



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

TEMA:

ESTUDIO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI SECCIÓN VESPERTINA DEL CANTÓN AMBATO.

Proyecto de investigación previo a la obtención del Título de Psicólogo General de la Universidad Tecnológica Indoamérica Modalidad Investigación fenomenológica descriptiva

Autor(a)

Muzo Peñafiel Darío Javier

Tutor(a)

Psc. Ind. Taruchín Pozo Luis Fernando MSc.

AMBATO – ECUADOR

2020



**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA
CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

Yo DARÍO JAVIER MUZO PEÑAFIEL, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Estudio de la Inteligencia Emocional y el Consumo de Alcohol en Estudiantes de tercer año de Bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui sección vespertina del Cantón Ambato, como requisito para optar al grado de “Psicólogo General” y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato a los veinte y cinco días del mes de agosto de 2020, firmo conforme:

Autor: Darío Javier Muzo Peñafiel

Firma:

Número de Cédula: 180445697-6

Dirección: Tungurahua, Ambato, San Bartolomé de Pinillo.

Correo Electrónico: javi_muzo@hotmail.com

Teléfono: 0939067647

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “**ESTUDIO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI SECCIÓN VESPERTINA DEL CANTÓN AMBATO.**” presentado por Darío Javier Muzo Peñafiel, para optar por el Título de Psicólogo General.

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Ambato 25 de agosto de 2020



Psc. Ind. Luis Fernando Taruchaín Pozo MSc

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Psicólogo General son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Ambato 25 de agosto del 2020

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Dario Javier Muzo Peñañiel', with a stylized flourish below it.

Dario Javier Muzo peñañiel
C.C. 1804456976

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: ESTUDIO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI SECCIÓN VESPERTINA DEL CANTÓN AMBATO, previo a la obtención del Título de Psicólogo General, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Ambato,, de de 201...



.....
Ps. CL. Jorge Luis Cisneros Bedon Mg
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL



.....
Psc. Gabriela Abril Lucero
VOCAL



.....
Dra. Escobar Parra Norma Dalinda. Mg
VOCAL

DEDICATORIA

El presente trabajo de titulación se los dedico a mis padres quienes han sido el pilar fundamental y gracia a su esfuerzo y dedicación han hecho de mí una persona emprendedora, a mi esposa e hijos que cada día con su apoyo he logrado llegar a mis metas propuestas.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios en primer lugar por brindarme sabiduría para poder enfrentar cada uno de los obstáculos que se me atravesaron en mi vida. A mi familia, que gracias a su apoyo incondicional y por estar siempre presente en esta etapa de mi vida a mis queridos profesores quienes han sido mis guías dentro y fuera del aula.

A mi decana Dra. Norma Escobar agradecerle por cada una de sus enseñanzas impartidas, el apoyo incondicional que me brinda y ser un ejemplo a seguir.

A mi tutor Psc. Ind. Fernando Taruchain por la paciencia y experiencia brindada y ser una guía para poder culminar esta etapa de mi vida.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	i
EL REPOSITORIO DIGITAL	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	iv
APROBACIÓN TRIBUNAL	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO	vii
INDICE DE CONTENIDOS	viii
RESUMEN EJECUTIVO	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN	xiii

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA	1
Contextualización	2
Antecedentes	4
Contribución teórica, social	5
Fundamentaciones	6
Fundamentación Epistemológica	6
Fundamentación Psicológica	6
JUSTIFICACIÓN	7
OBJETIVOS	9
Objetivo General	9
Objetivos Específicos	9

MARCO CONCEPTUAL

INTELIGENCIA EMOCIONAL	10
Componentes	14
Clasificación	17
Modelos	19
CONSUMO DE ALCOHOL	24
Definición	24
Efectos	25

Etiología.....	28
Niveles de riesgo	33
CAPÍTULO II	
METODOLOGÍA.....	36
Diseño del trabajo.....	36
Área de estudio.....	37
Delimitación espacial.....	37
Población y muestra.....	37
Instrumentos de investigación	38
Confiabilidad.....	40
Validación	40
Cuestionario de Alcohol (AUDIT).....	42
Confiabilidad del instrumento.....	43
Procedimientos para obtención y análisis de datos.	43
Actividades.....	44
CAPÍTULO III	
ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	45
CAPÍTULO IV	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	54
RECOMENDACIONES	55
DISCUSIÓN.....	56
CAPÍTULO V	
PROPUESTA	57
TEMA	57
JUSTIFICACIÓN.....	57
OBJETIVOS.....	58
Objetivo General	58
Objetivos Específicos	58
ESTRUCTURA TÉCNICA DE LA PROPUESTA	58
ARGUMENTACIÓN TEÓRICA.....	59
DISEÑO TÉCNICO DE LA PROPUESTA	60
Bibliografía.....	75
CONTENIDO DE TABLAS	
Tabla N° 1 Población y Muestra	37

Tabla N°2: Interpretación Cualitativa	41
Tabla N°3: Clasificación instrumento AUDIT	42
Tabla N°4: Alfa de Cronbach	43
Tabla N° 5: Inteligencia Emocional General	45
Tabla N°6: General Conducta de riesgo de consumo de alcohol.....	46
Tabla N°7: Frecuencia Observada	48
Tabla N°8: Frecuencias Esperadas.....	50
Tabla N°9: Cálculo del Chi Cuadrado.....	51

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N°1: Población y muestra incluir los dos datos	38
Gráfico N°2: Inteligencia Emociona General.....	45
Gráfico N°3: Consumo de alcohol	47
Gráfico N°4: Cálculo del Chi Cuadrado.....	52

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLÓGIA

TEMA: “ESTUDIO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI SECCIÓN VESPERTINA DEL CANTÓN AMBATO”

AUTOR: Darío Javier Muzo Peñafiel

TUTOR: Psc. Ind. Taruchain Pozo Luis Fernando Mg.

RESUMEN EJECUTIVO

El presente estudio tiene como objetivo medular investigar la Inteligencia Emocional y su relación con el consumo de alcohol tomando en consideración 49 estudiantes de tercer año de bachillerato de la unidad educativa Rumiñahui del cantón Ambato. Dentro del contexto de las normas éticas de investigación, se aplicaron los reactivos psicológicos; Inventario de cociente emocional y social de Baron (I-CE) dándonos como resultado predominante que el 63% de la población presenta una inteligencia emocional promedio por otro lado se aplicó el Cuestionario de alcohol (AUDIT) proporcionándonos resultados, que 70% de los estudiantes no presentan problemas relacionados al consumo de alcohol, además con la prueba estadística del Chi cuadrado se obtuvo un valor experimental de 6,3623, permitiéndonos enfocarnos en la hipótesis nula la cual menciona que la inteligencia emocional no influye en el consumo de alcohol en los estudiantes. Finalmente, en base a los resultados obtenidos se han enfocado en la variable dependiente, consumo de alcohol, en el desarrollo de la propuesta que aportara una solución a la problemática, por ende, se diseñaron talleres que permitan, aportar información sobre definición, características, consecuencias fisiológicas, psicológicas, sociales y aportar con estrategias útiles para reducir el consumo de alcohol.

PALABRAS CLAVES: consumo de alcohol, Inteligencia emocional, factores de riesgo, estrategias cognitivo-conductuales.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA FACULTAD

DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD CARRERA DE

CIENCIAS PSICOLÓGICAS

TEMA:” STUDY OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ALCOHOL CONSUMPTION IN THIRD-YEAR HIGH SCHOOL STUDENTS FROM THE RUMIÑAHUI EDUCATIONAL UNIT EVENING SECTION OF CANTÓN AMBATO.”

AUTHOR: Darío Javier Muzo Peñafiel

TUTOR: Psc. Ind. Taruchain Pozo Luis Fernando Mg.

ABSTRACT

The main objective of the present study is to investigate Emotional Intelligence and its relationship with alcohol consumption, taking into consideration 49 third-year high school students from the Rumiñahui educational unit in the Ambato canton. Within the context of the ethical norms of investigation, the psychological reagents were applied; Baron's emotional and social quotient inventory (I-CE), giving us as a predominant result that 63% of the population presents an average emotional intelligence, on the other hand, the Alcohol Questionnaire (AUDIT) was applied, providing us with results, that 70% of the students They do not present problems related to alcohol consumption, in addition with the statistical test of Chi square an experimental value of 6.3623 was obtained, allowing us to focus on the null hypothesis which mentions that emotional intelligence does not influence alcohol consumption in students . Finally, based on the results obtained, they have focused on the dependent variable, alcohol consumption, in the development of the proposal that would provide a solution to the problem, therefore, workshops were designed that allow, provide information on definition, characteristics, physiological, psychological and social consequences and to contribute with useful strategies to reduce alcohol consumption.

KEY WORDS: alcohol consumption, emotional intelligence, risk factors, cognitive-behavioral strategies.

INTRODUCCIÓN

En la presente investigación se hizo hincapié a la inteligencia emocional, recalcando su importancia en la colectividad ya que implica la capacidad de construir una emoción que se ajuste a un contexto particular y la capacidad de gestionar respuestas emocionales, por otro lado, el alcohol es uno de los causantes directos que afecta al ser humano en su círculo social y emocional siendo este un tema de relevancia por el cual es factible para la investigación.

El contenido del trabajo investigativo se desglosa en varios capítulos así: El Capítulo I presenta el problema de investigación; antecedentes investigativos que identifica el contexto en el que se ubica el problema, en la justificación se describe el interés acorde al tema de investigación, impacto, factibilidad del mismo y los objetivos que se cumplirán en el desarrollo de la investigación.

Continuando con el Capítulo II se abordaron aspectos sobre la metodología utilizada como fundamentaciones epistemológicas y psicológicas además en este capítulo se describe la población de estudio y los reactivos que se utilizaron para cada variable el Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE) y Test de Identificación de Trastornos Relacionados con el Uso del Alcohol (AUDIT).

En el capítulo III, denominado el Análisis de Resultados; se realiza el análisis e interpretación de los resultados obtenidos a través de la aplicación de los instrumentos y aplicación de la prueba estadística del chi cuadrado con la decisión de la misma.

En cuanto al capítulo IV muestra las conclusiones y recomendaciones de la investigación en base a los resultados obtenidos, así como la respectiva discusión en torno a la culminación del proceso investigativo. Finalmente, en el capítulo V contiene la propuesta como respuesta a la problemática investigada; la misma que

consta del plan operativo en el que se describen las fases, etapas, actividades y tiempo que ayudarán a organizar de manera comprometida el plan de trabajo mediante el cual se pretende llegar a la población involucrada.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

El presente estudio se realizó en la Unidad Educativa Rumiñahui una Institución de educación básica nivel secundario de modalidad presencial de jornada matutina y vespertina situado en el Cantón Ambato.

