

Inteligencia Emocional y Resiliencia en los estudiantes de cuarto semestre de Psicología
de la Universidad Popular del Cesar

María Dolores Liñán Mendoza

Angie Paola Toloza Florez

Universidad Popular del Cesar

Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales

Programa de Psicología

Valledupar

2021

Inteligencia Emocional y Resiliencia en los estudiantes de cuarto semestre de Derecho de
la Universidad Popular del Cesar

María Dolores Liñán Mendoza

Angie Paola Toloza Florez

Asesores:

Carlos Arturo Riveira Zuleta

Rosaura Guerra Oñate

Universidad Popular del Cesar

Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales

Programa de Psicología

Valledupar

2021

Dedicatoria

A Dios Gracias por guiarme, A mis padres, por brindarme su apoyo constantemente, a mi familia, por confiar en mis capacidades y brindarme su apoyo incondicional.

María Dolores Liñán Mendoza

A mis padres, Anayibe y Edgar, que con especial cariño, dedicación y gran esfuerzo han sabido brindarme el apoyo que he necesitado para alcanzar cada meta que me propongo. Agradezco los consejos que en el momento exacto han sabido darme para ayudarme a enfrentar los momentos difíciles. Son un ejemplo de superación, humildad y sacrificio; enseñándome a valorar todo lo que tengo. Gracias por ayudarme a cumplir mis sueños, los amo.

Angie Paola Toloza Florez

Agradecimientos

Principalmente a Dios, por darnos la sabiduría durante todo este tiempo de aprendizaje y brindarnos la fortaleza necesaria para alcanzar este logro. Y finalmente, a nuestras familias y amigos que nos han apoyado durante el proceso, por siempre haber creído en nosotras y ayudarnos a salir adelante; sin ustedes esto no sería posible.

Tabla de contenido

	Pág.
CAPÍTULO I. EL PROBLEMA	7
1.1. Planteamiento del problema	7
1.2. Pregunta de investigación	8
1.3. Objetivos	8
1.3.1. Objetivo general	8
1.3.2. Objetivos específicos	8
1.4. Justificación	8
1.5. Delimitación	9
CAPÍTULO II. MARCO REFERENCIAL	9
2.1. Antecedentes de la investigación	9
2.1.1 Internacionales	10
2.1.2. Nacionales	11
2.1.3. Locales	13
2.2. Marco teórico	15
2.3. Sistema de variables	17
2.3.1. Inteligencia emocional	17
2.3.1.1. Conceptual	17
2.3.1.2. Operacional	18
2.3.2. Resiliencia	18
2.3.2.1. Conceptual	18
2.3.2.2. Dimensiones	18
2.3.2.3. Operacional	19
CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO	19
3.1. Enfoque de la investigación	19
3.2. Tipo de diseño y corte	20
3.3. Tipo de investigación	20
3.4. Población, muestra y muestreo	21
3.5. Técnica e instrumento de recolección de datos	21
3.6. Validez y confiabilidad del instrumento	22
3.7. Baremación	22
3.8. Técnica de análisis de datos	25
3.9. Consideraciones éticas de la investigación y consentimiento informado	26
3.10. Operacionalización de variables	26
3.10.1. Inteligencia Emocional	26
3.10.2. Resiliencia	29

CAPÍTULO IV. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	31
4.1. Análisis de los datos	31
4.2. Discusión de los resultados	41
4.3. Conclusiones	43
4.4. Recomendaciones	44
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	46

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1. Baremos dimensión Atención emocional del TMMS-24	22
Tabla 2. Baremos dimensión claridad emocional del TMMS-24	23
Tabla 3. Baremos dimensión reparación emocional del TMMS-24	23
Tabla 4. Baremos Satisfacción personal de la Escala de Resiliencia	24
Tabla 5. Baremos Ecuanimidad de la Escala de Resiliencia	24
Tabla 6. Baremos Sentirse bien solo de la Escala de Resiliencia	24
Tabla 7. Baremos Confianza en sí mismo de la Escala de Resiliencia	25
Tabla 8. Baremos Perseverancia de la Escala de Resiliencia	25
Tabla 9. Operacionalización de la variable Inteligencia emocional	26
Tabla 10. Operacionalización de la variable Resiliencia	29

Índice de gráficos

	Pág.
Gráfico 1. Género de los estudiantes de IV semestre de Psicología de la UPC	32
Gráfico 2. Edad de los estudiantes de IV semestre de Psicología de la UPC	32
Gráfico 3. Estrato socioeconómico de los estudiantes de IV semestre de Psicología de la UPC	33
Gráfico 4. Nivel de atención emocional	34
Gráfico 5. Nivel de claridad emocional	35
Gráfico 6. Nivel de reparación emocional	36
Gráfico 7. Nivel de satisfacción personal	37
Gráfico 8. Nivel de ecuanimidad	38
Gráfico 9. Nivel de sentirse bien solo	39
Gráfico 10. Nivel de confianza en sí mismo	40
Gráfico 11. Nivel de perseverancia	41

Índice de apéndices

	Pág.
Apéndice A. Cuestionario de datos sociodemográficos	51
Apéndice B. Escala TMMS-24 de Fernández, Extremera y Ramos	52
Apéndice C. Escala de resiliencia de Wagnild y Young en su versión adaptada al español por Crombie, López, Mesa y Samper	54
Apéndice D. Consentimiento informado	56

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

En el ámbito educativo, usualmente se encuentran estudiantes que actúan desde sus emociones. Esta situación es más común en los adolescentes, debido a que atraviesan por una etapa que está caracterizada primordialmente por la existencia de conductas inestables así como fragilidad emocional. Lo que influye a que se deterioren las relaciones interpersonales y posteriormente el clima escolar.

Teniendo en cuenta el papel trascendental que juegan las emociones en el desarrollo y desenvolvimiento de los individuos, y más aún en la fase estudiantil; en los últimos años ha surgido un creciente interés por estudiar cómo la inteligencia emocional se asocia con la resiliencia, lo que ha ampliado el horizonte investigativo en el ámbito educativo. Debido a que de acuerdo a los últimos estudios, la resiliencia ya no solo es una problemática social, sino que es una necesidad que debe ser fomentada desde la institución.

La resiliencia es conceptualizada por Wagnild y Young (1993) como la capacidad para salir adelante y superar las adversidades que la vida les pone. Esta capacidad permite disminuir los efectos negativos que ciertas circunstancias presentan y también las emociones negativas que los acompañan, generando de esta manera un estado de bienestar; afirman que es una capacidad para resistir, tolerar la presión y los obstáculos. Mientras que la inteligencia emocional trata de dar explicación al conjunto de habilidades de naturaleza psíquica que condicionan la conducta, la resiliencia hace referencia a las manifestaciones conductuales que los sujetos desarrollan a diario frente a las situaciones traumáticas (Martínez, 2015).

De acuerdo con Fernández-Berrocal y Ruiz Aranda (2008) evidenciaron la relación entre IE, rendimiento académico, bienestar psicológico, relaciones interpersonales y el surgimiento de conductas disruptivas. Concluyen que el déficit en habilidades de IE afecta a los estudiantes dentro y fuera del aula, especialmente en cuatro 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 universitarios con mayor IE reportan menor grado de síntomas físicos, depresión, ansiedad social y mayor empleo de estrategias de afrontamiento activo en la solución de problemas

(Salovey, Stroud, Woolery y Epel, 2002), e igualmente presentan mayor número de relaciones significativas positivas y potencial resiliente (Mikulic, Crespi y Cassullo, 2010).

1.2. Pregunta de investigación

¿Cuáles son las características de la inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Analizar la inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar las características sociodemográficas en la dimensión de género, edad y estrato de los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar.
- Evaluar las dimensiones de atención, claridad y reparación emocional en los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar.
- Medir la resiliencia en las dimensiones ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción de los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar.

1.4. Justificación

La inteligencia emocional y la resiliencia pueden ser factores que moldeen y ayuden a gestionar, reducir los efectos negativos del estrés y promover la adaptación relacionada con un mayor bienestar. Los estudios han demostrado que la resiliencia puede reducir el riesgo de trastornos psicológicos, ayudar a manejar las necesidades académicas y mejorar el rendimiento académico, al tiempo que promueve estrategias de afrontamiento efectivas cuando los estudiantes enfrentan presión académica.

Es necesario que la resiliencia deba darse en las instituciones educativas para que los estudiantes tengan la capacidad de recuperarse, sobreponerse, adaptarse con éxito frente a la adversidad y desarrollar la competencia social, académica y vocacional. Tanto la resiliencia

e inteligencia emocional son capacidades para obtener la atención positiva y el apoyo de los demás.

Este estudio le permitirá al programa de Psicología plantear diversas alternativas de mejora en el desarrollo personal de los estudiantes, con la finalidad que en el transcurso del tiempo los jóvenes puedan superar problemas diversos: familiares, emocionales, sociales, entre otros; teniendo como base la inteligencia emocional y las dimensiones de resiliencia en su convivencia diaria, lo cual permitirá además que estos problemas no causen o tengan un impacto en el ámbito educativo y/o académico.

Los resultados de la investigación brindan un aporte teórico por su contribución a ampliar los conocimientos sobre cómo a pesar de las circunstancias negativas que pueden ocurrir en la vida de los estudiantes, existe una capacidad para aprender a enfrentar, adaptarse y no dejarse vencer por alguna situación de riesgo o experiencia amenazante en los estudiantes de la Universidad Popular del Cesar.

Así mismo, se considera importante evaluar las diferencias de la inteligencia emocional según el género, puesto que, si bien algunos autores señalan que existen diferencias, las investigaciones no son concluyentes al respecto.

1.5. Delimitación

La presente investigación está enfocada en la línea de la Psicología Educativa, que tiene como objeto originar procesos investigativos desde indagaciones e intervenciones en problemas del ámbito educativo en todos sus niveles, preescolar, básica primaria y secundaria, media vocacional y universitaria, para promover formas de intervención que en el presente caso permitirá el abordaje de la inteligencia emocional y la resiliencia en el contexto educativo, con estudiantes del programa de Psicología de la Universidad Popular del Cesar que se encuentren cursando el cuarto semestre académico de su carrera profesional.

CAPÍTULO II. MARCO REFERENCIAL

2.1. Antecedentes de la investigación

A continuación, se presentan una compilación de los antecedentes encontrados sobre el tema de estudio, lo cual permite ampliar la perspectiva del problema desde diferentes puntos de vista en el ámbito internacional, nacional y local:

2.1.1 Internacionales

A nivel internacional, en Perú, (Lugo, 2020) realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes del IV ciclo de educación primaria de la Institución Educativa Particular San Francisco de Asís – Ate. Este estudio asumió el enfoque cuantitativo, el tipo fue sustantivo o de base, con diseño descriptivo – correlacional y método hipotético deductivo. Cuenta con una población conformada por 174 estudiantes, cuyas edades oscilan entre 9 y 10 años de edad. La técnica utilizada fue la encuesta y como instrumentos se tomó en cuenta los cuestionarios sobre inteligencia emocional y cuestionario sobre resiliencia. Como resultados evidenciaron que existe relación significativa entre la inteligencia emocional; a nivel total y por las dimensiones: intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés y estado de ánimo, entre los niveles moderado y bajo, resiliencia en sus dimensiones: autoestima, empatía, autonomía, humor y creatividad entre los niveles moderado y bajo en los estudiantes.

Del mismo modo, en Perú, (Roque, 2020) realizó un trabajo que tuvo como objetivo determinar la relación entre resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de un centro preuniversitario de Lima Metropolitana; con un diseño de investigación correlacional de tipo no experimental. La muestra estuvo constituida por 152 estudiantes preuniversitarios siendo 79 mujeres y 73 varones, con edades entre 17 y 21 años; a quienes les aplicaron los instrumentos Escala de Resiliencia (ER) y Trait Meta Mood Scale (TMMS-24). Dejando como resultado una correlación significativa de tipo moderada y positiva entre las variables estudiadas. Así mismo, se encontró una correlación positiva significativa entre resiliencia y las dos dimensiones de la variable inteligencia emocional, claridad y reparación emocional. Sin embargo se obtuvo que con la dimensión atención emocional existe una correlación débil pero igualmente significativa.

