libre para que se diera la recolección de datos. Otro elemento que dificultó la investigación fue que al no conseguir una muestra constante con las características precisas y criterios de inclusión más detallados, se decidió por extender la invitación a cualquier estudiante universitario que estuviera activo, definitivamente hubiera sido más interesante tener una muestra homogénea y con criterios de exclusión más estrictos.

Ahora bien, una recomendación que surge a través de esta tesis es la de incorporar programas de inteligencia emocional en escuelas, empresas y casas de cultura con la finalidad de enseñar a la población el uso correcto de las emociones, ya que estas juegan un

papel importante en los diversos ámbitos de la vida, como lo es el rendimiento académico y el éxito laboral.

La inteligencia emocional es una variable que debe tener más importancia dentro de las características que promueven el éxito de una persona. En esencia, si la psicología tiene como objetivo fundamental comprender el comportamiento del ser humano, la inteligencia emocional crea un elemento más a reflexionar. A la luz de estos resultados, el desarrollo de la inteligencia emocional parece una tarea necesaria y el contexto escolar se torna el lugar adecuado para promover estas habilidades, las cuales contribuirán de forma positiva al bienestar personal y social del alumno.

Es clave resaltar que si buscamos desarrollar personas plenas y preparadas para el desafío que representa la educación actual, es necesario educar a nuestros alumnos e hijos en las competencias de la inteligencia emocional, para ello existen hoy por hoy muchas maneras de promover esta habilidad, por ejemplo, utilizando talleres de entrenamiento en inteligencia emocional, asistir a conferencias ligadas al tema o definitivamente implementar una materia en la que el sistema educativo ayude a lograr el propósito de generar personas con mayor inteligencia emocional.

Se sabe que en el ámbito educativo una de las principales ocupaciones es buscar la mejora en el rendimiento académico de los alumnos. Dicha preocupación lleva a la búsqueda de diversas alternativas, sin embargo en ocasiones no se considera la evaluación, que debe ser el primer paso para proponer opciones de progreso, ya que a través de ésta se pueden identificar los factores y necesidades que inciden en el rendimiento del alumno y así una vez identificadas, será posible generar un cambio para la prosperidad educativa, que

incluya formas de trabajo diferentes, uso de materiales, y una planeación que atienda los diversos factores que juegan un papel central en un buen desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje

A partir de los resultados de este estudio, se demuestra la importancia de que el sistema universitario se adecúe a los nuevos paradigmas, lo que involucra la necesidad de extender y promover herramientas útiles que ayuden en las competencias intelecto emocionales. Esto implica, a su vez, la exploración del desarrollo educativo y social desde un enfoque preventivo (Bisquerra, 2009). Es por eso que resulta necesario que los docentes y profesionales en general diagnostiquen las competencias emocionales de los estudiantes, de manera que puedan perfilar sus actividades de forma más adaptada para obtener los máximos aprovechamientos, ya que si queremos construir individuos plenos y preparados, es necesario educar en el mundo afectivo y emocional. De esta forma, y reiterando lo antes mencionado, es necesario destacar la importancia de generar programas que busquen el desarrollo de las competencias emocionales en todas sus dimensiones.

De igual forma considero que debemos adoptar la inteligencia emocional no solo de modo individual sino que se visualice una perspectiva complementaria junto con otros aspectos personales y sociales que hasta ahora se han visto relacionados con el éxito en el contexto académico y por supuesto en la vida misma.