(Solares, et al., 2018) menciona que la inteligencia emocional es considerada como la capacidad para percibir con precisión, comprender y razonar las emociones interpersonales con los demás, es así que, en el campo de la emoción y el reconocimiento, es muy importante para describir e interpretar emociones y sentimientos que juega un papel importante en la salud mental y el éxito en los ámbitos académico, profesional y social. por otro lado, Cortez, et al., (2017) describe al consumo de alcohol una problemática en los jóvenes ya que es una sustancia tóxica, psicoactiva y crea un mayor riesgo de depresión, ansiedad, se evidencia niveles bajos con respecto al autoestima, también menciona que consumir bebidas alcohólicas afecta tanto su parte física y psicológica.

Finalmente, mediante el dialogo y previas reuniones con las autoridades del plantel fue factible observar y evidenciar que la mayor parte de los estudiantes de tercer año de bachillerato de la sección vespertina concurren a recibir clases en estado etílico y presentan conflictos con sus docentes y familiares, además se evidencia problemas de salud tales como trastornos del estado de ánimo, ansiedad y un bajo rendimiento académico, por otro lado se les dificulta el trabajo asertivo con sus compañeros al momento de realizar tareas.

Contextualización

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud o en siglas OMS (2018), indica que más de 3 millones de personas murieron a consecuencia del consumo de alcohol y esto representa a un 5% de la carga mundial de mortalidad

Se estima que en el mundo hay 237 millones de hombres y 46 millones de mujeres que padecen trastornos por consumo de alcohol. La mayor prevalencia entre hombres y mujeres se registra en la Región de Europa (14,8% y 3,5%) y la Región de las Américas (11,5% y 5,1%). Los trastornos por consumo de alcohol son más frecuentes en los países de ingresos altos. (p.1).

Los países en donde el estatus económico es alto se evidencia que tienen altos niveles de consumo de bebidas alcohólicas y se registran cantidades alta de muertes, el consumo de alcohol en cada país varía mucho y se ve afectado por las leyes, la cultura y otras características de cada país. realiza un estudio en donde se menciona que en jóvenes a partir de los 15 años aproximadamente 1 de cada 4 estudiantes informan las consecuencias académicas del consumo de alcohol, incluida la falta y retraso de clases, el mal desempeño académico; el consumo excesivo de alcohol en estudiantes afecta tanto a la parte familiar como personal los estudiantes se encuentran en una etapa específica para experimentar más libertad para tomar decisiones personales sobre sus comportamientos de salud por ende se debería obtener estrategias específicas de cada país para reducir el consumo de alcohol, por ejemplo, programas de concientización educativa sobre el consumo de alcohol y esquemas de prevención del alcohol entre los jóvenes. Por otro lado la OMS, (2019) a nivel mundial, el consumo nocivo de alcohol causa aproximadamente 3,3 millones de muertes cada año o el 5,9% de todas las muertes, y el 5,1% de la carga mundial de enfermedad el consumo mundial en el 2019 fue de 6.2 litros de alcohol puro consumido por personas de 15 años o más, dado así que solo américa latina representa un 3.9% de muertes por consumo de alcohol dividiéndose en cada uno de los países en donde Brasil, Chile y Ecuador son los países con un alto porcentaje de consumo de bebidas alcohólicas.

La Organización Panamericana de la Salud o en siglas OPS, (2017) menciona que el promedio en el mundo es a partir de los 15 años en adelante el 35% se consume bebidas alcohólicas solo en las regiones de América el 15% consume bebidas alcohólicas, en los países de Guatemala, Nicaragua y el Salvador tienen las tasas más altas de mortalidad dando un porcentaje del 4.3% por causas del alcohol que reflejan patrones nocivos de consumo. Por otro lado, según la Organización de Estados Americanos eo en siglas OEA, (2019) en sus estadísticas sobre el consumo de drogas incluido el alcohol y el tabaco en 33 países del hemisferio Occidental presentan una serie de hallazgos que contiene información de América del Norte México y Estados Unidos, de América Central Costa Rica, Panamá y el Salvador, América del Sur Bolivia, Argentina, Chile, Ecuador, Colombia, y dan como resultado que la mayor parte de consumidores son adolescentes de entre 12 a 18 años en donde el 43.59% de adolescentes ingieren alguna bebida alcohólica es problemático y se ha registrado que tiene un alto porcentaje de mujeres que oscilan entre el 12% y 17% son consumidoras, así existen varios factores por el cual consumen bebidas alcohólicas ya sea por el género y la edad, estado socioeconómico familiar, como ingresos y nivel educativo de los padres; y factores relacionados con el estilo de vida, como la salud subjetiva, la actividad física, la conciencia nutricional y la calidad de vida, es así que en promedio del año ha aumentado un 5.8% de los datos antes mencionados.

Según el registro del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC, 2018) El Ecuador país ubicado en América Latina con una población de 17.5 millones de habitantes tiene como promedio de 3'453.955 jóvenes que se encuentra dividido entre 1'761.182 jóvenes de género masculino y 1'692.813 del femenino; en los estudios realizados los jóvenes que consumen alcohol es el 78%, equivalente a una población de 2'694.085, la mayor parte es consumido por el género masculino especialmente por adolescentes causándoles diferentes tipos de enfermedades y afecciones incluidos lesiones y trastornos mentales y de comportamiento, al mismo tiempo consumir alcohol aumenta el riesgo de una amplia gama de daños sociales en la población.

Según la investigación realizada por la Secretaría Nacional de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (Senesyct, 2018) con el tema Determinantes Sociales y Económicos del Consumo de Alcohol en Ecuador determina que las personas de bajos recursos económicos tienen “un 1.12% de probabilidades de consumir alcohol, así también influye la formación académica, en la actualidad se evidencia que los adolescentes son el foco principal de consumo lo que equivale a 26.3% a nivel país”, las causas principales serían la cultura arraigada en nuestro país. Por otro lado, el Ministerio de Salud Pública (MSP, 2017) en investigaciones realizadas en poblaciones Universitarias reportaron que “el 70.4% uso alcohol alguna vez en el último año siendo mayor en los hombres 47.8% que en las mujeres 22.7% y clasifica como consumidores de riesgo el 36.8% y el 15.5% presentaba signo de dependencia”.

Antecedentes

Para ampliar la información, se acudió a varias investigaciones relacionadas con el tema propuesto, entre ellas se destacan las más importantes, mencionadas a continuación:

En la investigación sobre la inteligencia emocional y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios, Brito (2018), determinó que, la inteligencia emocional y el consumo de alcohol por medio del programa estadístico SPSS en donde da como resultado la independencia de las variables, las cuales no poseen relación alguna. Por otro lado Ramos (2018) en su investigación sobre la inteligencia emocional concluye que la mayoría de las definiciones existentes de Inteligencia Emocional son características individuales medibles, esto significa que es una forma de experimentar y procesar emociones e información emocional, así también es la capacidad de identificar y gestionar las emociones personales de los demás, haciendo un fiel análisis acerca de las emociones y la capacidad de emplear sentimientos y conocimiento emocional. Por otro lado, Cherniss (2016) en su artículo sobre la Inteligencia emocional y el desempeño laboral concluye que, la Inteligencia Emocional es la capacidad de procesar información emocional de

manera precisa y eficiente. En otras palabras es la capacidad para reconocer el sentimiento de uno mejor que los demás, motivando el buen manejo de emociones y relaciones propias, además el propio sentimiento y ser capaz de manejarlos; ser capaces de motivarnos para hacer el trabajo, ser creativo y con el mejor rendimiento a nuestro nivel; ser sensible y capaz de manejar las relaciones de manera efectiva por otro lado la inteligencia emocional se refiere a las capacidades para reconocer y regular las emociones en nosotros y en los demás. Así Ruiz (2017), en su investigación sobre la Inteligencia emocional y el liderazgo, concluye que puede ser tan poderosa y, a veces, más poderosa que la Inteligencia Cognitiva para predecir éxito en varios desafíos de la vida, además afirma que la Inteligencia Cognitiva puede clasificar a las personas antes de comenzar una carrera; eso determina qué profesiones pueden tener. Por otra parte, Bachelor, (2015), analizo la Inteligencia Emocional y Estrategias de Aprendizaje por lo cual refiere que las emociones son estaciones de relevo entre la entrada sensorial y el pensamiento. Cuando la entrada sensorial se interpreta positivamente, y nos encontramos con una actitud motivadora para actuar y lograr un objetivo. Cuando se interpreta negativamente el ser humano no actúa y por ende no aprende, así también menciona que las emociones negativas como la ansiedad, la depresión, la ira o la frustración pueden interferir y ser el resultado de problemas con aprendizaje, creando un patrón de comportamiento des adaptativo y autodestructivo, que impide el aprendizaje y el crecimiento mental/emocional.

Entonces se puede concluir que la inteligencia emocional entendida como la capacidad de regular y comprender las emociones de una manera adecuada y la correlación de asociarse con las conductas de riesgo para la salud, una de estas el consumo de alcohol, evidenciado que el consumo de alcohol es uno de los temas más relevantes en los contextos preventivos.

Contribución teórica, social

El trabajo de tesis contribuye de manera teórica ya que contendrá datos estadísticos que puede permitir a los demás investigadores a consolidar mayor información sobre las variables estudiadas en el ámbito social contribuirá como

estudio que ayudará a los estudiantes de la Unidad Educativa Rumiñahui sección Vespertina a mejorar los niveles de Inteligencia Emocional y a definir mejores aspectos para su desarrollo personal, en donde se fortalezca las adecuadas relaciones personales, sabiendo que el manejo emocional adecuado contribuye a una actuación asertiva de los diferentes aspectos y problemas cotidianos presentes en el desarrollo de vida de cada uno de los sujetos, tratando de evitar la disminución del consumo de alcohol, el mismo que en niveles elevados conlleva a problemas biopsicosociales en donde el estudiante buscará la manera de adaptarse a su contexto dejando de lado la influencia negativa.