Asimismo, en Perú, (Egoávil, 2019), realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de la Provincia Constitucional del Callao. El estudio fue de tipo básico con un enfoque cuantitativo de nivel correlacional con diseño no experimental. Para este se utilizó los siguientes instrumentos para medir las variables: el Test de Inteligencia Emocional Bar-On Ice y la Escala de Resiliencia creada por Wagnild y Young. Como resultado se encontró que existe relación entre la Inteligencia Emocional y la Resiliencia según datos estadísticos; que existe relación significativa entre las dimensiones Intrapersonal

y Manejo del estrés de Inteligencia Emocional y la Resiliencia según datos estadísticos; que existe relación directa y baja entre las dimensiones Interpersonal, Adaptabilidad y Estado de ánimo general de Inteligencia Emocional y la Resiliencia según datos estadísticos.

En Perú, (Guarniz y Pereda, 2016), realizaron un estudio con el título de “Inteligencia Emocional y Resiliencia en estudiantes universitarios 2015”; desarrollado con un diseño no experimental de tipo correlacional, con una población de 220 estudiantes universitarios. Para la recolección de datos se utilizó el inventario de Baron (ICE) Na y la Escala de Resiliencia para adolescentes (ERA). Como resultado se encontró un alto nivel de correlación positiva y altamente significativa, que demuestra que existe relación entre la inteligencia emocional y resiliencia.

En España, (Cejudo, López, Delgado y Rubio, 2016) llevaron a cabo una investigación denominada “Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios”. El estudio fue de tipo correlacional y diseño no experimental, para el que se aplicaron los instrumentos Trait Meta-Mood Scale-24, la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener, Emmons, Larsen y Griffin a 432 estudiantes universitarios. Los resultados evidencian que existe correlación entre las variables de estudio; se encontró una relación entre la satisfacción con la vida e inteligencia emocional rasgo; por otro lado se encontró que los estudiantes que presentan un nivel elevado de resiliencia y de regulación emocional evidencian niveles más elevados de satisfacción por la vida.

2.1.2. Nacionales

En Norte de Santander, (Vergel, Gómez y Gallardo, 2021) llevaron a cabo una investigación con el título “Resiliencia en mujeres universitarias en Norte de Santander, Colombia”. El objetivo de esta investigación fue analizar la resiliencia de las estudiantes de posgrado de universidades públicas de Norte de Santander. En cuanto a su metodología, la investigación tuvo un enfoque cuantitativo de tipo correlacional, método analítico descriptivo, encuesta y test de resilience scale, y se aplicó a 150 estudiantes de 27 a 45 años de edad. Como resultado se encuentra que las características de las mujeres con alto nivel de resiliencia fueron centradas en el saber vivir con categoría primaria calidad de vida, en saber hacer y adquirir mayor destreza en conocimientos y automotivarse para saber estar.

En Manizales, (Hincapié, 2019) realizó un estudio denominado “Desarrollo de la inteligencia emocional y capacidad resiliente en niños y niñas de 6 y 7 años, pertenecientes al Instituto Latinoamericano de la ciudad de Manizales”, buscando fortalecer la inteligencia emocional de los niños y las niñas con estrategias pedagógicas que conlleven al desarrollo de la resiliencia. La investigación presenta como resultado predominante que, la intervención con estrategias pedagógicas, direccionadas a fortalecer la inteligencia emocional y potenciar la capacidad resiliente, permiten obtener resultados positivos en cuanto al desarrollo armónico de la personalidad, identidad y autonomía, fortaleciendo así, vínculos afectivos y sociales que permiten superar adversidades que se presentan tanto en la escuela como en otros ambientes de socialización.

En Popayán, (Caicedo y Mosquera, 2019) llevaron a cabo un estudio titulado “Fortalecimiento de la inteligencia emocional con el fin de optimizar la conducta resiliente en las familias y estudiantes del grado Sexto D, pertenecientes a la Institución Educativa Don Bosco, del Municipio de Popayán”, desarrollado con el objetivo de implementar la Inteligencia Emocional por medio de las estrategias de percepción y de desarrollo de sentimientos positivos, regulación de actitudes agresivas y empatía, con el propósito de optimizar la conducta Resiliente en la búsqueda de fortalecer el carácter emotivo y comprensivo en los integrantes de las familias del grado Sexto D. En los resultados se aprecia la importancia de fortalecer la inteligencia emocional y la resiliencia en los hogares de estas familias, debido a que, se realizó un aporte a las relaciones interpersonales y a la convivencia familiar que permitió alcanzar un óptimo desarrollo integral.

En Bogotá, por otro lado, encontramos que (Sarmiento, 2017) realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre estrategias de aprendizaje, la inteligencia emocional y el rendimiento académico en estudiantes universitarios que cursan la modalidad académica abierta y a distancia. La metodología es de tipo transversal, en el cual se aplicó un diseño no experimental, su método es descriptivo y correlacional. La muestra de la población fue 132 estudiantes de las dos facultades de la Universidad Santo Tomás. Los materiales que utilizaron para esta investigación fueron el cuestionario de evaluación Estrategias de aprendizaje para estudiantes universitarios (CEVEAUPEU) y el cuestionario TMMS-24. Los resultados muestran que no existe una correlación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes en la asignatura de inglés, sin

embargo, sí existe una correlación positiva entre algunas estrategias de aprendizaje y algunas dimensiones de la inteligencia emocional.

En Medellín, (Magnano, Craparo y Paolillo, 2016) realizaron un estudio con el objetivo de investigar el papel de la resiliencia y la inteligencia emocional en la motivación para el logro, verificar si la inteligencia emocional media la relación entre resiliencia y motivación para el logro. El estudio cuenta con una población constituida por 448 trabajadores con edades comprendidas entre los 18 y los 55 años. Los instrumentos utilizados para medir las variables de estudio son la Subescala de Logro de WOMI – Inventario de Motivación Laboral y Organizacional, que evalúa cuatro macroáreas de motivación laboral; Escala de Resiliencia para Adultos – RSA, que evalúa la resiliencia con una perspectiva multidimensional; y, el SREIT – Self Report Emotional Intelligence Test, el cual evalúa la eficacia con la que los encuestados suelen identificar, comprender, regular y aprovechar las emociones en sí mismos y en los demás. Los resultados confirman el papel significativo que juega la inteligencia emocional en la resiliencia y la motivación para el logro. Concluyendo que la capacidad de percibir, acceder y regular las emociones ayuda a desarrollar algunos procesos de autorregulación que permiten a las personas manejar mejor las situaciones estresantes.

Así mismo, en Bogotá, (Cerquera y Pabón, 2016) realizaron una investigación con el propósito de identificar la relación entre la resiliencia y la sobrecarga, la depresión, la percepción de apoyo social y estrategias de afrontamiento. Se trata de un estudio que contó con una muestra de 101 cuidadores, evaluados por medio de los instrumentos Zarit, MOS, IDER, Coping y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. En los resultados se encuentran correlaciones entre resiliencia, escolaridad y situación laboral, donde, a mayor escolaridad, menor aceptación de sí mismo y menor resiliencia.

2.1.3. Locales

A nivel local, en Valledupar, (Redondo y Acosta, 2018) realizaron un estudio titulado Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes del Programa de Psicología de la Universidad Popular del Cesar, el estudio se centró en el análisis de la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico de estudiantes de psicología. Se trata de un estudio cuantitativo, correlacional, de alcance transversal, donde se aplicó a una muestra representativa de 230 estudiantes los instrumentos encuesta sociodemográfica, la escala Trait Meta-Mood Scale-24 o TMMS-24 de Salovey et al (1995) y la escala de Bienestar psicológico de Ryff y Keyes (1995). Se busca resaltar la importancia del desarrollo de estas

habilidades en los estudiantes de pregrado, con mayor pertinencia en aquellos que se están formando para ser psicólogos. Los resultados muestran en la dimensión atención solo un cruce que indica un valor significativo de asociación con la relación entre Percepción y Autonomía. En cuanto a la dimensión claridad o comprensión de las emociones predice un mayor bienestar psicológico en general, en torno a la regulación. No se presentaron relaciones significativas con la subescala relaciones positivas.

Igualmente en Valledupar (Ojeda y Steffens, 2017) realizaron un estudio con el propósito de caracterizar las técnicas de resiliencia y su influencia en vendedores de empresas de multinivel colombianas. Para alcanzar este propósito, se realizó un estudio descriptivo, con un diseño no experimental, transeccional y de campo. La población fue de 68 unidades informantes conformada por vendedores de las empresas multiniveles: Herbalife de Colombia, Amway de Colombia y Nu Skin de Colombia. Para la muestra se realizó un censo poblacional tomando en cuenta todos los sujetos y la técnica de recolección de datos fue la encuesta y un cuestionario diseñado con alternativas múltiples. El resultado del estudio explica que las técnicas de resiliencia se desarrollan poco en las empresas multinivel colombianas, ya que no se promueve el autocontrol necesario para manejar adecuadamente las situaciones negativas que se les presentan a los vendedores para que estos adecuen sus reacciones emocionales a las demandas específicas de cada situación.

Es importante precisar que a nivel local se encontraron las siguientes investigaciones tituladas “Habilidades de Inteligencia Emocional según el Modelo de Salovey y Mayer utilizadas en prácticas formativas por los estudiantes de cuidados básicos de Enfermería Universidad Popular del Cesar, 2016” y “Habilidades de Inteligencia Emocional en estudiantes de cuarto y sexto semestre del Programa de Enfermería de la Universidad Popular del Cesar Valledupar 2016” realizadas en la Universidad Popular del Cesar; sin embargo, no se pudo estudiar dichas investigaciones debido a que por la emergencia sanitaria que enfrenta el país, no es posible realizar el desplazamiento hasta la universidad y acceder a dichas tesis, ya que esto solo se puede lograr por medio físico a través de la oficina de Hemeroteca.. Ya que virtualmente solo se nos permite ver el título y autor de cada investigación.

En varias de las investigaciones descritas con anterioridad, tanto los autores internacionales como nacionales y locales, concuerdan en la importancia de la inteligencia emocional y la resiliencia en la vida de los estudiantes universitarios. Con respecto al tipo de investigación,

en los antecedentes se plantean estudios cualitativos y cuantitativos, de tipo transversal con alcance descriptivo y correlacional. Los estudios planteados guardan vinculación con el problema en estudio, ya que las características de algunas de las muestras tomadas en los antecedentes son similares a las características de la muestra de la presente investigación. Además, de que una gran cantidad de los estudios evalúan la variable Resiliencia por medio de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y la variable Inteligencia emocional con el TMMS-24.

2.2. Marco teórico

Para este estudio se toma como referencia a Salovey y Mayer, quienes desarrollaron teóricamente la inteligencia emocional en 1990. Mayer y Salovey citados por Rey y Extremera (2012) conceptualizan la inteligencia emocional como la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

Desde ese momento es cuando surgen diversas definiciones de la inteligencia emocional por varios autores. Mayer, Salovey y Caruso, citados por Leal (2011) exponen cómo se puede concebir la inteligencia emocional; como mínimo de tres formas: como movimiento cultural, como rasgo de personalidad y como habilidad mental. La concepción de la inteligencia emocional como movimiento cultural se consideró debido a la multitud de publicaciones sobre el tema, lo que llevó el término de inteligencia emocional a la controversia, a que surgieran críticas y reacciones de ésta.

Por otro lado, lo que explica la consideración de la IE como rasgo de personalidad, es que el término es considerado fundamental para adaptarse al ambiente y lograr el éxito personal. La conceptualización de la IE como habilidad mental supone pasar a la competencia emocional implicando la educación en un marco de orientación psicopedagógica para el desarrollo personal y social.

Mayer, Salovey y Caruso citados por Leal (2011), conciben la inteligencia emocional como un modelo de cuatro ramas interrelacionadas:

1. Percepción emocional: Las emociones son percibidas y expresadas.

2. Integración emocional: Las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen en la cognición (integración emoción-cognición).
3. Comprensión emocional: Señales emocionales en relaciones interpersonales son comprendidas, lo cual tiene implicaciones para la misma relación; se consideran las implicaciones de las emociones desde el sentimiento de su significado; esto significa comprender y razonar sobre las emociones.
4. Regulación emocional: Los pensamientos promueven el crecimiento emocional, intelectual y personal.