Referencias

- Abad, C. (1998). *Diccionario de las ciencias de la educación* (Vol. 1). México: Santillana.
- Aguilera, V. (2015). *Relación entre el estrés y el rendimiento académico en alumnos.*(Tesis de Licenciatura) Uruapan, Michoacán, México:Universidad Don Vosco.Obtenida de: <http://132.248.9.195/ptd2015/octubre/898043011/Index.html>
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient (EQ-i): A Test of Emotional Intelligent.* Toronto: Multi-Health Systems.
- Barchard, K. (2003). La inteligencia emocional ayuda a la predicción de éxito. *Medidas educativas y psicológicas* , 840-858. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/155/15506205.pdf>
- Bautista, N., & Flores, A. (2014). *Taller de inteligencia emocional para adolescentes.*(Tesis de Licenciatura) Facultad de Psicología, México: UNAM
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones.* Madrid: Síntesis.
- Buenrostro-Guerrero, A., Valadez, M. d., & García, A. (2012). Inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes. *Revista de Educación y Desarrollo*, 31-35. Obtenido de: http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/20/020_Buenrostro.pdf
- CASEL. (2016). *CASEL.COM.* Recuperado el 18 de enero de 2017, de <http://www.casel.org/history/>
- Castro, M. (2015). *Técnicas de Inteligencia emocional para completar el saber ser en el proceso integral de enseñanza-aprendizaje en adolescentes.*(Tesis de Licenciatura) Estado de México: Universidad Alzate de Ozumba. Obtenida de: <http://132.248.9.195/ptd2016/enero/411519120/Index.html>
- Cooper, R., & Sawaf, A. (1997). *Estrategia emocional para ejecutivos.* Barcelona : Paidós.
- Cortés, J. F., Barragán, C., & Vázquez Cruz, M. d. (2002). Perfil de l inteligencia emocional: construcción, validez y confiabilidad. *Salud Mental*, 25(5), 55-60. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/582/58252506.pdf>
- Cruz, P. (2017) *Taller para el desarrollo de inteligencia emocional en adolescentes de bachillerato.* (Tesis de Licenciatura). Ciudad de México: Universidad Insurgentes. Obtenida de: <http://132.248.9.195/ptd2017/febrero/412537156/Index.html>
- Espinoza, E. (2006). Impacto del maltrato en el rendimiento académico. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, nº 9, 221-238. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/2931/293122821005.pdf>
- Hernández, O. (2013).Influencia de los *microtalleres en el rendimiento académico de los estudiantes de Psicología de segundo semestre de la Facultad de Estudios*

- Superiores Iztacala*. (Tesis de Licenciatura) Los Reyes Iztacala, México:Facultad de estudios superiores Iztacala. UNAM. Obtenida de: <http://132.248.9.195/ptd2013/noviembre/0705693/Index.html>
- Delgado, F. & Colmenares, E. (2008). Aproximación teórica al estado de la relación entre rendimiento académico y motivación de logro en educación superior. *Revista de Ciencias Sociales*. 604-613. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/280/28011676013.pdf>
- Díaz-Loving, R., & Flores, G. (2002). *Asertividad: Una alternativa para el óptimo manejo de las relaciones interpersonales*. México: Porrúa-UADY.
- Edel, R. (2003). Factores asociados al rendimiento académico. *Revista Iberoamericana de Educación. Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura*. Recuperado en: http://www.campus-oei.org/revista/frame_participar.htm
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 209-228. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80536203.pdf>
- Fernández-Berrocal, P., & Ruiz, A. (2008). La inteligencia emocional en la educación. *Psicoeducativa*, 421-436. Obtenido de: http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf66school_context.pdf
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2006). Emotional Intelligence: A theoretical and empirical. *Psicotema*, 7-12. Obtenido de: <http://www.psicothema.com/pdf/3270.pdf>
- Ferragut, M., & Fierro, A. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 95-104. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80525022008.pdf>
- García-Fernández, M. & Giménez-Mas, S.I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado* [en línea], 3(6), 43-52. Disponible en: <http://www.cepcuevasolula.es/esprial>.
- Gardner, H. (1993). *Inteligencias Múltiples*. Madrid: Paidós.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (2000). *La inteligencia emocional*. México: Vergara.
- Jiménez, M., & López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: Estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(1), 69-79. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80511492005.pdf>