Fundamentaciones

Fundamentación Epistemológica

La presente investigación tiene como base fundamental el intelectualismo, que es la corriente filosófica, la cual promueve y ayude al hombre para dirigir y generar conocimientos, es la razón y la experiencia, sustenta al intelecto y esto va generando una cadena de acciones hacia las personas, sin dejar a un lado al pensamiento ente fundamental para la formación de ideas en base a la realidad, la experiencia y conocimiento (Benítez 2016). Comprendiendo así la importancia de la adquisición teórica en este caso de las dos variables de estudio y la parte empírica, es decir el estudio de campo, logrando investigar la influencia de la variable inteligencia emocional en el consumo de alcohol.

Por otro lado, el intelectualismo será de gran aporte a las variables ya que, por medio de la interacción del pensamiento y la experiencia, se generarán al individuo una variedad de opciones generando así a tomar decisiones basadas en la realidad.

Fundamentación Psicológica

La presente investigación se basa en el enfoque cognitivo - conductual, teniendo en cuenta que ayuda a las personas a identificar, aprender y cambiar patrones de pensamiento destructivos o perturbadores que tienen una influencia negativa en el comportamiento y las emociones (Cherry, 2020). En base a lo anteriormente argumentado el enfoque cognitivo - conductual nos contribuye en la

manera de comportamiento y desarrollo de los estudiantes, el momento de un consumo de alcohol siendo esto un desencadenante para el desequilibrio del pensamiento emocional ya que pueden dar lugar a comportamientos problemáticos que pueden afectar numerosas áreas de la vida, incluidas la familia, las relaciones románticas, el trabajo y los estudios académicos.

Por lo que podemos decir que al momento de hacer un tratamiento psicológico que esté basado en la modificación de conducta mediante la técnica que genere cambios en el comportamiento. Dentro del establecimiento educativo es de gran utilidad realizar un análisis de la conducta emocional de los estudiantes es decir de la inteligencia emocional y el consumo de alcohol dados que estos dos factores están compuestos por conductas aprendidas que pueden ser modificadas con la utilización de técnicas cognitivas conductuales.

JUSTIFICACIÓN

La importancia de esta investigación implica el describir la relación que existe entre la inteligencia emocional y el consumo de alcohol en estudiantes de tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui sección vespertina del Cantón Ambato. El presente trabajo de investigación es innovador ya que en la Unidad anteriormente mencionada obtendremos datos representativos referente a la problemática estudiada, los cuales pueden concebirse como un conjunto de información para estudios científicos o medidas de intervención frente a la población proclive del tercer año de bachillerato por otro lado tenemos a los estudiantes quienes serán beneficiarios del despeje teórico y la intencionalidad del estudio investigativo, además cabe mencionar que como beneficiarios indirectos pueden ser el resto de población de la Unidad Educativa antes mencionada, sin dejar de lado de los padres de familia y docentes para un posterior acompañamiento.

El trabajo es original ya que no se ha realizado esta investigación con anterioridad dentro de la Institución. Por lo general las instituciones educativas dirigen sus esfuerzos únicamente al desarrollo cognitivo de los estudiantes. Esta investigación es factible ya que cuenta con la disponibilidad, aprobación y apoyo

de las autoridades de la institución, docentes, y estudiantes, quienes proporcionaran información, espacios y tiempo necesario, para realizar el estudio investigativo a más de contar con el material documental bibliográfico, herramientas web, equipos, técnicas e instrumentos que permitan la recolección de datos.

OBJETIVOS

Objetivo General

Investigar la relación de la Inteligencia Emocional en el consumo de alcohol en los estudiantes de tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui sección Vespertina del Cantón Ambato.

Objetivos Específicos

1. Determinar el nivel de inteligencia Emocional de los estudiantes de tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui sección Vespertina del Cantón Ambato.
2. Identificar el nivel de consumo de alcohol en los estudiantes de tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui sección Vespertina del Cantón Ambato.
3. Diseñar una propuesta de solución a la problemática de los estudiantes de la Unidad Educativa Rumiñahui sección Vespertina del Cantón Ambato.

MARCO TEÓRICO

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Definición

Sharma, et ál. (2015), mencionan que la inteligencia es un antiguo término que ha sido utilizado por filósofos griegos como Aristóteles marcado por aspectos cognitivos, como la memoria y la resolución de problemas, así mismo por otros filósofos como Descartes quien definió a la inteligencia como la capacidad de juzgar lo verdadero de lo falso y Spearman, un psicólogo inglés, estableció la teoría de la inteligencia factorial definiéndola como es un procedimiento mediante el cual se evalúa la correlación de variables relacionadas para encontrar un factor subyacente que explique esta correlación, concluyendo que hay un solo factor g que representa la inteligencia general de un individuo a través de múltiples habilidades, y el segundo factor, s , que se refiere a la habilidad específica de un individuo en una área en particular. De igual forma, para Lally (2018), la inteligencia incluye la capacidad de beneficiarse de la experiencia pasada, actuar con determinación, resolver problemas y adaptarse a nuevas situaciones, es así que se basó en otras investigaciones quienes propusieron una teoría Triantica, y definió a la inteligencia como la capacidad de lograr el éxito en función de sus estándares personales y su contexto sociocultural es así que propone que la inteligencia tiene tres aspectos analítico, creativo y práctico; la inteligencia analítica, también conocida como inteligencia componente, refiere a la inteligencia que se aplica para analizar o evaluar problemas y llegar a soluciones; la inteligencia creativa es la capacidad de ir más allá de lo que se da para crear ideas novedosas e interesantes, este tipo de inteligencia implica imaginación, innovación y resolución de problemas , la inteligencia práctica es la capacidad que utilizan los individuos para resolver los problemas que enfrentan en la vida diaria, cuando una persona encuentra la mejor opción entre ellos y las demandas del entorno, adaptarse a ellas implica utilizar el conocimiento adquirido a partir de la experiencia, y afirma que la inteligencia es generalizable en muchas áreas de la vida y sostiene que la inteligencia es como un árbol con muchas ramas diferentes, cada una representando una forma específica de inteligencia. Por otro lado, Thorndike,(citado por Noble, 2017), menciona que

introdujo tres tipos de inteligencias, mecánica, social y abstracta, indicando que un hombre no tiene cierta cantidad de inteligencia, pero si diferentes, fue el primero en identificar la inteligencia emocional como inteligencia social y concretó que la inteligencia social es la capacidad de llevarse bien con los demás, sugiere que las habilidades de la inteligencia emocional son útiles y esenciales en casi todas las áreas de nuestra vida ayudándonos a comprender y actuar de una manera coherente en las relaciones sociales, después Weschsler sugirió que la inteligencia es esencial para el éxito en la vida y definiéndola como la capacidad de actuar, pensar y tratar con otros de manera efectiva. De la misma forma Cattell, (citado por Ruhl 2020) propuso por primera vez los conceptos de inteligencia fluida y cristalizada definiéndola a la inteligencia fluida como la capacidad de resolver problemas en situaciones novedosas sin hacer referencia al conocimiento previo, sino a través del uso de la lógica y el pensamiento abstracto; la inteligencia fluida se puede aplicar a cualquier problema porque no se requieren conocimientos previos específicos mientras que la inteligencia cristalizada se refiere al uso de conocimiento previamente adquirido, como hechos específicos aprendidos en la escuela, habilidades motoras específicas o memoria muscular, a medida que envejece y la acumulación de conocimientos, aumenta la inteligencia cristalizada, concluyendo que la inteligencia fluida y cristalizada plantea que se compone de una serie de habilidades diferentes que interactúan y trabajan juntas para producir inteligencia individual general así también involucran como ente importante a la inteligencia emocional. De igual manera Mayer y Salovey (citado por Jayanti 2018), señalan que la Inteligencia Emocional es la capacidad de monitorear los sentimientos propios y ajenos, discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar el pensamiento y las acciones de sí mismo, es así que definen cinco dominios de la inteligencia emocional que son conocer, manejar, motivarse, reconocer las emociones en los demás y manejar las relaciones, así mismo las personas con alta inteligencia emocional están equipadas con una gran capacidad de salud mental positiva, están abiertos a aspectos positivos y negativos, contribuyen al bienestar, son conscientes y comprenden sus propias emociones y las de los demás, tienen empatía y son agradables para estar cerca.

Según Mangal (2019). Señala que la inteligencia emocional es como el subconjunto de la inteligencia social que implica la capacidad de monitorear los sentimientos y emociones propios y ajenos, discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar sus pensamientos y acciones, existen tres modelos principales de inteligencia emocional, el primer modelo de Peter Salovey y John Mayer percibe la inteligencia emocional como una forma de inteligencia pura, es decir, emocional mencionando así que la inteligencia es una habilidad cognitiva, un segundo modelo de Reuven Bar-On considera la inteligencia emocional como una inteligencia mixta, que consiste en la capacidad cognitiva y los aspectos de la personalidad, este modelo enfatiza e influyen en el bienestar general, definiéndolo como un conjunto de competencias, habilidades y comportamientos emocionales y sociales interrelacionados que impactan el comportamiento inteligente, aparte de ser un modelo validado empíricamente y estar relacionadas directamente con las emociones, genera una psicología positiva y esto conlleva a tener grandes avances en la psicología clínica, el tercer modelo, presentado por Daniel Goleman, también percibe la inteligencia emocional como una inteligencia mixta que involucra a los entes cognitivos y personales y se centra en cómo estos factores determinan el éxito en el lugar de trabajo. De la misma forma Goleman (citado por Chen 2019) , afirma que es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, para motivarnos y para manejar nuestras emociones y relaciones, menciona que básicamente, el cerebro humano tiene dos partes: el cerebro emocional y el cerebro racional en nuestra historia evolutiva, el cerebro emocional vino primero y se encuentra en la base inferior, el racional llegó más tarde y se encuentra en las regiones superiores externas, debido a la estructura del cerebro y sus conexiones con el cuerpo, el emocional actúa más rápido puede anular al racional, algunas personas piensan que las emociones juegan un papel solo en situaciones románticas o en el fragor de una pelea física; sin embargo, de hecho, las emociones están en todas partes, forman nuestras decisiones, nos ayudan a comprender el mundo y son cruciales en cualquier interacción con los demás es así que cada vez que nuestro cerebro almacena experiencias, no solo recopila hechos, también registra nuestros sentimientos y estos sentimientos nos ayudan a aprender de nuestras experiencias; por otro lado el valor de las emociones es la forma en que nos ayudan a interpretar

los sentimientos de los demás, lo que puede ayudar a predecir sus acciones, una de las ventajas que nos dan nuestras emociones es el impulso de actuar, los requerimos para reaccionar rápidamente ante una situación, aquellas personas que han perdido su capacidad de emoción también pierden este impulso para actuar.