La resiliencia tiene que ver con la forma en la que los individuos hacen frente a las situaciones estresantes, caracteriza dos componentes: la resistencia frente a la destrucción, es decir, la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión y la habilidad de diseñar un conductismo vital positivo sin importar las circunstancias difíciles. La resiliencia fortalece los factores protectores y disminuye la vulnerabilidad frente a situaciones de riesgo.

Según Saavedra y Villalta (2008), la persona resiliente presenta una serie de factores internos que actúan como protectores, entre ellos es menester mencionar: emplea estrategias de convivencia, es asertivo, controla sus impulsos, tiene un fuerte control interno frente a los problemas, manifiesta autonomía, ve positivamente el futuro, tiene capacidad para automotivarse, percibe competencias personales y tiene confianza en sí mismo.

Los estudiantes de las instituciones educativas aprenden a ser resilientes y desarrollar la inteligencia emocional a través de la perseverancia en sus conductas positivas, un ejemplo claro de esto es cada vez que se observa un adecuado manejo de las emociones en situaciones adversas, demostrando persistencia, manejando constructivamente la situación. Por lo tanto, es de considerarse que las experiencias o el entorno en que vive una persona, lo enseña a ser resiliente, desarrollando capacidades emocionales que le permiten hacer frente a sus problemas de manera eficaz y salir adelante.

La mayor parte de los autores hasta el momento plantean que la inteligencia emocional cumple un papel decisivo en el desarrollo de las destrezas emocionales y sociales, siendo esto un factor importante para el aprendizaje y adaptación al ambiente para un bienestar emocional, lo que favorece la capacidad de resiliencia de los individuos.

2.3. Sistema de variables

A continuación, se definen las variables de estudio (resiliencia e inteligencia emocional) desde el punto de vista conceptual y operacional.

2.3.1. Inteligencia emocional

2.3.1.1. Conceptual

De acuerdo con Mayer y Salovey (1997) citado por Ramos, Enríquez y Recondo (2012), la inteligencia emocional es, “un conjunto de habilidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y comprender las emociones. Más formalmente, es la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud; la habilidad para acceder y generar sentimientos que faciliten el pensamiento para comprender las emociones y razonar emocionalmente y, finalmente, la habilidad para regular emociones propias y ajenas”. (p. 35)

Goleman (1997) define la Inteligencia Emocional como “las habilidades tales como: motivarse y persistir frente a las decepciones; controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar; mostrar empatía y abrigar esperanzas”. (p. 54)

Según Goleman (2001) citado por Ruiz (2014), las personas emocionalmente desarrolladas, son personas que gobiernan adecuadamente sus emociones y que también saben interpretar y relacionarse efectivamente con las emociones de los demás, disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida. Estas personas suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. Quienes, por el contrario, no pueden controlar su vida emocional, se debaten en constantes luchas internas que socavan su capacidad de trabajo y les impiden pensar con suficiente claridad.

Las tres dimensiones de la Inteligencia emocional que mide el test TMMS-24 son:

Atención emocional: Hace referencia a cuando el individuo es capaz de sentir y expresar los sentimientos en forma adecuada. Es la conciencia que tenemos de nuestras emociones, la capacidad para reconocer nuestros sentimientos y saber lo que significan. Ser capaces de sentir y expresar los sentimientos adecuadamente.

Claridad emocional: Se refiere a la facultad para conocer y comprender bien los estados emocionales, sabiendo distinguir entre ellos, entendiendo cómo evolucionan e integrándolos en nuestro pensamiento.

Reparación emocional: Se refiere a la capacidad de regular y controlar los estados emocionales de forma adecuada.

2.3.1.2. Operacional

Para efectos de la presente investigación se medirá la inteligencia emocional en estudiantes de Psicología en cuarto semestre de la Universidad Popular del Cesar. La inteligencia emocional se evaluará a través de tres dimensiones: atención emocional, claridad y reparación emocional. La prueba a utilizar para obtener los resultados es la escala TMMS-24, la cual está basada en el Trait Meta Mood Scale (TMMS) del grupo de Salovey y Mayer.

2.3.2. Resiliencia

2.3.2.1. Conceptual

La resiliencia, es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e, inclusive, ser transformado por éstas. Esta capacidad es un recurso interno llamado optimismo o inteligencia emocional y va evolucionando según la etapa de desarrollo en el que se encuentra la persona (Grotberg, 1995 y 2002) citado por (Limaymanta 2014, p. 28).

La Resiliencia, es el convencimiento que tiene un individuo o equipo en superar los obstáculos de manera exitosa sin pensar en la derrota a pesar de que los resultados estén en contra, al final surge un comportamiento ejemplar a destacar en situaciones de incertidumbre con resultados altamente positivos (Machacon 2011) citado por Limaymanta (2014).

2.3.2.2. Dimensiones

Ecuanimidad: Es tener el ánimo estable entre las situaciones favorables o adversas. Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, moderando las actitudes ante la adversidad. Esto significa obrar de manera adecuada en vez de hundirnos en las reacciones inconscientes.

Sentirse bien solo: Nos da el significado de no depender de terceras personas. Pensar primero en sí mismo, sentirse bien consigo mismo, aceptarse tal y como son; que nuestro estado de ánimo no dependa de terceras personas.

Confianza en sí mismo: Es la actitud que permite a los individuos tener una visión positiva acerca de ellos mismos, tener confianza en sí mismo, creer en sus propias capacidades y habilidades, tener expectativas realistas y mantenerse positivo ante alguna adversidad.

Perseverancia: Hace referencia a la capacidad y persistencia de seguir adelante ante la adversidad o el desaliento, tener un fuerte deseo de logro, dedicación y constancia.

Satisfacción personal: Es un estado de bienestar donde el individuo se siente feliz con la vida que lleva, las acciones propias y los resultados que obtiene de esas acciones y vive con plenitud el día a día.

2.3.2.3. Operacional

Para medir la variable de Resiliencia se aplica la Escala de Resiliencia, creada por Wagnild y Young a estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar. Esta escala mide los factores de resiliencia de Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia y Satisfacción personal. La Escala también se divide en factores que son: competencia personal y adaptación de uno mismo y de la vida. Está compuesta de 25 ítems que se puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo y 7 un máximo de acuerdo.

CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO

3.1. Enfoque de la investigación

El enfoque de la investigación es cuantitativo, en razón a que se desarrolla mediante procesos sistemáticos, se establecen y miden variables efectuando la medición por procesos estadísticos (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Asimismo, Escudero y Cortes (2018) definen el enfoque cuantitativo como un análisis y estudio de la realidad objetiva, mediante el establecimiento de mediciones y valoraciones numéricas que permiten recabar datos fiables, con el propósito de buscar explicaciones contrastadas y generalizadas, fundamentadas en el campo de la estadística (p. 23).

Se realizará el estudio bajo este enfoque porque el mismo permitirá recolectar, procesar, determinar y analizar la inteligencia emocional y la resiliencia de los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar, así mismo, porque este enfoque permite expresar los resultados mediante tablas en donde se vea reflejado la frecuencia absoluta y los porcentajes de cada ítem que conforman los instrumentos.

3.2. Tipo de diseño y corte

La investigación cuenta con un diseño no experimental, por lo tanto la investigación se realiza con la intención de no manipular las variables, además, no se busca tocar las variables independientes para ver su efecto sobre las demás variables sino observar los fenómenos en su contexto natural y así poder analizarlos (Hernández *et al.*, 2014). Distintos autores han clasificado la investigación no experimental por su dimensión temporal, de acuerdo a la investigación el diseño más apropiado es el enfoque no experimental transversal, debido a que la recolección de datos se da en un solo momento, en un tiempo único (Liu, 2008; Tucker, 2004).

La presente investigación es de corte transversal porque estudiará las variables en un momento determinado de tiempo que corresponde al periodo 2021-II. De acuerdo con Mousalli (2016) “su intención es describir o caracterizar el fenómeno, a través de las variables, en un momento dado.”

3.3. Tipo de investigación

De acuerdo con Glass y Hopkins (1984) la investigación descriptiva consiste en la recolección de datos que describen los acontecimientos y luego organiza, tabula, representa y describe la recopilación de datos. La investigación que se llevó a cabo en este estudio es de tipo descriptiva, que consiste fundamentalmente en caracterizar un fenómeno o situación concreta indicando sus rasgos más distintivos.

Además, se orienta a recoger los datos sobre la base de una teoría, exponer y resumir la información de manera cuidadosa y luego analizar minuciosamente los resultados, a fin de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento. En este caso, se lleva a cabo todo este proceso descriptivo en relación a las variables inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar en el periodo 2021-II.

3.4. Población, muestra y muestreo

La población es definida por Lepkowski (2008) como un conjunto de elementos que concuerdan con una serie de características o especificaciones iguales. En la presente investigación, los sujetos de estudio son 61 estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar, correspondientes a tres grupos de la asignatura Metodología de la investigación. Teniendo en cuenta que 19 estudiantes hacen parte del grupo 01, 25 del grupo 02 y 17 del grupo 03; se calculó por una muestra estratificada un tamaño muestral de 53 estudiantes.

Mediante el programa Miniwebtool se realizó la selección aleatoria de los estudiantes a quienes se les aplicó los cuestionarios. Puesto que el cálculo arrojó que del grupo 01 el tamaño de la muestra es de 16 estudiantes; del grupo 02, de 22 estudiantes; y, del grupo 03, de 15 estudiantes. Considerando para el cálculo de esta un margen de error del 5%, calculado de la siguiente manera:

$$n = \frac{N}{1 + \frac{4(e)^2(N-1)}{Z^2}}$$

N= Población total

n= muestra

e= error aceptado en decimales

∞= nivel de significancia

l= constante

4=constante si ∞= 90%, Z=1,65

∞= 95%, Z=1,96

∞= 99%, Z= 2,58

$$n = \frac{61}{1 + \frac{4 \times 0,00250 \times 60}{3,8416}} \quad n = \frac{61}{1 + \frac{0,010 \times 60}{3,8416}} \quad n = \frac{61}{1 + \frac{0,6}{3,8416}} \quad n = \frac{61}{1 + 0,1562} \quad n = \frac{61}{1,1562}$$

	Población	Indicador	Muestra
Grupo 01	19	0,86557377	16
Grupo 02	25	0,86557377	22
Grupo 03	17	0,86557377	15

$$n = 52,76 \quad n \cong 53$$

3.5. Técnica e instrumento de recolección de datos

Para el presente estudio, la técnica que se utiliza para recolectar información es la encuesta. Para dar cumplimiento al primer objetivo de la investigación que consiste en la caracterización sociodemográfica de la población objeto de estudio, se hará uso del

cuestionario sociodemográfico que se integra por 3 ítems correspondientes a tres dimensiones: Edad, Sexo y Estrato. (**Apéndice A.**)

Como instrumento para la recolección de información se usará el TMMS-24 de los autores Fernández, Extremera y Ramos (2004) para medir la variable Inteligencia Emocional el cual se encuentra integrado por 24 ítems distribuidos en tres dimensiones: Atención emocional, Claridad emocional y Reparación emocional; cada una de ellas compuesta por 8 ítems. A los sujetos se les pide que valoren el grado en el que están de acuerdo con cada uno de ellos sobre una escala tipo Likert de 5 puntos, que varía desde 1 (muy de acuerdo) a 5 (muy en desacuerdo). (**Apéndice B.**)

Además de estos instrumentos, para la medición de la variable Resiliencia en los estudiantes, se utilizará la Escala de Resiliencia construida por Wagnild y Young (1993) en su versión adaptada al español por Crombie, López, Mesa y Samper (2015). Esta escala está integrada por cinco dimensiones: Satisfacción personal, Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo y Perseverancia. La prueba está integrada por un total de 25 ítems, con un sistema de respuesta tipo Likert que va desde 1 a 7 puntos, donde 1 es desacuerdo y 7, es de acuerdo. El puntaje total de la escala se obtiene al sumar los resultados individuales de cada uno de los ítems y se clasifican en tres rasgos de resiliencia: Nivel bajo (25 - 75), nivel medio (76 - 125) y nivel alto (126 - 175). (**Apéndice C.**)

3.6. Validez y confiabilidad del instrumento

La escala para medir la inteligencia emocional de Fernández, Extremera y Ramos (2004) han encontrado en la escala una consistencia interna (α de Cronbach) de 0.90 para Atención, 0.90 para Claridad y 0.86 para Reparación. Igualmente, presenta una fiabilidad test-retest adecuada (Atención = 0.60; Claridad = 0.70 y Reparación = 0.83).