- Juárez, F., Medina, M. & Lugo, E. (1996). Autopercepción de rendimiento académico en estudiantes mexicanos. *Revista Mexicana de Psicología*, 37-47. Obtenido de: [Http://www.rincondepaco.com.mx/rincon/Inicio/Curri/Articulos/1996A_2.pdf](http://www.rincondepaco.com.mx/rincon/Inicio/Curri/Articulos/1996A_2.pdf)
- Lozano, C., & García, E. (2000). El rendimiento escolar y los trastornos emocionales y comportamentales. *Psicotema*, 340-343. Obtenido de: <http://www.psicothema.com/pdf/578.pdf>
- Marin, M., Infante, E., & Troyano, Y. (2000). El fracaso académico en la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 505-511. Obtenido de: <http://personal.us.es/einfante/uploads/PUBLICACIONES/Fracaso%20acad%C3%A9mico%20Mar%C3%ADn-Infante-Troyano2000.pdf>
- Martineaud, S., & Engelhard, D. (2006). *El test de inteligencia emocional*. Barcelona: Martínez Roca.
- Medina, L., & Martell, M. (2008). Escala MEDMAR de rendimiento académico.
- Molero, C., Saiz, E. & Esteban, C. (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30(1), 11-30. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80530101.pdf>
- Morales, M. I., & López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: Estado actual de la cuestión. *Revista latinoamericana de psicología*, 69-79. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80511492005.pdf>
- Olvera, Y., Domínguez, B. & Cruz, A. (1997). *Inteligencia emocional en el ámbito académico*. Obtenido de: <http://www.psicol.unam.mx/profesionales/psiclinica/iem/descargas/InteligenciaEmocional.pdf>
- Ortiz, I. (2014). *Propuesta de taller de Inteliencia Emocional para el manejo de las emociones en la adolescencia*. (Tesis de Licenciatura) Facultad de Psicología, México: UNAM
- Páez, M., & Castrillon, J. (2015). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 268-285. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/213/21341030006.pdf>
- Pérez, G., & Guerrero, P. (2010). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de Psicología. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 97-109. Obtenido de: <http://www.redalyc.org/pdf/679/67916261008.pdf>
- Pérez, M. (2010). *Influencia de la inteligencia emocional en la satisfacción laboral de los maestros de una escuela primaria*. (Tesis de Licenciatura) México: Universidad Don Bosco. Obtenida de: <http://132.248.9.195/ptb2011/reemplazo/0174587/Index.html>
- Pérez, N., & Castejón, L. (2006). Relaciones entre inteligencia emocional y el cociente intelectual con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista*

Electronica de Motivación y Emoción, 1-27. Obtenido de:
<http://reme.uji.es/articulos/numero22/article6/numero%2022%20article%206%20RELACIONES.pdf>

- Reeve, J. (1994). *Motivación y emoción*. Madrid: Mc Graw-Hill.
- Rendón, G. (2005). *La inteligencia emocional en el psicólogo*. México: Manual Moderno
- Rivas, O., & Martínez, S. (2010). *Taller teórico vivencial para el desarrollo de competencias en inteligencia emocional*. (Tesis de Licenciatura) Facultad de Psicología. México: UNAM
- Rodríguez, J., & Gallegos, S. (1992). *Lenguaje y Rendimiento académico*. Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca.
- Rojas, E. (2010). *Inteligencia Emocional como una estrategia de educación para el desarrollo de habilidades emocionales y de comunicación en los alumnos de la ESEF*. (Informe de servicio social para obtener el grado de Licenciatura) Los reyes iztacala, México: Facultad de estudios superiores Iztacala, UNAM. Obtenido de: <http://132.248.9.195/pd2007/0611324/Index.html>
- Rovira, A. (1998). *Como saber si uno es emocionalmente inteligente*. México: Paidós studio.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). *Inteligencia emocional: Imaginación, cognición y personalidad*. Barcelona: Praxis.
- Santrock, J. (2004). *Psicología del desarrollo*. México: McGraw-Hill.
- Tuckman, B., & Monetti, D. (2011). *Psicología educativa*. México: McGraw-Hill.
- Vallés, A., & Vallés, C. (1999). *Desarrollando la inteligencia emocional*. Madrid: EOS.
- Vallés, A., & Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional: aplicaciones educativas*. Madrid: EOS.
- Vázquez, H. (2013). *Influencia de microtalleres en el rendimiento académico de los estudiantes de psicología del segundo semestre de la Facultad de estudios Superiores Iztacala del ciclo escolar 2009-2*. (Tesis de Licenciatura) Los reyes iztacala, Estado de México, México: Facultad de estudios superiores Iztacala, UNAM. Obtenida de: <http://132.248.9.195/ptd2013/noviembre/0705693/Index.html>
- Zacagnini, L. (2013). *Qué es inteligencia emocional*. México: Biblioteca Nueva.
- Zárate, J. (2010). *La inteligencia emocional como herramienta para elevar el rendimiento escolar*. (Tesis de Licenciatura) Coatzacoalcos, Veracruz, México: Universidad de Sotavento. Obtenida de: <http://132.248.9.195/ptb2011/mayo/0669598/Index.html>.
- Zarzar, C. (1993). *Habilidades básicas para la docencia: una guía para desempeñar la labor docente en forma más completa y enriquecedora*. México: Editorial Patria.