Mattingly, (2018) describe que la inteligencia emocional es la capacidad de usar, comprender y manejar sus emociones de una manera efectiva, para poder superar desafíos, empatizar con los demás y de gran ayuda para convertir la intención en acción conectarse con los sentimientos y la de los demás, la capacidad de regular o usar las emociones para afectar positivamente el desempeño de los roles, la toma de decisiones que permiten conocer los estados emocionales de uno mismo. Por otro lado Mayer et ál. (2008), define que la inteligencia emocional es "la capacidad de participar en el procesamiento sofisticado de información sobre las emociones propias y ajenas y la capacidad de utilizar esta información como guía para el pensamiento y el comportamiento" (p. 17), en otras palabras inteligencia emocional es la acumulación de comportamientos y habilidades que contribuyen al éxito de un individuo para reconocer y manejar las emociones de uno mismo y de los demás, las personas emocionalmente inteligentes prestan atención, comprenden y manejan sus emociones de manera que facilite el pensamiento para poder lograr objetivos. De la misma manera Elías (2014) da a conocer que la inteligencia emocional puede caracterizarse como la capacidad de identificar, persistir y controlar las fuerzas impulsoras; e influyen en la toma de decisiones, abordar problemas, y la manera de actuar con otros individuos, estas competencias le permiten a una persona observar y controlar las emociones, garantizar equilibrio y dignidad, formular objetivos, promover la empatía, garantizar la resolución de conflictos.

En el ámbito educativo la inteligencia emocional incluye la capacidad de comprender e influir en las emociones de otras personas, es muy importante en el desarrollo de un adolescente, hay considerable evidencia que apunta a su papel positivo en ayudar a los estudiantes a lidiar con el estrés, desarrollar relaciones y manejar las transiciones que enfrentan, es así que la inteligencia emocional en los

adolescentes cubre su capacidad de usar las emociones de manera efectiva, productiva y adaptativa, ayuda a manejar las emociones negativas y comportamientos, por lo tanto, las habilidades de gestión interpersonal y emocional pueden desempeñar un papel fundamental para ayudar a los estudiantes a manejar mejor los aspectos desafiantes de la vida académica. (Sekhri, 2017).

Componentes

Según Velasco (2015), las competencias emocionales no son talentos innatos, sino capacidades aprendidas en las que se debe trabajar y desarrollar para lograr un rendimiento sobresaliente al igual se cree que las personas nacen con una inteligencia emocional general que determina su potencial para aprender aquellas competencias mencionando así a la autoconciencia o conciencia de sí mismo como primer componente que muestra la diferencia crucial entre estar atrapado en los sentimientos o en el cerebro emocional y dar un paso atrás para darse cuenta de que está siendo arrastrado por las reacciones emocionales, por lo que desarrollar una comprensión más aguda es el primer paso y el más importante en el camino hacia la inteligencia emocional, en el mejor de los casos, la observación de uno mismo permite una conciencia ecuánime de sentimientos apasionados o turbulentos, en conclusión define que es la capacidad de sintonizar sus propias emociones la relación con su propio ser y con el mundo, entendiendo tus propias fortalezas y limitaciones, tener claridad sobre sus valores y sentido de propósito, permitiéndole ser una persona decisiva. Por otro lado, Ugur (2015) menciona dos categorías amplias, al primero autoconciencia interna, representa cuán claramente observamos nuestros propios valores, pasiones, aspiraciones, se ajustan a nuestro entorno, reacciones incluidos pensamientos, sentimientos, comportamientos, fortalezas y debilidades está asociada con una mayor satisfacción laboral y de relación, control personal, social y felicidad, la segunda categoría, la autoconciencia externa, significa comprender cómo nos observan otras personas, en términos de los factores de relaciones personales, control personal y social y la felicidad.

Cherry (2020), menciona que el autocontrol es la capacidad de mantener las emociones e impulsos disruptivos, de regular las emociones, pensamientos y comportamiento efectivamente en diferentes situaciones, es saber cómo equilibrar

tus sentimientos, nos ayuda a manejar conflictos motivacionales, el autocontrol tiene tres partes principales como el monitoreo, implica realizar un seguimiento de sus pensamientos, sentimientos y acciones; las normas son pautas que nos guían hacia respuestas deseables y la fuerza se refiere a la energía que necesitamos para controlar nuestros impulsos, es así que depende de los tres ingredientes trabajen juntos, tal es el caso que sin monitoreo, usted sabe lo que necesita hacer y tiene la energía para hacerlo, pero tiene dificultades para lograr mucho porque no realiza un seguimiento de su progreso. De la misma forma Roy et ál. (2017) describe que el autocontrol es una función central del yo y una clave importante para el éxito en la vida y permite a una persona restringir o anular una respuesta, haciendo posible una respuesta diferente, menciona que existe dos razones principales, el nivel teórico posee claves importantes para comprender la naturaleza y las funciones del yo y las aplicaciones prácticas como el autocontrol inadecuado que se ha relacionado con problemas de comportamiento y de control de impulsos, como comer en exceso, abuso de alcohol y drogas, crimen y violencia, gasto excesivo, conducta sexual impulsiva, embarazo no deseado y fumar. Por otro lado, Goleman (2020) expuso el autocontrol como habilidad que tienen las personas para manejar sus reacciones emocionales, controlar sus impulsos, y recuperarse de los fracasos de la vida. Para el buen manejo de esta inteligencia, necesitaríamos tomar el mando de los propios pensamientos, dirigir oportunamente nuestras excitaciones nerviosas y llegar a ser eficaces en la solución de problemas.

Según Huit (2018), define a la motivación como un estado o condición interna, a veces descrita como una necesidad o deseo que sirve para activar o energizar el comportamiento y darle dirección por ende se asume que la motivación está involucrada en el desempeño de todas las respuestas aprendidas, es decir, un comportamiento aprendido no ocurrirá a menos que esté energizado. Por otro lado, Gonzáles (2019) menciona que la motivación es el proceso psicológico básico, por lo tanto, nunca debe ser subestimada junto con la percepción, la personalidad y el aprendizaje, la motivación es un proceso muy importante para comprender un comportamiento, concluyendo que en la actualidad, prácticamente todos los laicos y académicos tienen su propia definición de motivación y contiene uno o más de

los siguientes términos como deseo, objetivos, metas , necesidades e incentivos, técnicamente, la motivación se puede rastrear hasta la palabra latina movere que significa moverse, un motivo es un estado interno que energiza, activa, mueve, dirige o canaliza el comportamiento hacia los objetivos he ahí la clave para entender la motivación como el proceso básico que impulsa la configuración humana para lograr los objetivos. De la misma forma Goleman (citado por Sergey 2014), menciona que la motivación es una variedad de autogestión mediante la cual modificamos nuestras emociones positivas para encaminarlos hacia nuestros objetivos, controlar los impulsos, la capacidad de pensar antes de hablar, reaccionar y expresarse adecuadamente, finalmente Goleman define la motivación como la madurez emocional, que tiene la capacidad de asumir la responsabilidad de sus acciones, adaptarse al cambio y de responder adecuadamente a las emociones o comportamientos irracionales de otras personas.

Según Velasco (2015), la empatía se basa en la autoconciencia, las emociones de las personas rara vez se expresan en palabras, mucho más a menudo se expresan a través de otras señales, la clave para intuir los sentimientos de otro está en la capacidad de leer canales no verbales como su tono de voz, gesto, expresión facial y similares; así como el modo de la mente racional son las palabras, el modo de las emociones es no verbal, cuando las palabras de una persona no están de acuerdo con lo que se transmite a través de su tono de voz, gesto o canal no verbal, la verdad emocional está en cómo lo dice. De la misma forma, Cowell, (2014) describe que la empatía se considera una virtud y habilidad que son fundamentales para navegar en la vida cotidiana y es considerado como la capacidad de compartir y comprender las experiencias de manera indirecta, promoviendo la cooperación, ayuda y las interacciones beneficiosas con los demás, así entender de una manera más amplia que la empatía es fundamental en nuestras vidas. Por otro lado, Ickes (2016), define como comprender la experiencia de otro individuo al imaginarse en la situación de aquella, por lo cual clasifica en diferentes tipos de empatía como la cognitiva, también conocida como toma de perspectiva es básicamente ser capaz de colocarse en el lugar de otra persona y la empatía emocional es cuando literalmente sientes las emociones de otro individuo que se encuentre junto a ella, también se conoce

como angustia personal o contagio emocional. De forma similar Gallese (2017), menciona que la empatía es una habilidad de comunicación importante que se ha demostrado que afecta tanto la adquisición de conocimiento individual como las relaciones interpersonales y colabora de una forma fundamental para comprender e interactuar con la sociedad, por lo tanto, una de las características fundamentales es la capacidad de persuadir a otras personas para que acepten una idea, se sientan de una manera particular o sigan un cierto curso de acción. la empatía es una herramienta de comunicación utilizada todos los días para comprender a los demás.

Almlund et ál. (2018), argumenta que las habilidades sociales se refieren a las destrezas que tiene un individuo para regular los pensamientos, las emociones y el comportamiento y así determinar qué tan bien las personas se adaptan a su entorno, el desarrollo de las habilidades son necesarias para formar interacciones sociales positivas y duraderas comienza en la infancia y continúa evolucionando a medida que un individuo crece y se desarrolla, es así que las interacciones sociales son un componente importante de casi todos los aspectos de la vidas, el desarrollo de esta habilidad es importante no solo para el bienestar de las personas, sino también para las comunidades y sociedades en general. De la misma manera Little et ál. (2017), afirma que las habilidades sociales se utilizan para comunicarse con los demás y son de gran importancia ya que ayudan a construir, mantener y desarrollar relaciones exitosas tanto profesional como personalmente, sin embargo indica que las habilidades sociales es la forma en que las personas hablan, juegan y trabajan juntas, ayudan a entender y llevarse mejor, hay muchas habilidades sociales diferentes que se aplica a diario y permiten trabajar de una manera más pacífica y considerada.

Clasificación

Según Sternberg (citado por Gardner 2015), quien presenta en su teoría el componente Intrapersonal, menciona que la Inteligencia Intrapersonal está basada en el conocimiento de los aspectos internos del sujeto, por medio de un acceso propio a la vida emocional del individuo, los sentimientos presentan la capacidad de efectuar discriminaciones relacionadas a las emociones con la finalidad de incluir un nombre como medio de interpretación y orientación de la propia conducta, como

señala, esta definición tiene relación con la auto comprensión, control e identificación de las emociones, además si son expresadas adecuadamente las emociones las reacciones emocionales van a ser positivas, y por consiguiente se mantendrá buenas relaciones.