Para la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young adaptada por Crombie, López, Mesa y Samper (2015) se evidencia una muy alta confiabilidad según el coeficiente alfa de Cronbach de 0,846.

3.7. Baremación

Tabla 1.

Baremos dimensión Atención emocional del TMMS-24

BAREMOS			
Atención emocional			
Código	Categorías	Hombres	Mujeres
1	Debe mejorar su atención	<21	<24
2	Adecuada atención	22 - 32	25-35
3	Presta demasiada atención	>32	>35

Tabla 2.

Baremos dimensión claridad emocional del TMMS-24

BAREMOS			
Claridad emocional			
Código	Categorías	Hombres	Mujeres
1	Debe mejorar su claridad emocional	<25	<23
2	Adecuada claridad emocional	26-35	24-34
3	Excelente claridad emocional	>35	>34

Tabla 3.

Baremos dimensión reparación emocional del TMMS-24

BAREMOS			
Reparación emocional			
Código	Categorías	Hombres	Mujeres
1	Debe mejorar se reparación de las emociones	<23	<23

2	Adecuada reparación de las emociones	24-35	24-34
3	Excelente reparación de las emociones	>35	>34

Tabla 4.

Baremos Satisfacción personal de la Escala de Resiliencia

BAREMOS		
Satisfacción personal		
Código	Categorías	Hombres y Mujeres
1	Alta	>63
2	Media	39-58
3	Baja	<38

Tabla 5.

Baremos Ecuanimidad de la Escala de Resiliencia

BAREMOS		
Ecuanimidad		
Código	Categorías	Hombres y Mujeres
1	Alta	>60
2	Media	37-60
3	Baja	<36

Tabla 6.

Baremos Sentirse bien solo de la Escala de Resiliencia

BAREMOS		
Sentirse bien solo		
Código	Categorías	Hombres y Mujeres

1	Alta	>63
2	Media	41-63
3	Baja	<40

Tabla 7.

Baremos Confianza en sí mismo de la Escala de Resiliencia

BAREMOS		
Confianza en sí mismo		
Código	Categorías	Hombres y Mujeres
1	Alta	>62
2	Media	39-62
3	Baja	<38

Tabla 8.

Baremos Perseverancia de la Escala de Resiliencia

BAREMOS		
Perseverancia		
Código	Categorías	Hombres y Mujeres
1	Alta	>62
2	Media	39-62
3	Baja	<38

3.8. Técnica de análisis de datos

Los datos recogidos a través de los instrumentos se sistematizan en el software Excel, de esta manera se presentará la información en frecuencias absolutas y relativas.

3.9. Consideraciones éticas de la investigación y consentimiento informado

Para la realización de esta investigación se implementó un consentimiento informado (Consultar **Apéndice D.**) donde se plantean los objetivos del estudio, se vela por la confidencialidad y se garantiza que el sujeto ha expresado voluntariamente su intención de participar en la investigación. Igualmente, se asume lo indicado en el artículo 50 de la Ley 1090 de 2006, el cual señala que las investigaciones realizadas por los profesionales de la psicología deben estar basadas en los principios éticos de respeto y dignidad, y salvaguardar el bienestar de los participantes. Además, se tuvo en cuenta los lineamientos del protocolo de investigación construido por el comité del Centro de Documentación Sociojurídica CEDISJ en el 2019.

3.10. Operacionalización de variables

3.10.1. Inteligencia Emocional

Tabla 9.

Operacionalización de la variable Inteligencia Emocional

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	VALORACIÓN
Inteligencia emocional.	Atención emocional.	Percepción de las propias emociones.	1. Presto mucha atención a los sentimientos.	Nada de acuerdo. (1)
			2. Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	Algo de acuerdo. (2)
			3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	Bastante de acuerdo. (3)
			4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	Muy de acuerdo. (4)
				Totalmente de acuerdo. (5)

		5. Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.
		6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.
		7. A menudo pienso en mis sentimientos.
		8. Presto mucha atención a cómo me siento.
Claridad emocional.	Percepción sobre la comprensión de los propios estados emocionales.	9. Tengo claros mis sentimientos.
		10. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.
		11. Casi siempre sé cómo me siento.
		12. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.
		13. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.
		14. Siempre puedo decir cómo me siento.
		15. A veces puedo decir

		cuáles son mis emociones.
		16. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.
Reparación emocional.	Capacidad para regular los propios estados emocionales de forma correcta.	17. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.
		18. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.
		19. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.
		20. Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.
		21. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.
		22. Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.
		23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.
		24. Cuando estoy enfadado

intento que se me pase.

3.10.2. Resiliencia

Tabla 10.

Operacionalización de la variable Resiliencia

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	VALORACIÓN
Resiliencia	Satisfacción personal	Cumple con las actividades que le encomiendan	16. Por lo general encuentro de que reírme. 21. Mi vida tiene sentido. 22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control. 25. Acepto si hay personas a las que no les agrado.	Máximo desacuerdo. (1) Máximo acuerdo. (7)
	Ecuanimidad	Coloca cada cosa en su lugar	7. Generalmente me tomo las cosas con calma. 8. Me siento bien conmigo mismo(a). 11. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas. 12. Me tomo las cosas una por una.	
	Sentirse bien solo	Obtiene resultados positivos ante un problema	5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a). 3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.	

		19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.
Confianza en sí mismo	Se muestra alegre con los logros desarrollados	6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida. 9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo. 10. Soy decidido(a). 13. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.
	Manifiesta sus opiniones dando soluciones asertivas	17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles. 18. En una emergencia soy alguien en quien se puede confiar. 24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.
Perseverancia.	Cuando planifica coloca cada actividad a realizar en un orden	1. Cuando planeo algo lo realizo. 2. Generalmente me las arreglo de una u otra manera 4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.

Se muestra sonriente y alegre cuando logra sus metas	14. Soy autodisciplinado(a). 15. Mantengo interés por las cosas. 20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no. 23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.
--	---

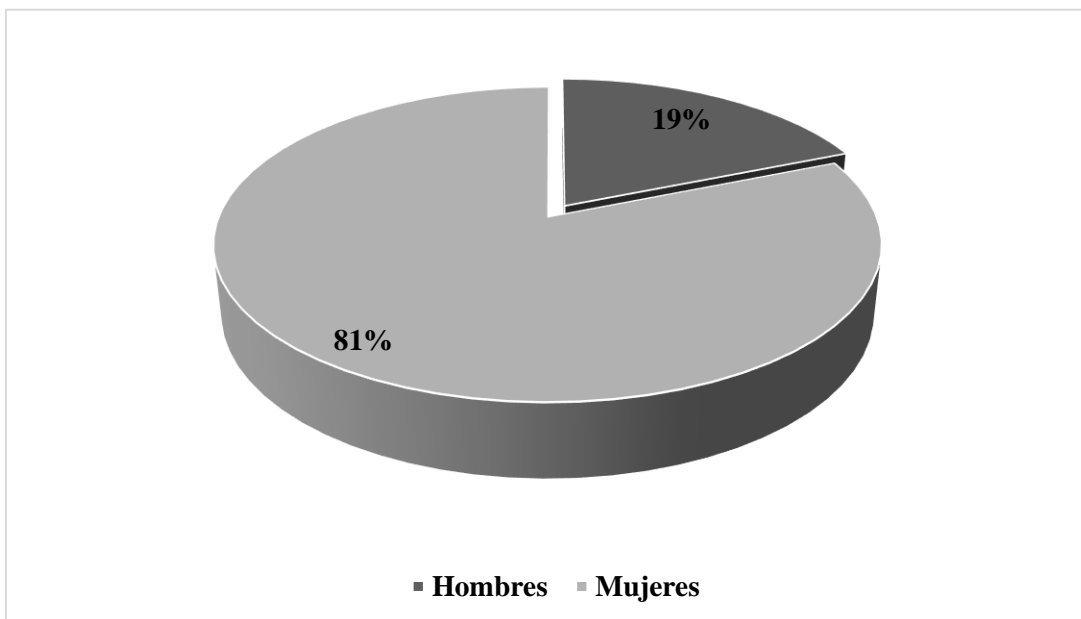
CAPÍTULO IV. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Análisis de datos

A continuación se realizará una revisión de los resultados obtenidos correspondientes a las características sociodemográficas, así como la aplicación de los instrumentos Test de Inteligencia Emocional TMMS-24 y Escala de Resiliencia de Wagnild y Young a los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar.

Gráfico 1.

Género de los estudiantes de IV semestre de Psicología de la UPC.

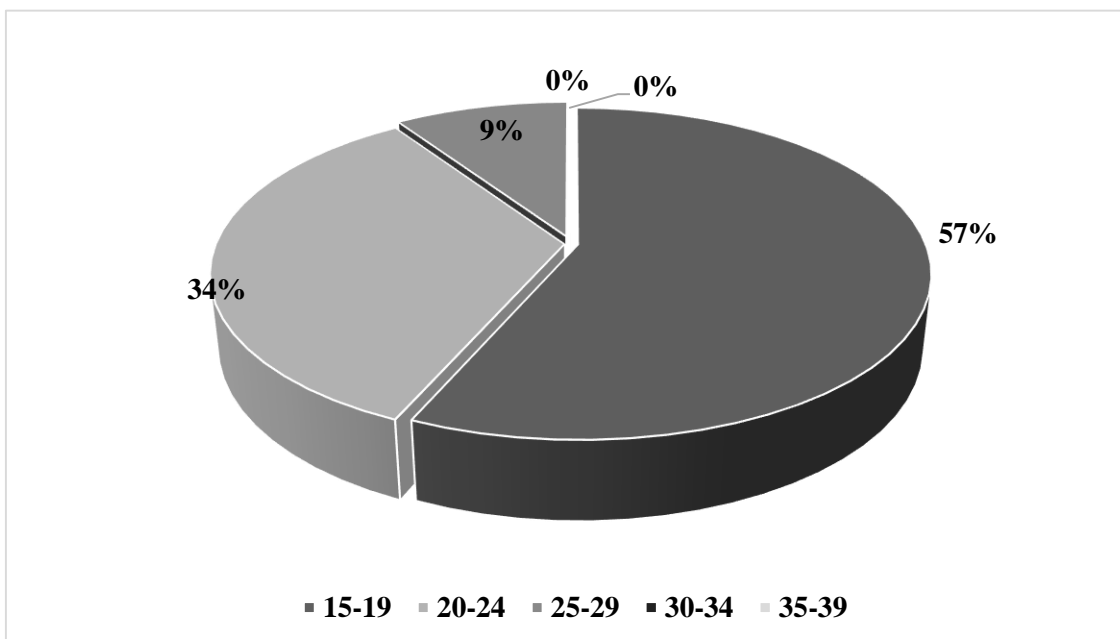


Fuente: Elaboración propia

Los datos presentes en el gráfico 1 indican que en un 81% los sujetos en estudio pertenecen al género femenino mientras que el 19% restante están representados en el género masculino.

Gráfico 2.

Edad de los estudiantes de IV semestre de Psicología de la UPC.