Anexos

ESCALA MEDMAR DE RENDIMIENTO ESCOLAR

Edad_____

Número de hermanos en tu familia_____

Sexo: F___ M___

Lugar que ocupas entre tus hermanos_____

¿Cuentas con algún tipo de beca? Sí___ No___

Licenciatura_____

Número de parejas (formales o no formarles) que has tenido durante el último año _____

Señala el promedio que has tenido durante la licenciatura hasta el semestre que cursas (aproximadamente):

X-5.9___ 6.0-6.5___ 6.6-7.0___ 7.1-7.5___ 7.6-8.0___

8.1-8.5___ 8.6-9.0___ 9.1-9.5___ 9.6-10___

-Instrucciones generales: A continuación se te presentan una serie de preguntas donde se requiere que expreses tu opinión marcando con una cruz ("X") que tan de acuerdo estás con la afirmación mostrada.

Ejemplo:

	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
El chocolate da energía			X	

	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1. Mis profesores tienen una formación sólida e integral.				
2. La mayoría de mis profesores muestran un excelente dominio de la materia que imparten.				
3. Cuando un profesor de la UIN imparte clase se nota que disfruta su trabajo.				
4. La mayoría de los profesores tienen expectativas altas sobre el rendimiento escolar de los alumnos.				
5. Me agrada el plan de estudios de mi carrera.				
6. La forma en que me evalúan refleja fielmente mi aprovechamiento.				

7. El tamaño de la escuela es el adecuado para el número de alumnos que estudian en ella.				
8. La UIN ha invertido suficiente dinero para mejorar constantemente las instalaciones de la escuela.				
9. En general, la cantidad de alumnos por clase me parece la adecuada.				
10. Me siento forzado a estudiar una licenciatura universitaria.				
11. Me gusta participar en actividades culturales (talleres de arte y cultura, visitas guiadas, etc.) que ofrece la universidad.				
12. Me gusta participar en actividades deportivas (torneos, entrenamientos, etc.) que ofrece la UIN				
13. Me gusta participar en las actividades que realiza mi escuela (jornadas académicas, conferencias, etc.)				
14. Considero que dedico el tiempo necesario para las labores (tareas, estudio) de mi carrera.				
15. A veces siento la necesidad de faltar a clases por motivos innecesarios.				
16. Me olvido fácilmente de cumplir los deberos (tareas, estudio) de las asignaturas escolares.				
17. Suelo ser organizado para cumplir de forma eficiente con todos los trabajos.				
18. Me gusta usar herramientas de aprendizaje (mapas conceptuales, diagramas, etc.) para estudiar más fácilmente.				
19. Generalmente estudio un día antes de los exámenes.				
20. Usualmente le saco copias a los apuntes de mis compañeros para poder estudiar.				
21. Considero que me es fácil el aburrirme durante las clases.				
22. Se me dificulta seguir adecuadamente las instrucciones de mis profesores.				
23. Me es difícil el poner atención en clase.				
24. Después de cierto tiempo de transcurrida la clase me es fácil perder la concentración.				
25. Considero que se me dificulta trabajar en equipo.				
26. Me es fácil el comprender los temas expuestos en las clases.				

27. Usualmente se me olvidan los contenidos de las clases que ya he cursado.				
28. He pensado en la posibilidad de cambiarme de carrera.				
29. En un futuro me visualizo ejerciendo la carrera que estudio.				
30. Ante un problema emocional sé cómo reaccionar de forma adecuada.				
31. Me considero una persona impulsiva.				
32. Considero que me conozco a mí mismo.				
33. Me considero un buen amigo.				
34. Generalmente tengo una buena condición física.				
35. Por lo general me siento fatigado.				
36. Es raro que yo me enferme				
37. Necesito estar limpio en todo momento.				
38. Para mí es importante que una persona muestre que tiene buenos modales.				
39. Soy honesto con las personas.				
40. Sé mantener la calma en situaciones estresantes.				
41. Usualmente cumplo las promesas que hago.				
42. Concluyo todo proyecto que me propongo.				
43. Generalmente me gusta asumir el papel del líder cuando es necesario hacer un trabajo en equipo.				
44. Por lo general necesito sugerir ideas innovadoras cuando trabajo en equipo.				
45. Por lo general mi relación con mis superiores es buena.				
46. Tengo una visión bien definida de lo que estaré haciendo al terminar mi carrera.				
47. Tengo una visión clara de lo que estaré haciendo dentro de diez años.				
48. Estoy haciendo todo lo que está en mis manos para terminar mi carrera de forma exitosa.				
49. Mis padres siempre han estado de acuerdo en la carrera que he				

elegido.				
50. Cuando se presenta un problema familiar, solemos resolverlo entre todos los miembros.				
51. Nuestra familia suele reunirse para convivir.				
52. Existe un sentimiento de unión en mi grupo.				
53. Considero que dentro de mi grupo, existen grupos de amigos que no interactúan con el resto del grupo.				
54. Existen individuos que prefieren aislarse del grupo.				
55. Existe un ambiente de rivalidad en el grupo.				
56. En este grupo he encontrado verdaderos amigos.				
57. Existen conflictos de intereses o de opiniones entre los miembros del grupo.				
58. Existen conflictos de intereses o de opiniones entre los docentes y los alumnos del grupo.				
59. Los alumnos del grupo nos apoyamos en todo momento y circunstancia.				