Gardner (2013), expresa que la definición del diccionario de inteligencia puede ser una habilidad subyacente que hace que una persona funcione de manera efectiva en una determinada situación y que tenga la capacidad de comprender y beneficiarse de la experiencia, cree que, como especie, los individuos poseen no solo inteligencia *G* sino un conjunto de inteligencias autónomas, ya sea unitario o múltiple, afirma que hay ocho tipos de inteligencia, interpersonal, intrapersonal, corporal-kinestésica, lógico-matemática, musical, lingüística, espacial y naturalista, la teoría de las inteligencias múltiples considera que tiene habilidades o talentos especiales en cualquier de estos aspectos, todos los individuos poseen estas habilidades en diferentes grados, y pueden desarrollarlos con el tiempo, afirma que la aplicación de cualquiera de estas inteligencias depende de las preferencias personales y de la situación que se encuentre el individuo. De la misma forma Goleman (citado por Goldberg 2017) clasifica las inteligencias personales en cinco grupos, conocer las emociones, manejar las emociones, motivarse, reconocer las emociones en los demás y manejar las relaciones, de estos grupos, los tres primeros corresponden a la intrapersonal de Gardner y los dos últimos a su inteligencia interpersonal. De forma similar Pishghadam (2019), analiza las inteligencias interpersonales e intrapersonales y sostiene que la principal diferencia entre ambos es que, si bien la inteligencia intrapersonal considera los propios sentimientos y emociones, el otro le permite a uno conocer los deseos, sentimientos e intenciones de los demás, a su vez investiga la influencia de las inteligencias intrapersonales y verbales en el aprendizaje de lenguas extranjeras y concluye que la inteligencia intrapersonal ayuda al desarrollo de habilidades productivas y verbales fortaleciendo las habilidades comunicativas de los estudiantes de idiomas. De igual forma Rubio (2019), define la inteligencia interpersonal como la capacidad de comprenderse a uno mismo, reconocer emociones, fortalezas y debilidades personales, y la capacidad de resolver pensamientos, conflictos que desestabilizan

el equilibrio psicológico o la homeostasis y esta inteligencia es clave para el desarrollo de muchas otras, mientras que la inteligencia intrapersonal ayuda a las personas a hacer juicios y distinciones entre sus propios pensamientos, a construir modelos mentales apropiados de sí mismos confiando en la toma de decisiones sobre sus propias vidas, facilita el acceso a su vida interior, permitiendo la autoconciencia, la autocomprensión, la automotivación, el control del comportamiento y las emociones, permitiéndoles desarrollar un profundo sentido de confianza en sí mismos. De forma similar Según Shearer (2016), definió la capacidad interpersonal como la manera de pensar y comprenderse uno mismo, ser consciente de las fortalezas, debilidades y planificar eficazmente para alcanzar metas personales, reflexionar y monitorear los pensamientos y sentimientos de sí mismo, regulándolos efectivamente, mientras que la capacidad intrapersonal incluye la conciencia emocional, que ayuda a comprender sus emociones y son capaces de expresar y comunicar sus sentimientos y necesidades. De la misma manera Bradberry (2015), menciona la inteligencia emocional se han clasificado en dos grupos y modelos, el primer grupo se conoce como el modelo de habilidad y el segundo grupo es el modelo mixto en el que los filósofos combinan las habilidades de la inteligencia con algunos atributos de personalidad por ende incluyen dentro de la inteligencia emocional a la interpersonal e intrapersonal, definiendo así, a la interpersonal como inteligencia externa que utiliza un individuo para comprender y mantener relaciones con los otros, es imprescindible para promover características como la simpatía, la empatía y el fortalecimiento de relaciones poderosas, por otro lado, la inteligencia intrapersonal es la inteligencia interna que utiliza un individuo para comprenderse a sí mismo, lo cual es necesario para la autoconciencia, la auto inspiración y la autorregulación.

Modelos de inteligencia emocional

Según Howell (2019), los autores Salovey y Mayer en el año de 1990, fueron los primeros en definir la inteligencia emocional y mencionan que un individuo que

sienta confianza, calma, sea proactivo y optimista debe tener una buena estabilidad emocional por ende existen cuatro habilidades interconectadas o ramas; la percepción observar la emoción en ti mismo, en los demás y en tu entorno; la facilitación, es el uso de la emoción para interpretar el mundo y los cambios de diferentes maneras; la comprensión es el conocimiento conceptual de las emociones, cómo cambian y sus impactos: la gestión o regulación la capacidad de dirigir sus emociones y las de sus compañeros, aunque todos estos son procesos y habilidades interconectados, sugieren que tal vez exista una jerarquía y niveles más altos como la regulación, donde las emociones y el pensamiento están interconectados y requieren un mayor nivel de inteligencia emocional que el nivel más bajo, así mismo en el modelo de Goleman definió cuatro componentes principales involucrados en el funcionamiento de la inteligencia emocional y social, años después de que Mayer y Salovey mencionan cuatro componentes principales involucrados en el funcionamiento de la inteligencia emocional; la autorregulación, esto consiste en la capacidad de pensar antes de actuar, y también de suspender el juicio emocional sobre los sucesos, además de esto, implica tener control sobre los cambios de humor e impulsos y, por lo tanto, no permitirles alterar la calidad de vida. Incluyen apertura al cambio, integridad, confiabilidad y facilidad para aceptar la ambigüedad; conciencia de sí mismo, una persona consciente de sí misma comprende lo que impulsa su comportamiento, así como los efectos que tiene sobre los demás, una de las más comunes es el humor autocrítico, las evaluaciones realistas del conducto y una buena dosis de confianza en sí mismo es la capacidad de no tomarse demasiado en serio y, al mismo tiempo, subestimar su valor; habilidades de relación, cuando posee fuertes habilidades sociales, sin esfuerzo forma relaciones con sus compañeros, así como también las gestiona correctamente las principales características consisten en capacidades de liderazgo de equipo, aptitudes gerenciales y persuasión; conciencia social, poseer rasgos empáticos no implica necesariamente sentir compasión por los demás, sino comprender su composición emocional y tratarlos de acuerdo con las reacciones posteriores, para finalizar Goleman también enfatizó el valor de la motivación interna, mencionando así que los profesionales con motivación interna se destacan en su trabajo por razones que van más allá del estatus, el dinero y otros beneficios materiales.

Berrocal (2020), menciona el modelo de barra como la más completa elaborada por el psicólogo israelí Reuven Bar-On refiriéndose a cinco marcadores principales de inteligencia emocional y social como son; interpersonal, toma de decisiones, autoexpresión, auto-participación, manejo del estrés las cuales las cuales se dividen en 15 representaciones sub divididas; autoestima este factor se define como la capacidad de mirar hacia adentro y percibir, comprender y aceptar con precisión, lo que conlleva a respetar a uno mismo; autoconciencia emocional este factor se define como la capacidad de reconocer nuestras diversas emociones y distinguirlas, junto con la autoestima, como se definió anteriormente la autoconciencia emocional representa los dos componentes clave de lo que se conoce como autoconciencia, es ser consciente de varios aspectos de las emoción y sentimientos en particular y en general; asertividad o autoexpresión emocional, este factor es muy importante se define como la capacidad de expresar de manera efectiva y constructiva los sentimientos y a nosotros mismos en general , que se basa en una autoconciencia efectiva, esta es la capacidad de expresar sentimientos, creencias y pensamientos, así como la capacidad de defender los derechos de una manera no destructiva; independencia este factor se define como la capacidad de ser autosuficientes y libres de dependencia emocional de los demás, ser auto dirigidos en los pensamiento y acciones; empatía este importante factor de se define como la capacidad de ser conscientes y comprender cómo se sienten los demás, ser sensible, empáticos ser capaz de leer emocionalmente a otras personas o en otras palabras la capacidad de captar señales emocionales; responsabilidad social, este factor se define como la capacidad para identificarnos con grupos sociales, entre amigos, en el trabajo y en la comunidad, y para cooperar con otros de una manera constructiva y contribuyente, esto implica actuar de manera responsable, aunque no podamos beneficiarnos personalmente y se considera que las personas socialmente responsables poseen conciencia social y una preocupación básica por los demás; relación interpersonal este factor se define como la capacidad para establecer y mantener relaciones mutuamente satisfactorias y relacionarnos bien con los demás, la satisfacción mutua describe interacciones sociales significativas que son potencialmente gratificantes y agradables para los involucrados; tolerancia al estrés,

este importante factor se define como nuestra capacidad para manejar las emociones de manera efectiva y constructiva de resistir y lidiar con eventos adversos y situaciones estresantes sin sentirse abrumado por enfrentar el estrés de manera activa y positiva; control de impulsos este importante factor se define como nuestra capacidad para controlar de manera efectiva y constructiva las emociones de resistir o retrasar un impulso o la tentación de actuar; y asume la capacidad de aceptar nuestros impulsos agresivos, así como de controlar comportamientos hostiles y potencialmente irresponsables manteniendo la compostura y controlar efectivamente las emociones en situaciones desafiantes y exigentes; Prueba de realidad este factor muestra la capacidad de validar objetivamente sentimientos y pensamientos con la realidad externa esto incluye evaluar la correspondencia entre lo que se experimenta internamente y lo que existe externamente; flexibilidad este factor se define como nuestra capacidad de adaptar y ajustar los sentimientos, pensamiento y comportamiento a nuevas situaciones y condiciones, este componente de la inteligencia emocional-social se refiere a la capacidad general para adaptar las circunstancias desconocidas, impredecibles y dinámicas; resolución de problemas este factor rige la capacidad para identificar y definir problemas, así como generar e implementar recursos potencialmente efectivos y solucionar eficazmente problemas de naturaleza personal e interpersonal. La resolución de problemas junto con la prueba de la realidad y la flexibilidad de los elementos esenciales de la adaptabilidad son los que impulsan la teoría darwiniana de la supervivencia y la adaptabilidad; autorrealización este factor se define como nuestra capacidad para establecer objetivos personales y el impulso para alcanzarlos a fin de actualizar nuestro potencial, fundamentalmente, la autorrealización pertenece a la capacidad de actualizar nuestro potencial interno y se manifiesta al involucrarse en actividades que pueden llevar a una vida significativa, rica y plena; optimismo este factor se define como nuestra capacidad para mantener una actitud positiva y esperanzadora ante la vida, incluso ante la adversidad, representa un enfoque positivo y estimulante de la vida diaria y un factor motivador muy importante en todo lo que hacemos, existe una fuerte conexión entre el optimismo y la capacidad de hacer frente a los problemas y juega un papel importante en la automotivación haciendo frente al estrés para poder alcanzar los objetivos, lo que representa un

atributo de liderazgo valioso y deseable; felicidad o bienestar este factor se define como nuestra capacidad de sentirnos satisfechos con nuestra vida, disfrutar de los demás y divertirnos, en este contexto, la felicidad combina con la autosatisfacción, la satisfacción general y la capacidad de disfrutar varios aspectos personales como sociales.