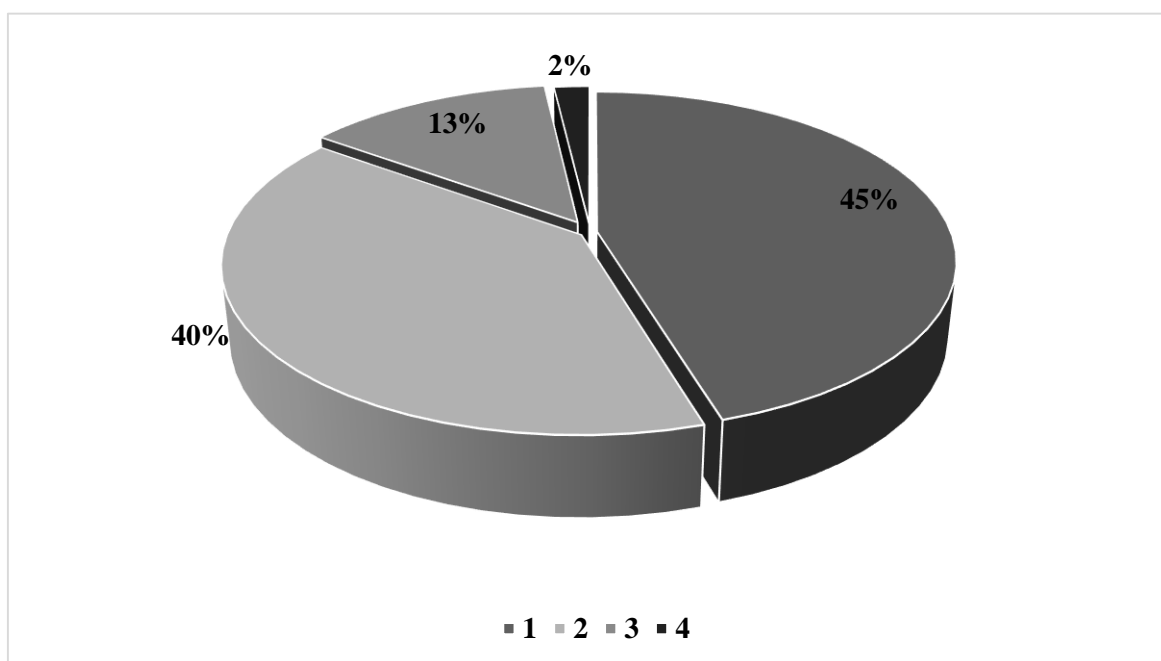


Fuente: Elaboración propia

En una distribución de participantes por intervalos de edades de cinco años, se observa que el grupo más significativo se encuentra en las edades de 15 a 19 años con un porcentaje del 57%; por otro lado se observa que los participantes entre los 20 a 24 años de edad alcanzan un porcentaje del 34%, mientras que el 9% restante se localizan entre los 25 a 29 años de edad. No se registraron participantes en edades superiores a los 30 años.

Gráfico 3.

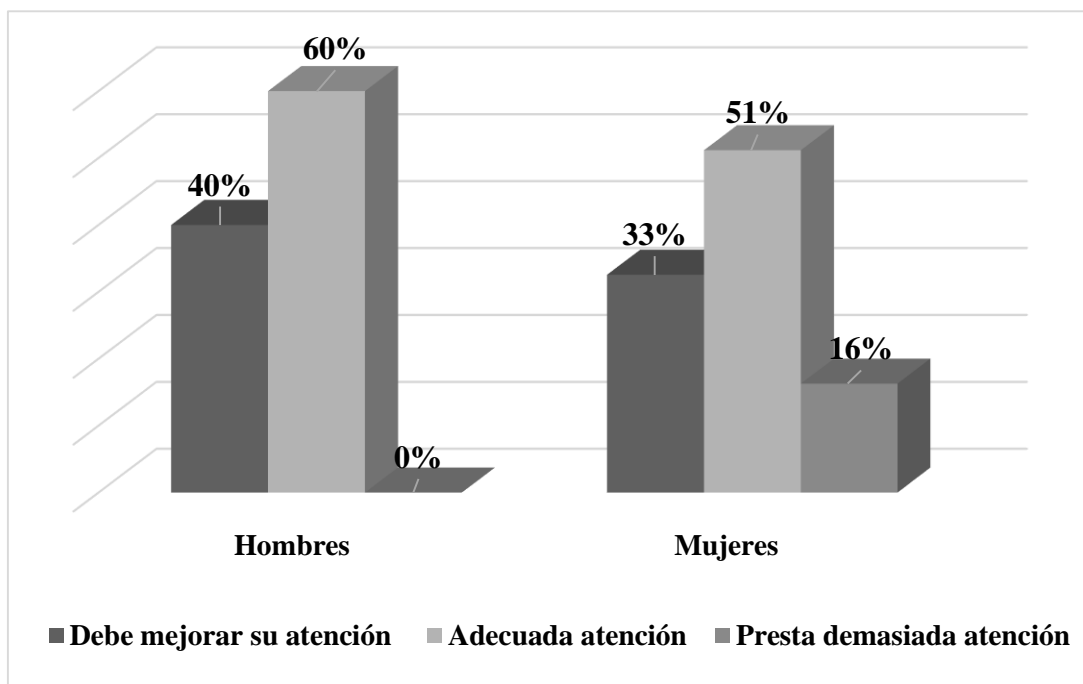
Estrato socioeconómico de los estudiantes de IV semestre de Psicología de la UPC.



Fuente: Elaboración propia

Respecto al estrato socioeconómico de la población, se evidencia una prevalencia de los participantes ubicados en el estrato socioeconómico 1 con un 45%; el 40% se encuentra en estrato socioeconómico 2; y, por último, los participantes ubicados en los estratos 3 y 4 comprenden un 13% y 2% de la población, respectivamente.

Seguidamente se realizará una revisión de los resultados obtenidos de la aplicación del Test de Inteligencia Emocional TMMS-24, con el fin de determinar la inteligencia emocional en las dimensiones atención, claridad y reparación emocional en la población objeto de estudio.

Gráfico 4.*Nivel de atención emocional***Fuente:** Elaboración propia

En el gráfico 4, se observa que el 60% de los hombres reportaron adecuada atención a sus sentimientos, lo que indica que se perciben como personas capaces de identificar y expresar sus emociones; por otro lado, el gráfico también permite ver que el 40% de esta población reportaron baja atención, lo cual evidencia la poca capacidad de percibir sus emociones; finalmente, se percibe que ningún porcentaje de los participantes hombres se puede caracterizar con demasiada atención.

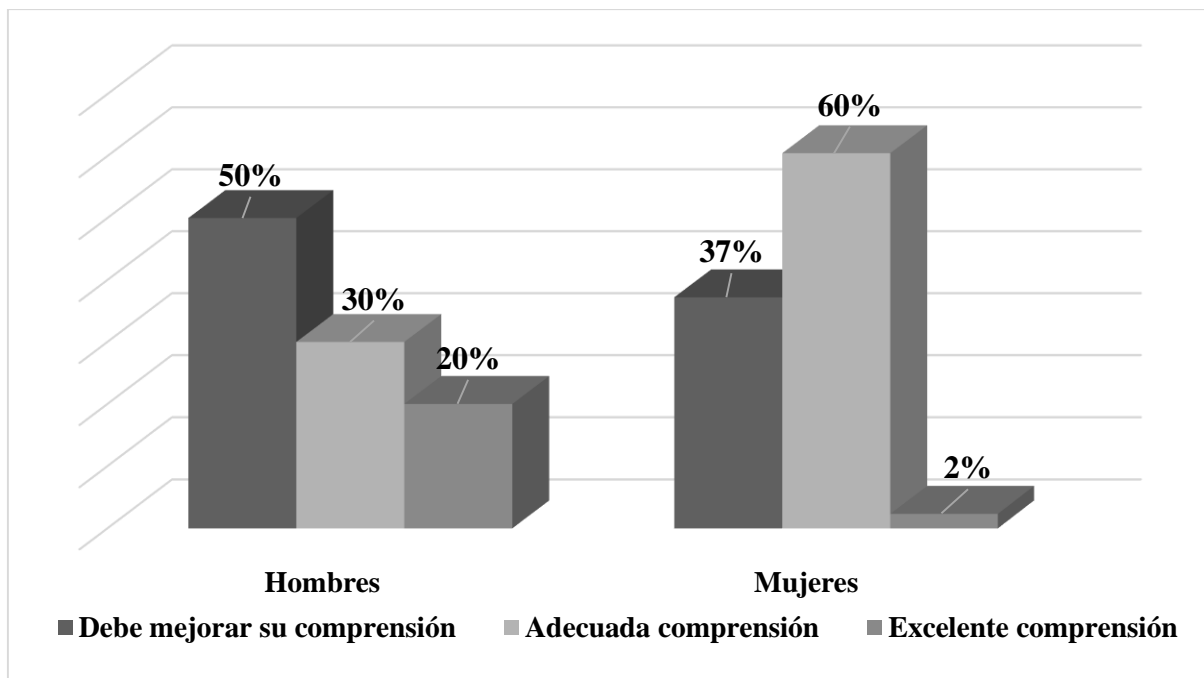
Igualmente, el gráfico indica que el 51% de las mujeres evidencia adecuada atención, siendo conscientes de sus emociones, la capacidad para reconocer sus sentimientos y saber lo que significan; sin embargo, se observa que existe un 33% de las mujeres que obtienen un menor nivel de percepción, lo que indica que deben mejorar su atención emocional; por último, el 16% de las mujeres fueron caracterizadas con demasiada atención, esto significa que tienen una preocupación marcada por tener un adecuado manejo de sus sentimientos y emociones.

De forma general se evidencia una similitud entre los niveles adecuados de percepción entre los sujetos de ambos sexos, sin embargo, en los hombres se observa una mayor oportunidad de mejora, en cambio en las mujeres es más evidente una sobre percepción de sus emociones. Destacando que frente al perfil ideal deberían percibirse en el TMMS-24 con niveles medios

de atención emocional. Si bien puntuaciones altas en esta dimensión puede llevar a la hipervigilancia de las emociones y sensaciones.

Gráfico 5.

Nivel de claridad emocional



Fuente: Elaboración propia

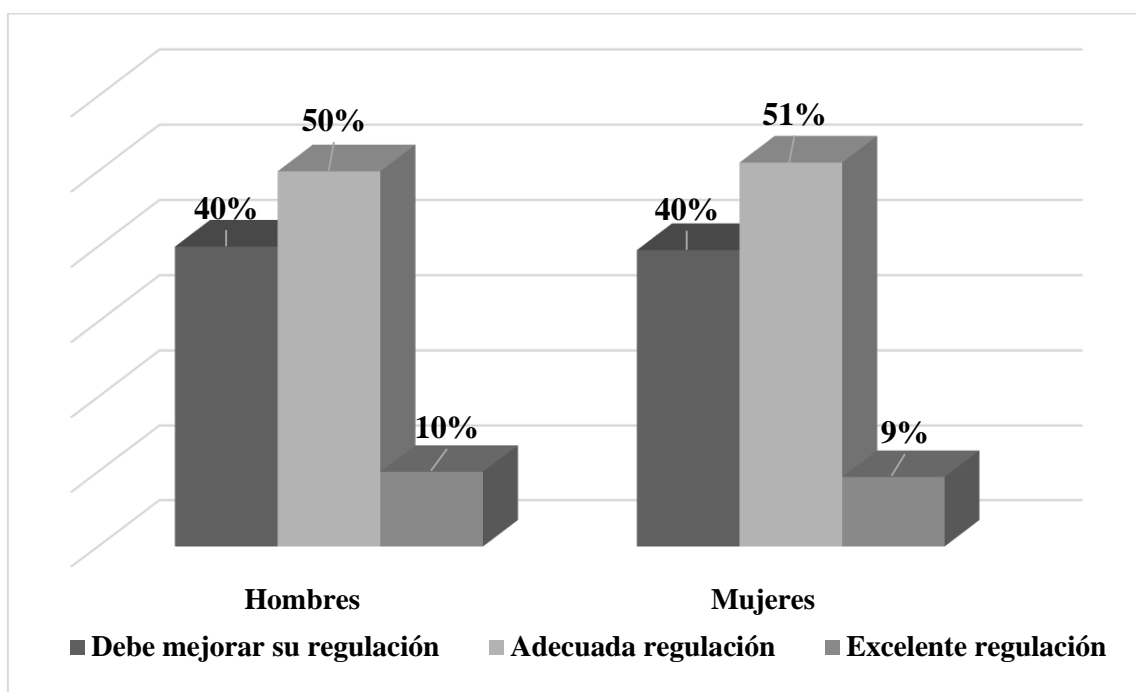
El gráfico 5 muestra que el 50% de los hombres estudiados reportaron baja claridad en sus emociones, lo que indica que tienen menor capacidad de comprender sus sentimientos y por lo tanto deben mejorar tal aspecto; posteriormente se percibe que en el 30% de los participantes se identificó un nivel de comprensión adecuado en el cual se tiene la capacidad de reconocer sus sentimientos y emociones; finalmente, del gráfico se puede inferir que el 20% de los encuestados reportaron excelente nivel de comprensión, teniendo la facultad de conocer bien sus propios estados emocionales. Señalando que los hombres muestran un perfil característico de mayor emocionalidad negativa que positiva. En consecuencia, el grupo tendría bajo nivel de comprensión emocional.