Las preguntas que encontrarás en este TEST se refieren a la manera de actuar que tienes habitualmente con las personas con las que te sueles relacionar. No existen respuestas buenas ni malas, sino respuestas sinceras que deben reflejar tu estilo, tu modo habitual de pensar, hacer y sentir.

La manera de responder es la siguiente: marca NUNCA, ALGUNAS VECES O SIEMPRE, con una X en base a la frecuencia con la que realizas cada comportamiento descrito en las siguientes preguntas.

Las respuestas son anónimas y serán utilizadas de manera confidencial.	NUNCA	ALGUNAS VECES	SIEMPRE
1. Me conozco a mí mismo, sé lo que pienso, lo que siento y lo que hago.			
2. Soy capaz de automotivarme para aprender, estudiar, aprobar, conseguir algo...			
3. Cuando las cosas me van mal mi estado de ánimo es estable hasta que las cosas vayan mejor.			
4. Llego a acuerdos razonables con otras personas cuando tenemos posturas diferentes.			
5. Sé qué cosas me ponen alegre y qué cosas me ponen triste.			
6. Sé lo que es más importante en cada momento.			
7. Cuando hago las cosas bien me felicito a mí mismo.			
8. Cuando los demás me provocan intencionalmente soy capaz de no responder.			
9. Me fijo en el lado positivo de las cosas, soy optimista.			
10. Controlo mis pensamientos, pienso lo que de verdad me interesa.			
11. Hablo conmigo mismo en voz baja.			
12. Cuando me pidan que diga o haga algo que me parece inaceptable me niego a hacerlo.			
13. Cuando alguien me critica injustamente me defiendo adecuadamente expresando mis			

ideas.			
14. Cuando me critican por algo que es justo lo acepto porque tienen razón.			
15. Soy capaz de quitarme de la mente las preocupaciones que me obsesionan..			
16. Me doy cuenta de lo que dicen, piensan y sienten las personas más cercanas a mí. (amigos, compañeros, familiares...)			
17. Valoro las cosas buenas que hago.			
18. Soy capaz de divertirme y pasármela bien donde esté.			
19. Hay cosas que no me gusta hacer pero sé que hay que hacerlas y las hago.			
20. Soy capaz de sonreír.			
21. Tengo confianza en mí mismo, en lo que soy capaz de hacer, pensar y sentir.			
22. Soy una persona activa, me gusta hacer cosas.			
23. Comprendo los sentimientos de los demás.			
24. Mantengo conversaciones con la gente.			
25. Tengo buen sentido del humor.			
26. Aprendo de los errores que cometo.			
27. En momentos de tensión y ansiedad soy capaz de relajarme y tranquilizarme.			
28. Soy una persona realista, con los “pies en el suelo”.			
29. Cuando alguien se muestra muy nervioso/a o exaltado/a le ayudo a calmarse y tranquilizarse.			
30. Tengo las ideas muy claras sobre lo que quiero.			
31. Controlo bien mis miedos y temores.			
32. No me preocupa estar solo.			

33. Formo parte de algún grupo o equipo de deporte para compartir intereses o aficiones.			
34. Sé cuáles son mis defectos y como cambiarlos.			
35. Soy creativo, tengo ideas originales y las desarrollo.			
36. Sé que pensamientos son capaces de hacerme sentir feliz, triste, enfadado/a cariñoso/a bondadoso, angustiado/a...			
37. Soy capaz de aguantar la frustración cuando no consigo lo que me propongo.			
38. Me comunico bien con la gente con la que me relaciono.			
39. Soy capaz de comprender el punto de vista de los demás.			
40. Identifico las emociones que expresa la gente de mí alrededor.			
41. Soy capaz de verme a mí mismo/a desde la perspectiva de los otros.			
42. Me responsabilizo de los actos que hago.			
43. Me adapto a las nuevas situaciones, aunque tenga que cambiar mi manera de sentir las cosas.			
44. Creo que soy una persona equilibrada emocionalmente.			
45. Tomo decisiones sin dudar ni titubear demasiado.			