CONSUMO DE ALCOHOL

Definición

Según Rehm (2019) el alcohol se conoce desde hace mucho tiempo como un factor de riesgo de enfermedad, particularmente el consumo excesivo de alcohol, es un factor de riesgo importante para muchos problemas de salud, de hecho, el alcohol es una causa subyacente necesaria para más de 30 afecciones y un factor que contribuye a una variedad de enfermedades, además de estas causas que afectan al bebedor, el consumo de alcohol también puede afectar la salud de los demás y causar daños sociales tanto al bebedor como a los demás, el conocimiento de estos riesgos de enfermedades ha ayudado en el desarrollo de pautas de consumo de alcohol de bajo riesgo. De igual forma para Buckman (2015) el alcohol es un lubricante social popular que es relativamente inofensivo a niveles bajos, en bebidas como en el vino, la cerveza, la sidra, entre otros, son muy populares, existen muchas variedades disponibles dando a entender que hay un sabor y una bebida para todos los gustos, los efectos del consumo regular y sostenido de alcohol están bien documentados e incluyen problemas de salud física, problemas psicológicos, daños a las relaciones, dificultades financieras y problemas de productividades, así que el alcohol es un factor principal en crímenes, suicidios, agresiones, violaciones y otras cargas sociales. De forma similar para Gellman, (2015) el consumo de alcohol, se refiere al acto de ingerir, generalmente por vía oral una bebida que contiene etanol, el alcohol etílico o etanol es el único tipo de alcohol que es seguro para el consumo humano, hay otros tipos de alcohol, como el isopropilo y el alcohol metílico, son tóxicos y potencialmente letales, las bebidas alcohólicas que generalmente se consumen pueden incluir cerveza, vino, licores destilados y bebidas que contienen combinaciones de estos u otros aditivos, como licor de malta, vino fortificado, entre otros, el consumo de alcohol es una construcción importante en la medicina del comportamiento porque el alcohol es una sustancia psicoactiva que afecta al cuerpo de varias maneras, además de sus efectos agudos, puede tener efectos médicos, psiquiátricos, psicológicos, sociales, económicos y ocupacionales a largo plazo en individuos, familias, comunidades.

Para Tendesayi (2017) el consumo de alcohol entre los estudiantes de secundaria es un importante problema de salud pública en todo el mundo; sin embargo, el grado de consumo entre los estudiantes de secundaria y su comprensión de sus efectos sobre la salud humana siguen siendo relativamente desconocidos a nivel mundial, aunque el nivel de consumo de alcohol difiere ampliamente en todo el mundo, la carga de enfermedad y muerte sigue siendo significativa en la mayoría de las regiones como Europa y América teniendo las fracciones atribuibles de alcohol más altas, las evidencias recientes indica que el consumo de alcohol es uno de los principales factores de riesgo y causante de enfermedades, considerando así que el alcohol es la droga psicoactiva más utilizada tanto en jóvenes como en adultos, no es raro que los estudiantes consuman bebidas alcohólicas ya que este consumo podría deberse a su curiosidad como adolescentes, un impulso irresistible, trastornos emocionales como la ansiedad, la subcultura y la influencia de los anuncios, en varios estudios anteriores han demostrado la prevalencia del consumo de alcohol y como afecta negativamente la salud humana a lo largo de la vida y van asociados con una carga de enfermedades como el cáncer, pancreatitis, cirrosis hepática, tuberculosis, neumonía, diabetes mellitus, trastorno por consumo de alcohol, neoplasias, morbilidad psiquiátrica y lesiones, aunque 18 años de edad es el límite legal para el consumo de alcohol por política en muchas partes del mundo, las influencias socioculturales parecen obstaculizar el estricto cumplimiento de estas leyes en la sociedad.

Efectos

Según Galbicsek, (2020) cada persona es diferente, por lo tanto, los efectos del alcohol varían dependiendo de quien lo consuma , si bien algunas pueden limitar su consumo de alcohol, otras tienen dificultades para controlarlas, los efectos del alcohol pueden estar influenciados por una serie de factores de riesgo, como la cantidad consumida, el historial médico del individuo, la tolerancia al alcohol y otras drogas, legales o ilegales mezcladas, el abuso de alcohol puede afectar su cuerpo por dentro y por fuera, aunque no puede ver el daño que causa el consumo de alcohol en sus órganos internos, es importante no ignorar las señales de advertencia del alcoholismo, a veces, los efectos nocivos no se descubren hasta mucho más tarde, lo que dificulta revertir muchas complicaciones de salud, por otra

lado menciona que existen efectos secundarios debido al abuso de alcohol que pueden ser a corto y largo plazo asociados con el consumo excesivo existen varios síntomas que puede experimentar a menudo dependiendo de la cantidad de alcohol consumida, el consumo más bajo a moderado generalmente implican efectos menos severos que beber grandes cantidades; los efectos secundarios a corto plazo por el abuso de alcohol pueden ser, habla arrastrada, discapacidad visual, falta de coordinación, cambios extremos de humor, lapsos de memoria, respiración lenta, mientras que algunas personas pueden experimentar múltiples efectos, otras pueden enfrentar menos complicaciones, desafortunadamente los efectos del consumo excesivo de alcohol afectan más al propio consumidor que a la personas que lo rodean, directamente a sus amigos, familiares y colegas e incluso los efectos a corto plazo del consumo de alcohol pueden causar daños graves, que van desde conducir bajo la influencia de bebidas alcohólicas y actividades delictivas hasta autolesiones no intencionales, cabe recalcar que aparte de los efectos secundarios visibles a corto plazo, también hay efectos a largo plazo, las personas que consumen alcohol durante un período prolongado tienen más riesgo de desarrollar estas complicaciones, los síntomas aparecen gradualmente en el transcurso de meses y años teniendo efectos a largo plazo asociados con el consumo excesivo de alcohol como; enfermedades cardiovasculares, enfermedad del hígado, infecciones respiratorias, cáncer, daño en el sistema nervioso y úlceras, estos efectos a largo plazo pueden afectar otras áreas de su vida, como problemas de relación con familiares o amigos, problemas legales, financieros y bajo rendimiento académico o en el desempeño laboral. De la misma manera Howlett (2018), argumenta que el consumo excesivo de alcohol es un problema de salud pública porque genera múltiples problemas sociales y de salud, La Organización Mundial de la Salud estimó, que el alcohol era el tercer factor de mortalidad y morbilidad en los países desarrollados después de fumar y la presión arterial alta, esta sustancia está asociada con el riesgo de desarrollar problemas de salud, finalmente el aumento en el consumo de alcohol está relacionado con el desarrollo del SIDA conducta sexual de riesgo y puede conducir a complicaciones en mujeres embarazadas, como la prematuridad de los recién nacidos, de igual forma menciona que el consumo de alcohol tiene efectos a corto plazo o inmediatos, principalmente en el cerebro, que se manifiestan unos minutos después

del consumo, los primeros síntomas son dificultad para hablar, somnolencia, visión y audición distorsionadas, finalmente, reducción de la percepción y coordinación de la distancia, estos factores conducen a un aumento de tener un accidente de tránsito, los efectos a corto plazo también se caracterizan por dolor de estómago, dolor de cabeza, vómitos debido al consumo excesivo de alcohol, en casos extremos, el alcohol causa pérdida del conocimiento, dificultades para respirar, pérdida de memoria o incluso comas, en dosis altas, la somnolencia se convierte en pérdida de conciencia esto es coma etílico, la presión arterial es baja, la frecuencia respiratoria y la temperatura corporal se reducen, además, la acción sobre el funcionamiento del cerebro puede hacer que el individuo bajo la influencia del alcohol reaccione de manera más extrema o violenta ante una situación dada, los consumos excesivos de alcohol contraen efectos a largo plazo que, si bien el alcohol tiene una fuerte propensión a la dependencia, su consumo a largo plazo tiene muchas consecuencias en el cuerpo, como el desarrollo de enfermedades como el cáncer, cardiovasculares, digestivas, enfermedades del sistema nervioso y trastornos mentales, el alcohol tiene un efecto negativo en el cerebro y su consumo a largo plazo disminuiría la materia gris, también puede causar alteraciones en la atención, concentración, memoria, habilidades de abstracción y funciones ejecutivas, además, pueden aparecer trastornos mentales como la ansiedad y la depresión. De forma similar Rehm, (2019), menciona que el consumo de alcohol está asociado con una variedad de riesgos para la salud a corto y largo plazo, incluidos accidentes automovilísticos, violencia, conductas de riesgo sexual, presión arterial alta y varios tipos de cáncer, el riesgo de estos daños aumenta con la cantidad de alcohol que bebe, para algunas afecciones, como algunos tipos de cáncer, el riesgo aumenta incluso a niveles muy bajos de consumo de alcohol, para reducir el riesgo de daños relacionados con el alcohol, se recomienda que si se consume bebidas alcohólicas, se debe consumir con moderación, beber en niveles superiores a las pautas de consumo moderado aumenta significativamente el riesgo de daños a corto plazo, como lesiones, así como el riesgo de problemas de salud crónicos a largo plazo, como algunos tipos de cáncer. De la misma manera Mónico, (2020) menciona que el alcohol afecta tanto al individuo de forma físicas y psicológicas por beber en exceso tanto para los bebedores sociales como para

aquellos diagnosticados con trastorno por consumo de alcohol o alcoholismo, independientemente si se considera un bebedor social o tiene un trastorno por consumo de alcohol diagnosticado, existen consecuencias físicas y psicológicas a corto y largo plazo por el consumo excesivo, incluido el trastorno antes mencionado, los efectos a corto plazo, una persona puede no estar abusando del alcohol regularmente, todavía puede experimentar sus efectos a corto plazo en la mente y el cuerpo, el hígado puede metabolizar aproximadamente una bebida estándar de alcohol por hora, sin embargo, esto puede variar según varios factores, como la edad, el peso, la función hepática y el género del individuo, típicamente consumir más de una bebida por hora puede conducir a la intoxicación, elevando el contenido de alcohol en la sangre de un individuo con cada bebida. Los efectos del alcohol pueden variar desde leves, como enrojecimiento de la piel, hasta síntomas más graves como deterioro cognitivo, otros efectos a corto plazo del alcohol pueden incluir inhibiciones reducidas, que conducen a un juicio social deficiente, dificultad para concentrarse, pérdida de coordinación, pérdida de juicio crítico, pérdida de la percepción visual, cambios de humor, reducción de la temperatura corporal central, aumento de la presión arterial.