Por el lado de las mujeres, el gráfico indica que el 60% de las encuestadas presenta una adecuada comprensión emocional; sin embargo, existe un 37% de la población que debe mejorar su comprensión emocional; destacando el 2% restante que reporta excelente nivel de comprensión, lo que se relaciona con altas puntuaciones en salud mental, vitalidad y buena salud personal.

De manera general los resultados de la dimensión muestran una predominancia en la categoría “adecuada” por parte de las mujeres, en cambio, una mayor predominancia de nivel “debe mejorar” por parte de los hombres significando que tienen dificultad para comprender las emociones propias y de los demás, problemas en torno a la integración de los pensamientos, sentimientos y la complejidad de los cambios emocionales.

Gráfico 6.

Nivel de reparación emocional



Fuente: Elaboración propia

En relación entre la puntuación de la dimensión y el sexo, no existen diferencias significativas entre los encuestados. Se puede observar que, entre los sujetos, el 51% de las mujeres y el 50% de los hombres dieron cuenta de adecuada regulación, es decir, que sus respuestas indican que son capaces de reparar adecuadamente sus emociones; seguidamente, el gráfico muestra que el 40% de las mujeres y el mismo porcentaje de los hombres deben mejorar su regulación emocional; y respecto a la última categoría, el 10% de los hombres y el 9% de las mujeres evidencian excelente regulación, siendo capaces de reparar y controlar sus estados emocionales positivos y negativos correctamente.

En términos generales los resultados de esta dimensión son mucho más determinantes, debido a que muestran una clara coincidencia porcentual en ambos sexos, sin evidenciarse

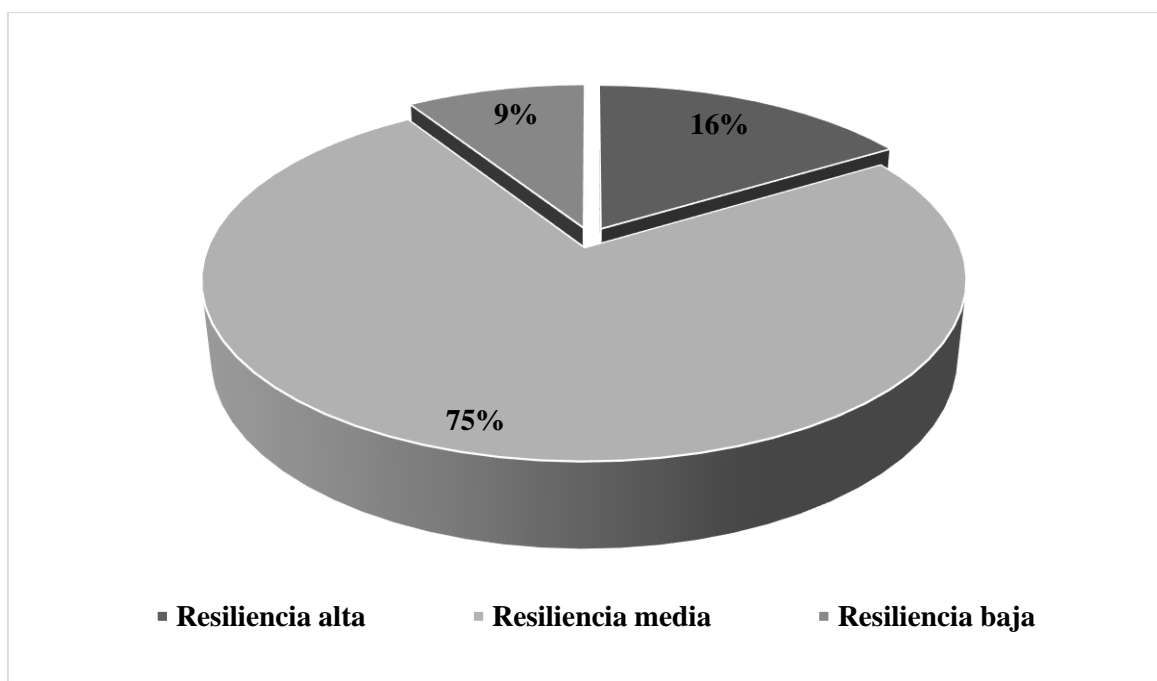
diferencias mayores existentes. Resaltando que los hombres y mujeres, en su mayoría, tienen la capacidad de gestionar sus emociones de forma adecuada, lo que supone que toman conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tienen buenas estrategias de afrontamiento; y son capaces de autogenerarse emociones positivas.

A grandes rasgos los resultados del test muestran que el grupo presenta adecuados niveles de atención, claridad y reparación emocional. Lo que se traduce en que los estudiantes muestran un perfil característico de mayor emocionalidad positiva que negativa. En consecuencia, el grupo se percibe con un nivel medio de inteligencia emocional.

A continuación se realizará una revisión de los resultados obtenidos de la aplicación de la Escala de Resiliencia de Wagnild - Young, con el fin de establecer la resiliencia en las dimensiones ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción de la población objeto de estudio.

Gráfico 7.

Nivel de satisfacción personal



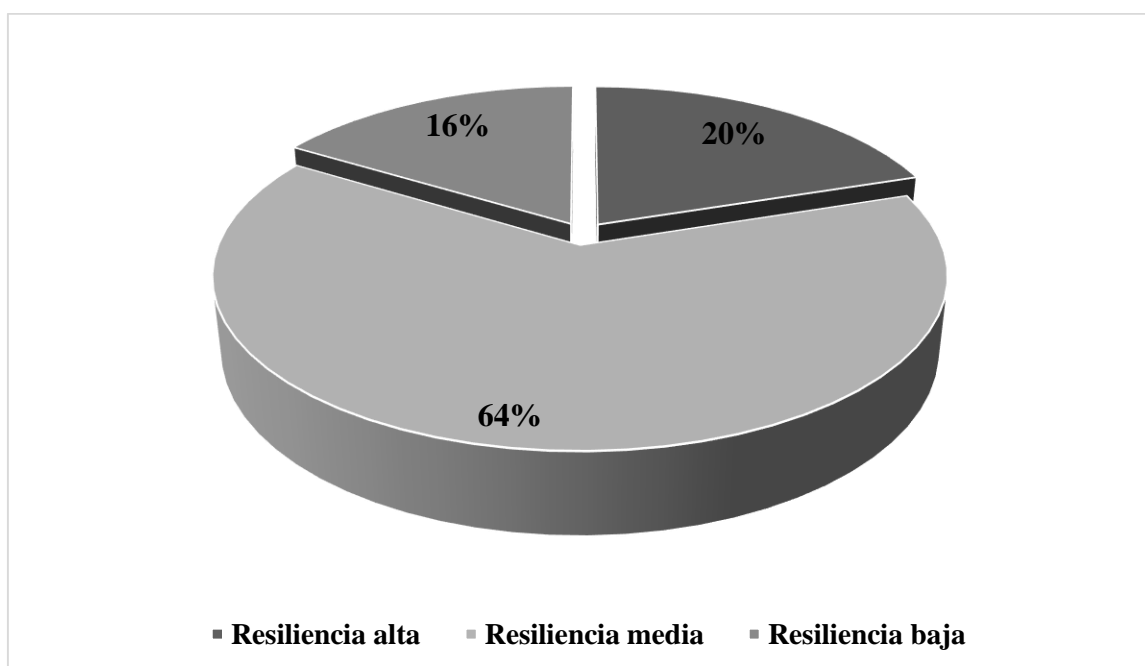
Fuente: Elaboración propia

En el gráfico 7 se logra observar que la mayor parte de la población (75%) tiene una capacidad de resiliencia media en la dimensión satisfacción personal, interpretando que pueden comprender determinados aspectos del significado de la vida además de saber cuál

es la contribución de ellos a esta; por otro lado, un porcentaje de la población comprendida en un 16% muestran como resultado una capacidad de resiliencia alta en esta dimensión, lo que quiere decir que su estado de bienestar y comprensión hacia la vida es alto y se encuentran satisfechos con las acciones que realizan y los resultados que obtienen; en cambio, el 9% de la población obtuvo una capacidad de resiliencia baja en la dimensión estudiada, indicando que su comprensión hacia la vida es baja y no reconoce su contribución a esta.

Gráfico 8.

Nivel de ecuanimidad

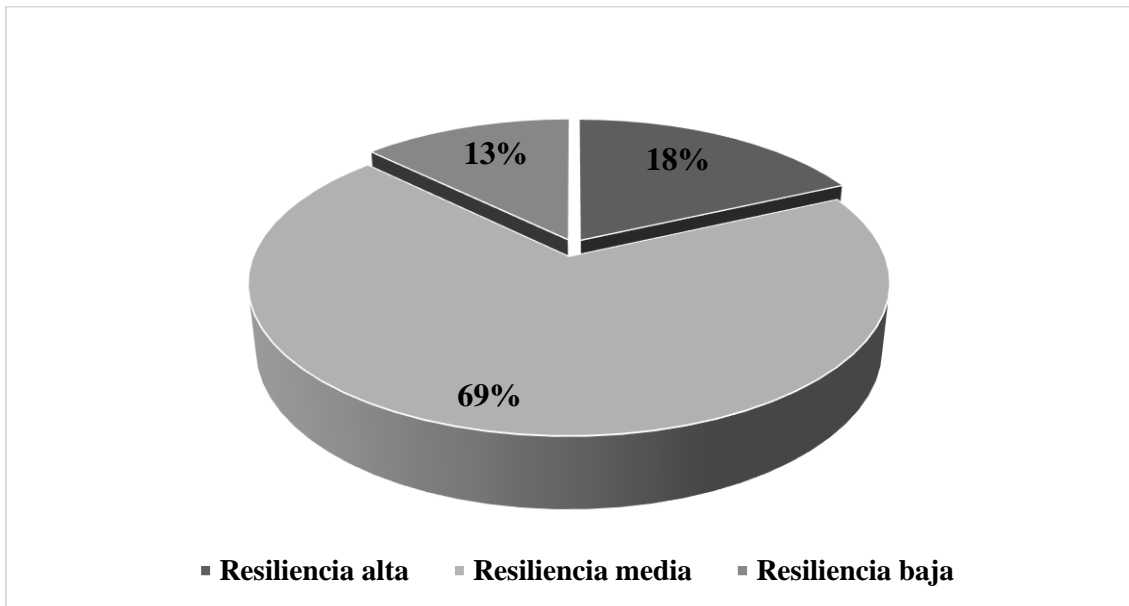


Fuente: Elaboración propia

Con respecto al gráfico, se observa que gran mayoría de la población estudiada (64%) presenta una capacidad de resiliencia media dando a consideración que no tienen un balance total de la vida y experiencias, además que pueden llegar a tomar las situaciones con menos tranquilidad sin llegar a moderar sus actitudes en su totalidad; por otro lado se encuentra que el 20% de la población evidencia una capacidad de resiliencia alta, lo que deduce que tiene un balance en su vida y experiencias, por lo tanto logran tomar decisiones con tranquilidad moderando de igual forma sus actitudes; por último, el 16% de la población muestra capacidad de resiliencia baja, indicando inestabilidad al exponerse a emociones o situaciones que generan malestar.

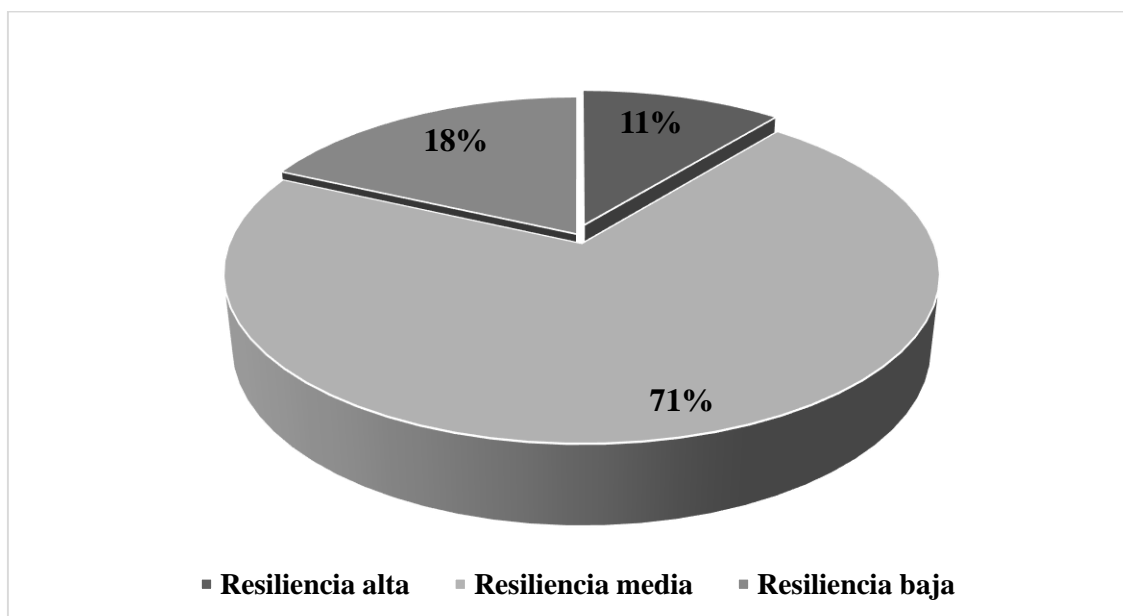
Gráfico 9.

Nivel de sentirse bien solo

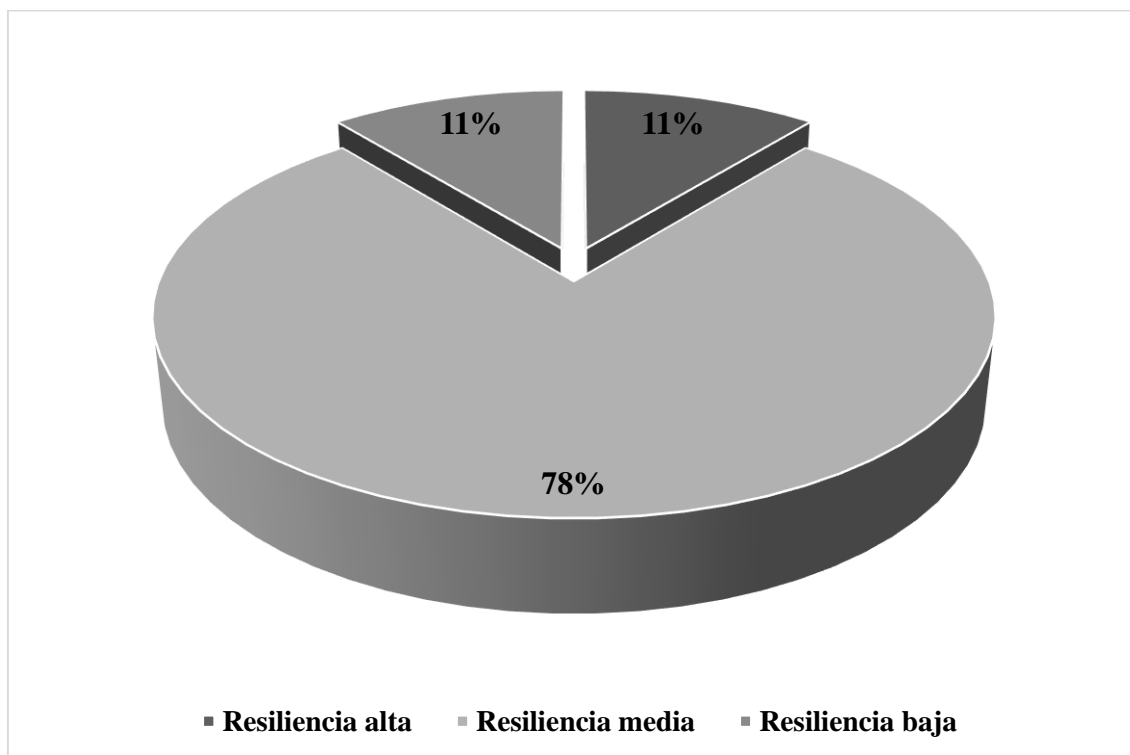


Fuente: Elaboración propia

En cuanto a la dimensión sentirse bien solo, se observa en el gráfico que, el 69% de la totalidad de la población objeto de estudio no tienen un significado completo de la libertad, de su importancia como personas y de las características que los hace únicos, obteniendo como resultado una capacidad de resiliencia media en esta dimensión; por otro lado, se observa que el 18% de la totalidad de la población evidencia que entienden completamente el significado de libertad además de su importancia como personas y sus cualidades únicas, lo que los identifica con capacidad de resiliencia alta en la dimensión; y por último, se menciona que el 13% de los sujetos estudiados indican una capacidad de resiliencia baja dejando en manifiesto que son sujetos que no se sienten cómodos cuando se encuentran solos y no valoran la libertad.

Gráfico 10.*Nivel de confianza en sí mismo***Fuente:** Elaboración propia

En el gráfico 10 se logra resaltar que la mayor parte de la población estudiada (71%) confía medianamente en sí mismos y en sus capacidades para continuar ante la adversidad, mostrando como resultado una capacidad de resiliencia media; además, se observa que el 18% de la población indica una capacidad de resiliencia baja, lo que sugiere que no se encuentran preparados para hacer frente a las experiencias de la vida que generan dificultades; a diferencia del 11% de la población restante que muestra una capacidad de resiliencia alta en la confianza en sí mismo, lo que determina que creen completamente en ellos mismos y son capaces de enfrentarse a las situaciones particulares con menos miedo y más decisión.

Gráfico 11.*Nivel de perseverancia*

Fuente: Elaboración propia

Con respecto al gráfico 11, se observa que el 78% de la totalidad de la población objeto de estudio logra persistir moderadamente ante la adversidad, demostrando una capacidad de resiliencia media en la dimensión perseverancia; por otra parte, un 11% presenta una capacidad de resiliencia alta en cuanto a la perseverancia ante la adversidad, sumado a un fuerte deseo de logro y autodisciplina; al contrario del otro 11% de la población que resulta con capacidad de resiliencia baja denotando que fácilmente abandonan lo que se proponen ante la aparición de la primera dificultad.

4.2. Discusión de los resultados

A continuación se discutirán los objetivos mediante su comparación con los resultados obtenidos en el presente estudio y en trabajos anteriores. El segundo objetivo específico de este trabajo consistió en evaluar las dimensiones de Atención, Claridad y Reparación emocional en estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la UPC. Los resultados indican que los estudiantes muestran un perfil característico de adecuada inteligencia emocional, dato que respalda un estudio realizado por Castaño (2018), resaltando que los profesionales

de la salud, incluyendo aquí la Psicología, están en constante interacción con las emociones, tanto propias como del entorno. Por ello, están en el deber de desarrollar la inteligencia emocional durante el proceso académico, para así hacer un uso adecuado de estas, consiguiendo la resolución de problemas que se le vayan presentado como estudiante y posteriormente como profesional, a su vez conocer sus propias emociones da lugar a interpretar la de los demás.

Es posible señalar que los participantes presentan un balance en su inteligencia emocional al haber obtenido los mayores porcentajes en el rango correspondiente a la interpretación “adecuado” para las dimensiones atención, claridad y reparación emocional. Estos resultados se asemejan a los hallados por Ramírez (2017), en una investigación correspondiente a determinar los niveles de inteligencia emocional en estudiantes de grado 10 y 11; en la cual se encontró que los estudiantes cuentan con niveles adecuados en las tres dimensiones de inteligencia emocional, que les permite adaptarse e integrarse adecuadamente a su entorno social, le dan la importancia que corresponde a sus emociones y sentimientos, mostrando una adecuada apertura y asertividad en la expresión de las mismas, además poseen los recursos emocionales para hacer frente a las situaciones adversas logrando tener contención y modulación de las mismas.

Otro de los resultados de este estudio muestra que un porcentaje significativo de los estudiantes reportaron baja claridad en sus emociones, resaltando el hecho de que esta debilidad fue más marcada entre los hombres, lo cual es consistente con los hallazgos de Ramírez (2017), quien en una población de adolescentes en Manizales encontró que los hombres tuvieron menor capacidad de entender sus sentimientos mientras las mujeres demostraron mejores condiciones para tal aspecto.

Los resultados obtenidos referidos al tercer objetivo propuesto frente a la variable resiliencia y las dimensiones ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción de los estudiantes; tienen similitud con la investigación realizada por Duerto (2016) considerando que en nuestra investigación los resultados de las dimensiones de la escala de Wagnild y Young arrojan un gran porcentaje en los niveles medios, al igual que en el estudio realizado por Duerto sus niveles son en su mayoría medios.

A través del análisis de los datos, y en relación a los resultados encontrados en esta variable, se han extraído diferentes conclusiones; una de estas refleja que a pesar de las dificultades

en que se encuentran los estudiantes participantes de la presente investigación, en su mayoría cuentan con una capacidad de resiliencia que les permite afrontar estas adversidades y hacer frente a ellas buscando estrategias de regulación emocional para tomar decisiones inteligentes. Considerando que los estudiantes universitarios obtienen puntajes medios - altos de resiliencia; esta circunstancia puede deberse a la exigencia de los estudios de educación superior, en los cuales se enfrentan a diversas situaciones que requieren la adquisición de conductas y conocimientos con cierto nivel de resiliencia. Estos resultados concuerdan con los encontrados por Caldera, Aceves y Reynoso (2016) y Estévez, Basset, Flores, Sánchez y Pérez (2019), quienes concuerdan en que los estudiantes universitarios obtienen en su mayoría puntajes altos de resiliencia.

Finalmente, al examinar los resultados de la población objeto de estudio en relación a las variables inteligencia emocional y resiliencia, es posible señalar que la información que se ha obtenido, admite identificar la necesidad de realizar estudios longitudinales, que permitan analizar variables del proceso formativo que favorecen una formación resiliente de futuros profesionales en salud mental. Se encuentra similitud con los resultados de la investigación realizada por López, Martínez, Serey, Velasco y Zúñiga (2013), con estudiantes de carreras pedagógicas de una Universidad Estatal de la Región de Valparaíso, en la cual se da como resultado el requerimiento de apoyo en las carreras universitarias así como la necesidad de realizar estudios longitudinales con los que se logre examinar cuáles son los factores que favorecen la resiliencia de los estudiantes durante el proceso formativo.

4.3. Conclusiones

Al concluir este trabajo se observa que los estudiantes sujetos de análisis muestran un perfil característico de niveles adecuados de inteligencia emocional a nivel global y en las dimensiones que evalúa el test, demostrando que cuentan con los recursos emocionales para afrontar situaciones adversas logrando modular las mismas. No obstante, se evidencia que los hombres presentan un nivel más bajo que las mujeres en la dimensión Claridad emocional.

Una de las conclusiones que generó el estudio de la resiliencia en los estudiantes de Psicología, es que, a pesar de las dificultades que enfrentan los estudiantes, la mayoría de ellos tienen una capacidad de resiliencia que les permite enfrentar estas adversidades siguiendo estrategias de regulación emocional. Considerando que los estudiantes obtuvieron

puntajes medios en resiliencia, esta circunstancia puede deberse a la exigencia a que se enfrentan y los diversos escenarios que generan malestar y requieren la adquisición de conductas y conocimientos con cierto nivel de resiliencia.

De manera general, se concluye que mejorar las habilidades de inteligencia emocional y resiliencia, resulta relevante para la salud mental de los estudiantes de Psicología, específicamente, la capacidad de percibir y comprender las emociones, como habilidad intrínseca del ser humano está involucrada en el desarrollo de procesos de regulación emocional que ayudan a prevenir, gestionar y afrontar los problemas y el estrés al que están expuestos diariamente. Además, los estudiantes de la salud deben tener ciertas habilidades emocionales que les permitirán más adelante ser referentes en cuanto a comportamientos, actitudes y emociones.

4.4. Recomendaciones

De acuerdo a los hallazgos encontrados podemos sugerir las siguientes recomendaciones:

Para la población y la Universidad

Generar una bitácora de las emociones que les han generado a los estudiantes ciertas situaciones en la universidad, debido a que identificarlas y tratarlas hará que se reduzcan los sentimientos negativos y potencien los positivos.