Etiología

Para Goldsmith, (2018), la razón por la que beben y las consecuencias del consumo excesivo de alcohol están relacionadas con la salud mental, los problemas de salud mental no solo son el resultado de beber demasiado alcohol, sino que también pueden hacer que las personas consuman en exceso, una razón importante para beber alcohol es cambiar el estado de ánimo, o el estado mental, el alcohol puede aliviar temporalmente los sentimientos de ansiedad y depresión y las personas a menudo lo usan como una automedicación en un intento de animarse o, a veces, ayudar a dormir, el consumo de alcohol afecta al estado de ánimo ya que beber reduce la inhibición, además, el alcohol puede alterar la capacidad del cuerpo para descansar, y tenga que trabajar más para descomponer el alcohol en el sistema, esta interferencia del alcohol con los patrones de sueño puede conducir a niveles reducidos de energía, también deprime el sistema nervioso central, y esto puede hacer que el estado de ánimo fluctúe ayudando a adormecer las emociones, por lo que podemos evitar problemas difíciles, revelar o intensificar sentimientos

subyacentes, como evocar recuerdos pasados de traumas o provocar sentimientos reprimidos que están asociados con eventos dolorosos del pasado, pueden ser tan poderosos que crean una ansiedad, depresión o vergüenza abrumadoras, revivir estos recuerdos y sentimientos oscuros bajo la influencia del alcohol puede representar una amenaza para la seguridad personal y la seguridad de los demás. De la misma manera para Clinck, (2019), beber regularmente y en exceso interfiere con una interacción de factores fisiológicos, neuroquímicos, psicológicos y sociales, y afectando principalmente al cerebro y sus funciones, si bien podemos sentirnos relajados después de una bebida, a la larga el alcohol tiene un impacto en la salud mental y puede contribuir a los sentimientos de depresión y ansiedad, y hacer que el estrés sea más difícil de manejar, el alcohol es un depresivo, lo que significa que puede alterar ese equilibrio, afectando los pensamientos, sentimientos y acciones, y a veces la salud mental a largo plazo; el cerebro es el centro de comando del cuerpo al consumir alcohol se obtiene la sensación de relajación debido a que la sustancia consumida cruza la barrera hematoencefálica que es encargada de separar el torrente sanguíneo del fluido que baña el sistema nervioso ocasionando que interfiera en los neurotransmisores o la comunicación entre las neuronas, el alcohol comienza a suprimir la parte del cerebro asociada con la inhibición y a medida que consuman o en exceso aumenta el impacto en la función del cerebro e independientemente del estado de ánimo en que se encuentre, con el aumento del consumo de alcohol, es posible que las emociones negativas se hagan cargo, lo que tendrá un impacto negativo en la salud mental, algunas personas informan que se enojan, son agresivas, ansiosas o deprimidas cuando beben, en personas con ansiedad, una bebida puede ayudarlos a sentirse más a gusto, pero este sentimiento es de corta duración, el sentimiento usualmente llamado relajado que alguien puede decir que experimenta después de tomar una bebida se debe a los cambios químicos que el alcohol causa en el cerebro estos desaparecen rápidamente, un probable efecto secundario de esto es el mayor riesgo de acumulación de tolerancia al alcohol y esto con el tiempo, necesitará consumir más para tener la misma sensación y en el mediano a largo plazo, este patrón a menudo conduce a la dependencia del alcohol, beber en exceso regularmente se asocia con síntomas de depresión, el alcohol afecta varios sistemas químicos nerviosos dentro del cuerpo que son importantes para

regular el estado de ánimo; la depresión puede seguir al consumo excesivo de alcohol y que reducir o dejar de beber puede mejorar el estado de ánimo, el alcohol puede hacer que las personas pierdan sus inhibiciones y se comporten impulsivamente, por lo que puede conducir a acciones que de otro modo no habrían tomado, incluyendo autolesiones e incluso suicidio, los niveles extremos de consumo de alcohol pueden causar delirium tremens, debido a la intoxicación aguda y la abstinencia, pueden ser más comunes en los casos en que los bebedores que dependen del alcohol dejan de beber repentinamente. De forma similar Stannard, (2018), menciona que el abuso y la adicción al alcohol pueden afectar cada parte de la vida de una persona, incluidas sus emociones, como resultado los más comunes incluyen la depresión ya que el alcohol es un depresor, lo que significa que reduce la actividad en el sistema nervioso central y al consumir en exceso puede causar o empeorar los sentimientos de depresión si una persona que tiene depresión severa y abusa del alcohol también tiene un mayor riesgo de suicidio o también causar ansiedad o empeorar un trastorno de ansiedad existente, alguien que abusa del alcohol puede comenzar a beber de forma aislada o evitar situaciones en las que no puede beber en exceso, esto puede generar sentimientos de soledad y pérdida de interés en las actividades, las personas con afecciones de salud mental existentes corren un mayor riesgo de experimentar los efectos emocionales negativos del abuso del alcohol y empeorar los trastornos mentales, como la depresión y el trastorno bipolar.

Crane, (2019), menciona que la adicción es una enfermedad crónica del cerebro que afecta los centros de recompensa y motivación, y durante décadas, los científicos han discutido sobre los componentes genéticos y hereditarios de la adicción, al trastorno por consumo de alcohol se ha relacionado con algunos genes específicos tener un pariente cercano, como un padre o hermano, que lucha con el trastorno por consumo de alcohol aumenta las posibilidades de que una persona también luche con la misma adicción, si bien la genética que son transmitidos de padres a sus hijos, desde una perspectiva médica existen algunas diferencias cuando se habla de enfermedades genéticas versus enfermedades hereditarias, una persona con una enfermedad genética tiene una anomalía en su genoma; un individuo con una

enfermedad hereditaria ha recibido una mutación genética del ADN de sus padres, un historial familiar de alcoholismo está relacionado con un mayor riesgo de predisposición genética al alcoholismo, dependiendo de qué tan cerca estén los parientes entre sí, de la misma manera el autor menciona que los niños que tienen un padre que lucha con el trastorno por consumo de alcohol tienen un riesgo 3-4 veces mayor de convertirse en alcohólicos, tener parientes más extendidos, como tías, tíos, abuelos y otros los miembros de la familia que luchan contra el abuso del alcohol no tienen la misma asociación fuerte, si bien esta relación puede influir en si una persona hereda o no mutaciones genéticas que lo predisponen al trastorno por consumo de alcohol, crecer en un ambiente influenciado por la adicción también puede predisponer a una persona a la afección. De la misma forma Vertava, (2020) describe que la adicción al alcohol se ha relacionado directamente con algunos factores genéticos, las personas con antecedentes familiares de alcoholismo tienen muchas más probabilidades de desarrollar la enfermedad por sí mismas que personas que no la tienen adicción en su familia. Independientemente de si la genética de una persona es la culpable de su adicción al alcohol, buscar tratamiento es la mejor manera de superar el alcoholismo y recuperar la vida en sobriedad; un rasgo de comportamiento que se puede transmitir a través de la genética es una predisposición hacia el abuso y la adicción al alcohol en estudios realizados por el Instituto Nacional sobre Abuso de Alcohol y Alcoholismo, se estima que entre el “40 y el 60 por ciento de los factores que influyen en el alcoholismo son genéticos”, esto significa que las personas con antecedentes familiares de adicción al alcohol tienen hasta un 50 por ciento más de probabilidades de desarrollar esta afección que aquellas personas que no tienen influencias genéticas existen varios factores ambientales como la exposición temprana al abuso de drogas o alcohol, pobreza, presión de grupo para beber, poca o ninguna supervisión de los padres aquellos factores juegan un papel muy importante para observar si una persona tendrá un trastorno por consumo de alcohol, muchos estudios que llevan a los investigadores a creer que el alcoholismo es hereditario, esto significa que la enfermedad sería causada por una mutación en ciertos genes las personas con padres que lucharon contra la adicción al alcohol tienen de dos a cuatro veces más probabilidades de experimentar la adicción, esto podría significar que las personas con alcoholismo

familiar cercano pueden ser más propensas a heredar la mutación genética que contribuye al alcoholismo.

Según Richter, (2017), el consumo de alcohol en la adolescencia está fuertemente influenciado por factores sociales y ambientales, la naturaleza de la asociación entre los factores familiares y el uso intensivo de alcohol de los jóvenes es compleja basándose en la teoría del control social de Hirschi es una de las teorías más influyentes sobre el papel de la familia, quien señala que los jóvenes que tienen un fuerte vínculo con sus padres interiorizarían los valores y las normas de sus padres, lo que da como resultado un comportamiento conforme a las normas, los adolescentes que viven en hogares monoparentales tienen más probabilidades de verse involucrados en el uso riesgoso del alcohol basándose en las investigaciones de Junger, señala que el control social de la familia se basa en dos dimensiones, control indirecto y directo, el control indirecto se ve afectado por la calidad de la relación de un joven con sus padres, mientras que el control directo en la familia se aplica mediante una estrecha supervisión. De igual forma Elkins, (2020), el alcoholismo causa problemas de salud física y emocional, la persona con adicción al alcohol experimenta la peor parte de los problemas físicos, pero las personas cercanas a ellos a menudo comparten los efectos secundarios emocionales de la adicción de la persona, los familiares de los alcohólicos pueden experimentar ansiedad, depresión y vergüenza relacionadas con la adicción de sus seres queridos, la adicción es una enfermedad costosa dependiendo el tipo de alcohol que bebe una persona y cuánto consume, una persona adicta al alcohol puede gastar entre \$ 300 y \$ 1,000 en alcohol cada mes siendo una pérdida importante en el presupuesto familiar, los miembros de la familia también pueden ser víctimas de arrebatos emocionales o físicos, una persona adicta al alcohol puede tratar de proteger a su familia del impacto del abuso del alcohol al distanciarse, desafortunadamente, el aislamiento no contribuye mucho para proteger a los miembros de la familia de los efectos secundarios financieros y emocionales del alcoholismo y la negligencia también puede tener un impacto negativo en los seres queridos.