Realizar ejercicios grupales donde se trabaje el manejo de las emociones como alternativa para tener control de estas de manera adecuada, conociéndose a sí mismos y siendo conscientes de sus reacciones frente a determinadas situaciones.

Seguir promoviendo investigaciones de este tipo en la educación básica y media, para empezar a prevenir problemáticas relacionadas a las variables estudiadas desde edades más tempranas.

Se requiere mayor preocupación e inversión de parte de la Universidad en programas sociales dirigidos al desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes. Se recomienda brindar talleres de desarrollo personal a los docentes de la carrera de Psicología, con el propósito de incrementar sus habilidades sociales y asertividad, lo que les permitirá generar una adecuada interacción con los estudiantes, brindando la posibilidad de abordar de manera oportuna los posibles conflictos emocionales que estos puedan llegar a presentar.

Para estudios similares

Realizar investigaciones no solo desde el enfoque cuantitativo sino también del cualitativo y mixto, lo cual permitirá explorar a mayor profundidad el objeto de estudio, conociendo la experiencia individual de cada estudiante.

En cuanto a la población, se recomienda tomar una muestra que esté atravesando por situaciones complicadas como problemas de violencia o hijos de familias monoparentales, y evaluar el desarrollo de la inteligencia emocional y resiliencia ante estas situaciones específicas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Caicedo, J. y Mosquera, J. (2019). *Fortalecimiento de la inteligencia emocional con el fin de optimizar la conducta resiliente en las familias y estudiantes del grado sexto D, pertenecientes a la Institución Educativa Don Bosco, del Municipio de Popayán* [proyecto de grado, Fundación Universitaria de Popayán].
- Caldera, J., Aceves, B. y Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19(36), 227-239.
- Castaño, L. (2018). *Nivel de inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de la Universidad de La Laguna* [trabajo de grado, Universidad de La Laguna].
- Cejudo, J., López, L., & Rubio, J. (2016). Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología*, 52–57.
- Cerquera, A. y Pabón, D. (2016). Resiliencia y variables asociadas en cuidadores informales de pacientes con Alzheimer. *Revista Colombiana de Psicología*, 25(1), 33-46.
- Congreso de Colombia. (6 de septiembre de 2006), Artículo 50 [Ley 1090 de 2006]. DO: 46.383.
- Crombie, P., López, M., Mesa, M. y Samper, L. (2015). Adaptación de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. *Adaptación Wagnild - Young*. Bogotá, Colombia.
- Duerto, A. (2016). Inteligencia emocional, resiliencia y uso de sustancias para manejar los estados de ánimo en trastorno bipolar. Pontificia Universidad Comillas. Madrid, España.
- Egoávil, J. (2019). *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de 2do año de secundaria de la Institución Educativa de la Provincia Constitucional del Callao - 2019* [tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Digital Institucional <https://hdl.handle.net/20.500.12692/45583>
- Estévez, R., Basset, I., Flores, J., Sánchez, A. y Pérez, M. (2019). Estado resiliente de estudiantes de la licenciatura en enfermería con riesgo de deserción. *Revista Cubana de Enfermería*, 35(3).

- Escudero, C. y Cortes, L. (2018). Técnicas y métodos cuantitativos para la investigación científica. *Editorial UTMACH*. Machala, Ecuador.
- Extremera, N y Fernández-Berrocal, P, *et al.* (2013). Test TMSS-24.
- Fernández Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and Reliability of the Spanish modified version of the trait meta-mood scale. *Psychological Reports*. 3(94) pp. 751 - 755.
- Fernández-Berrocal, P. y Ruiz Aranda D. (2008). La inteligencia emocional en la educación. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 15, 6(2), 421-436.
- Glass, G., & Hopkins, K. D. (1984). *Statistical methods in education and psychology*. Prentice-Hall (Englewood Cliffs, N.J.)
- Goleman, D. (1997). La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual. (4ª edición). *Litoarte*. México.
- Guarniz, J., y Pereda, E. (2016). *Inteligencia Emocional y resiliencia en Estudiantes Universitarios 2015*. [Tesis de maestría, Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI]. Repositorio Institucional UCT. <http://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/265>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.). México D.F: Mc Graw. Hill
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación*. (Quinta Edición). México: McGraw-Hill.
- Hincapié, L. (2019). *Desarrollo de la inteligencia emocional y capacidad resiliente en niños y niñas de 6 y 7 años, pertenecientes al Instituto Latinoamericano de la ciudad de Manizales* [trabajo de grado, Universidad Santo Tomás]. Repositorio Institucional. <http://hdl.handle.net/11634/17444>
- Leal, A. (2011). La inteligencia emocional. *Innovación y experiencias educativas*, 39.
- Lepkowski, J. M. (2008) “Telephone survey methods: adapting to change”, en J.M. Lepkowski; C. Tucker; J.M. Brick; E.D. de Leeuw; L. Japoc; P.J. Lavrakas; M.W.

Link y R.L.Sangster (eds), *Advances in telephone survey methodology*, New York, Wiley, pp. 26.

Limaymanta, K. (2014). *Resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de instituciones educativas del distrito de Huancayo* [tesis de maestría, Universidad Nacional del Centro del Perú]. Repositorio UNCP Institucional. <http://hdl.handle.net/20.500.12894/3249>

Liu, W. C. (2008) A self-determination approach to understanding students' motivations in project work. *Learning and Individual Differences*, 19, 1, 139-145.

López, D. Y., Martínez, S. C., Serey, Z. Y., Velasco, A. A. y Zúñiga, R. C. (2013). Factores de Resiliencia en Estudiantes de Carreras Pedagógicas de una Universidad Estatal de la Región de Valparaíso. *Revista de Psicología – Universidad Viña del Mar*, 3 (5), 76-89.

Lugo, M. (2020). *Inteligencia Emocional y Resiliencia en los Estudiantes del IV Ciclo de Educación Primaria de la Institución Educativa Particular San Francisco de Asís - Ate* [tesis de maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle].

Magnano, P., Craparo, G. y Paolillo, A. (2016). Resiliencia e Inteligencia Emocional: qué rol tienen en la motivación al logro. *Revista Internacional de Investigación Psicológica*, 9(1), 9-20.

Matínez, A. (2015). *Importancia de la Resiliencia e Inteligencia Emocional en el Consumo de Cocaína* [tesis doctoral, Universidad de Castilla - La Mancha].

Mikulic, I. M., Crespi, M. C. y Cassullo, G. L. (2010). Evaluación de la inteligencia emocional, la satisfacción vital y el potencial resiliente en una muestra de estudiantes de Psicología. *Anuario de Investigaciones*, 17, 169-178.

Mousalli, K. G. (2016). *Métodos y Diseños de Investigación Cuantitativa*. Mérida, Venezuela.

Ojeda, D. y Steffens, E. (2017). Resiliencia y su influencia en vendedores de empresas multinivel colombianas. *Revista Espacios*, 38(61), 23.

- Ramos, N., Enríquez, H. y Recondo, O. (2012). *Inteligencia emocional plena*. Barcelona, España: *Kairós*.
- Ramírez, P. (2017). *Niveles de inteligencia emocional en jóvenes de grado 10 y 11 en un colegio público de Manizales* [tesis de maestría, Universidad de Manizales].
- Redondo, M. y Acosta, A. (2018). *Inteligencia Emocional y Bienestar psicológico en Estudiantes del programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar*. Valledupar, Colombia.
- Rey, L. y Extremera, N. (2012). Inteligencia emocional percibida, felicidad y estrategias distractoras en adolescentes. *Boletín de Psicología*, 104, 87-101.
- Roque, M. (2020). *Relación entre resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de un centro preuniversitario privado de lima metropolitana-2020* [tesis de grado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]
- Ruiz, I. (2014). Los niveles de las dimensiones de inteligencia emocional en los alumnos de primero y quinto año de las carreras de psicología clínica e industrial de la jornada vespertina. Guatemala.
- Saavedra, E. y Villalta, M. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. *Liberabit*, 1(14), 31-40.
- Salguero, J. M., Palomera, R., & Fernández-Berrocal, P. (2012) Perceived emotional intelligence as predictor of psychological adjustment in adolescents: a 1-year prospective study. *European Journal of Psychology of Education*, 27(1), 21-34.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination. Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. doi: 0.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg
- Salovey, P., Stroud, L. R., Woolery, A., & Epel, E. P. (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity, and symptoms reports: further explorations using the Trait Meta-Mood-Scale. *Psychology and Health*, 17, 611-627.
- Sarmiento, A. M. (2017). *Estrategias de aprendizaje e inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico en inglés en estudiantes universitarios a distancia* [tesis

de maestría, Universidad Internacional de la Rioja]. Repositorio Institucional Re-UNIR. <https://reunir.unir.net/handle/123456789/4730>

Tucker, M. (2004). *The Pet Partners Team Training Course Manual*. Bellevue, WA: Delta Societ.

Vergel, M., Gómez, C. S., y Gallardo, H. D. (2021). Resiliencia en mujeres universitarias en Norte de Santander, Colombia. *Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales, Niñez Y Juventud*, 19(3), 1–19. <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.19.3.4590>

Wagnild, G., Young, H. (1993b). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.

Apéndices

Apéndice A.

Cuestionario de datos sociodemográficos

CUESTIONARIO DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

A continuación, encontrará una serie de preguntas generales cuyo objetivo en la presente investigación es identificar características sociodemográficas de las personas que participan en el estudio y responden los cuestionarios.

Su participación es voluntaria, anónima y cobijada por el principio ético del secreto profesional (nadie podrá conocer su información personal sin su consentimiento).

¿Cuál es su edad? : (_____)

¿Cuál es su sexo?: Mujer (___) Hombre (___)

¿Cuál es su estrato socioeconómico? (1) (2) (3) (4) (5) (6)

Apéndice B.*Escala TMMS-24 de Fernández, Extremera y Ramos*

TMMS-24.

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5

17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Apéndice C.

Escala de resiliencia de Wagnild y Young en su versión adaptada al español por Crombie, López, Mesa y Samper

Adaptación de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

Ítems	En desacuerdo				De acuerdo			
	1	2	3	4	5	6	7	
1. Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7	
2. Generalmente me las arreglo de una u otra manera.	1	2	3	4	5	6	7	
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.	1	2	3	4	5	6	7	
4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).	1	2	3	4	5	6	7	
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7	
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.	1	2	3	4	5	6	7	
8. Me siento bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7	
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7	
10. Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7	
11. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	
12. Me tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7	
13. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.	1	2	3	4	5	6	7	
14. Soy autodisciplinado(a).	1	2	3	4	5	6	7	
15. Mantengo interés por las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	
16. Por lo general encuentro de que reírme.	1	2	3	4	5	6	7	
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7	

18. En una emergencia soy alguien en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.	1	2	3	4	5	6	7
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.	1	2	3	4	5	6	7
21. Mi vida tiene sentido.	1	2	3	4	5	6	7
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto si hay personas a las que no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

Apéndice D.*Consentimiento informado*

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Fecha: _____

Yo _____, identificado(a) con cédula de ciudadanía número _____. Voluntaria y conscientemente, doy consentimiento para participar en el estudio titulado Relación entre inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes de cuarto semestre de Psicología de la Universidad Popular del Cesar, 2020 en el cual se utilizará la Escala (TMMS-24) para medir nivel de resiliencia y Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, cuyo proceso de aplicación es llevado a cabo por María Dolores Liñán Mendoza y Angie Paola Toloza Florez estudiantes de psicología de la Universidad Popular del Cesar. Por este medio expreso que recibí una explicación clara y completa de la naturaleza general y de los propósitos de la prueba, así como de la razón específica por la que se me somete a esta. También recibí información sobre los tipos de pruebas y otros procedimientos que van a aplicarse y la forma en que se utilizarán los resultados.

Estoy consciente de que quizás no es posible que la persona que aplica la prueba me explique todos los aspectos de la misma hasta que haya terminado. Soy conecedor (a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio cuando lo estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Entiendo que me informarán sobre los resultados y estos se manejarán con estricta confidencialidad y solo con mi consentimiento se le podrán presentar a otra persona y o institución pública o privada. En este momento autorizo a que se envíe una copia de los resultados a:

_____.

Firma de la persona que presenta la prueba

Documento de identidad _____

Firma de las personas que aplican la prueba

Documento de identidad _____