Niveles de riesgo

Belluz (2018) refiere que la historia del consumo ligero de alcohol como un comportamiento saludable comenzó a despegar en la década de 1990, esta idea se conocía como la paradoja francesa en la cual consistía en que los franceses bebían mucho vino, a pesar de comer una dieta rica en grasas saturadas, tenían tasas más bajas de enfermedad cardiovasculares, pero esta idea de ingerir vino tinto fue reemplazada por una narrativa que sugería que beber pequeñas cantidades de cualquier tipo de alcohol, no más de una bebida al día para las mujeres, dos para los hombres parecía estar relacionado con modestos beneficios para la salud y el corazón en estudios realizados se menciona que beber por encima de 100 gramos de alcohol por semana para hombres y mujeres estaba relacionado con una menor esperanza de vida y encontraron que el consumo moderado de alcohol, se asoció con un mayor riesgo de enfermedad cardiovascular, accidente cerebrovascular, aneurisma aórtico e insuficiencia cardíaca, concluyendo que el consumo moderado de alcohol contrae consecuencias a largo plazo. De la misma manera Ahmad (2019) define una bebida estándar dependiendo las normas de cada país en donde hacen referencia que generalmente el consumo debe ser de 10 a 12 gramos, mientras que el consumo moderado lo han definido de varias maneras, es aquella persona que puede beber con frecuencia hasta el punto de embriagarse, salvo en ocasiones especiales, esto es asimilado como un concepto nebuloso en el lenguaje común que las personas suelen usar para distinguir entre un bebedor en exceso y el bebedor ocasional o no bebedor, en países como en Estados Unidos, las pautas para el consumo moderado según lo establecido por el Departamento de Salud y Servicios Humanos y la Organización Panamericana de la salud, hay un promedio de dos bebidas por día para hombres y una bebida por día para mujeres o menos, cuando uno consume más de esta cantidad, las pautas lo denominan consumo excesivo de alcohol, que señalan como una persona que bebe en exceso aumentando el riesgo de muchas enfermedades crónicas y con el tiempo puede afectar la función cognitiva a corto y largo plazo. Por otro lado, Sherman (2019) menciona dos niveles de consumo de alcohol; el moderado y el excesivo; en los centros para el Control y la Prevención de Enfermedades han descrito el consumo moderado de alcohol como una bebida o menos para las mujeres y dos bebidas o menos para los hombres,

el consumo moderado abarca cuatro o menos bebidas en una ocasión u ocho o menos en toda la semana, catorce a ocho gramos de alcohol es la cantidad estandarizada de una bebida; beber en exceso, el consumo excesivo de alcohol no debe confundirse por beber demasiado la diferencia son los atracones de alcohol, una tendencia a beber se considera atracones una vez que el nivel de alcohol llega al 0.08 por ciento o más, se conoce también como beber en exceso, las personas que toman varias bebidas durante el día también se clasifican como grandes bebedores es decir, dentro de cada 24 horas consumen de tres a cuatro bebidas esto se considera como un consumo excesivo de alcohol, incluso cuando la persona nunca se emborracha, como último nivel está el beber mucho la mayoría de los grandes bebedores se han asociado con la adicción al alcohol en este caso, generalmente anhelan constantemente el alcohol y no pueden limitar su consumo los grandes bebedores continúan consumiendo alcohol a pesar de los evidentes efectos dañinos psicológicos y físicos, al igual que el consumo excesivo de alcohol, los grandes bebedores pueden desarrollar problemas de salud, sin embargo los grandes bebedores y los atracones de alcohol pueden ponerse indirectamente en una posición en la que se convierten en víctimas de actividades peligrosas involuntarias como delitos sexuales, muerte por conducir en estado de ebriedad , etc. De la misma manera Melemis (2020) menciona que se han establecido pautas para el consumo moderado de alcohol, sugieren que “no más de 1 bebida por día para las mujeres y no más de 2 bebidas por día para los hombres, una bebida se define como 12 onzas de cerveza, 5 onzas de vino o 1.5 onzas de licores”, en otras palabras sugieren no más de 2 bebidas por día y con un máximo de 5 días de bebida por semana y recomendación de 2 días no beber es así que se debería tener un plan moderado de consumo, es importante que haga esto durante al menos 6 meses. De la misma forma Hester (2020) menciona que existe un acuerdo en la comunidad científica sobre lo que define consumo moderado, no es más de 3-4 bebidas estándar por episodio de bebida y un total de no más de 9 bebidas por semana para mujeres y 12-14 para hombres, además, beber con moderación significa limitar la velocidad con la que bebe y, como resultado, mantener su concentración de alcohol en la sangre por debajo de 0.55 y 0.8 es el límite.

Para finalizar el consumo de alcohol como antes mencionado es un problema mundial y los adolescentes son más vulnerables al consumo excesivo de alcohol debido a que su control de impulsos aún no ha madurado por completo y no comprenden en su totalidad las consecuencias de beber o ser consiente de ellas.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

Diseño del trabajo

El presente trabajo de investigación se sustentó en consecución al enfoque cuali-cuantitativo; es cualitativo porque el investigador se involucra de forma directa y permite identificar la influencia de la inteligencia emocional sobre el consumo de alcohol y determinar la búsqueda del aspecto teórico conceptual, mediante el uso de la fundamentación bibliográfica basada en un marco teórico referencial, las explicaciones y sustentos de varios autores que permitirán explicar las variables de estudio. Tuvo un enfoque cuantitativo ya que se recolectó información estadística directa de la población y luego continuar con el análisis de los datos y comprobar las hipótesis previamente establecidas, se basó en el conteo, la medición numérica y el uso de la modalidad descriptiva y el método psicométrico que nos permitió establecer patrones de comportamiento en la población de estudio, como es en el caso de esta investigación, también se utilizó Instrumentos de medición psicológica como el Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE) y Test de Identificación de Trastornos Relacionados con el Uso del Alcohol (AUDIT).

Como modalidad de investigación fue bibliográfica a través de marco teórico referente en cada variable de estudio sustentado por varios autores que realizaron contribuciones similares, por otro lado la investigación fue de campo ya que se realizó un proceso metódico, riguroso de recolección análisis y exposición de datos basados en la recolección directa en el entorno donde suceden los hechos, finalmente el tipo de investigación fue descriptivo porque se analizó e interpretó la información con respecto a la situación actual de la población de estudio. Se utilizó el método de verificación correlacional, ya que el mismo permite determinar la relación que existe entre dos o más variables, que permitirá comprobar las hipótesis.

Área de estudio

Campo: Psicología

Área: Clínica

Aspecto: Inteligencia emocional y el consumo de alcohol.

Delimitación espacial

Provincia: Tungurahua

Cantón: Ambato

Lugar: Unidad Educativa Rumiñahui

Delimitación Temporal: 2019-2020

Enfoque: Cognitivo Conductual

Población y muestra

La población está conformada por 49 estudiantes de tercero de bachillerato divididos en dos cursos teniendo un total de 26 mujeres y 23 hombres dentro de la Unidad educativa Rumiñahui sección vespertina ubicado en la provincia de Tungurahua cantón Ambato parroquia Atocha-Ficoa.

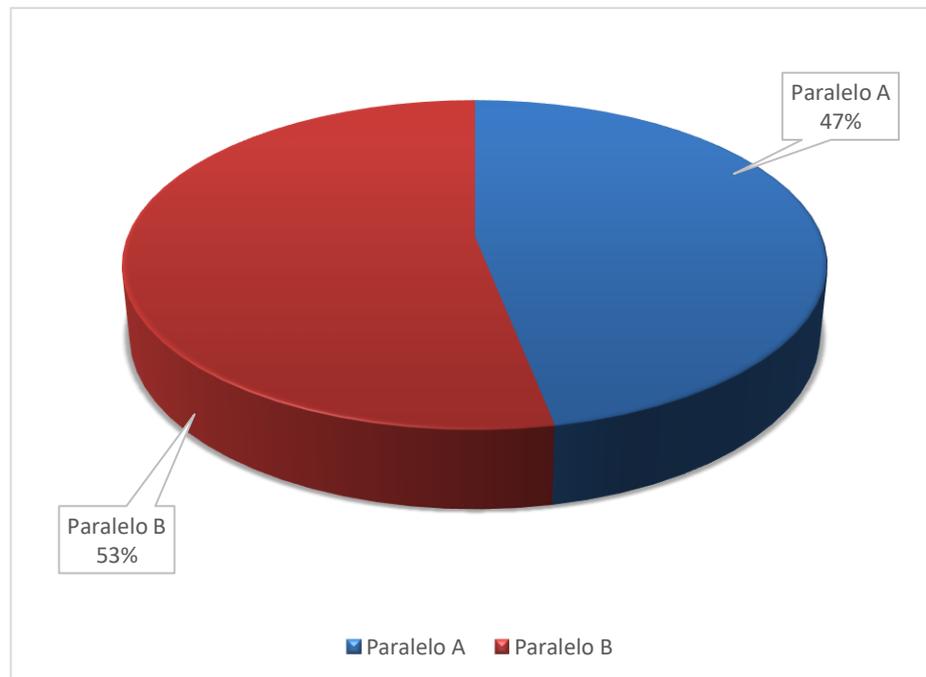
Tabla N° 1 Población

Cursos	Hombres	Mujeres	Total	Porcentaje
Paralelo A	10	13	23	47%
Paralelo B	13	13	26	53%
Total	23	26	49	100%

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: El investigador

Gráfico N°1: Población



Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de Campo

Instrumentos de investigación

Inventario de Cociente Emocional y Social de Baron (I-CE)

Según Bar-On (1997), describe el Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE), es un instrumento moderno, que permite evaluar el potencial para el desempeño de conciliadores extrajudiciales a través de los diferentes factores de la inteligencia emocional. Es de adaptación Peruana la administración del test es de forma individual o colectiva, el tiempo de duración es aproximadamente de 30 a 40 minutos. La inteligencia emocional es definida por el autor del I-CE (Bar-On) 1997 como una variedad de aptitudes, competencias y habilidades no cognitivas que influyen en la capacidad de un individuo para lograr el éxito, este test cuenta con pautas interpretativas de los resultados. Los puntajes directos son convertidos a puntajes derivados (resultados estándar) o Cociente Emocional (CE), que nos va a indicar cómo está desarrollada la capacidad emocional de la persona, en forma general, en las cinco áreas compuestas y en quince áreas individuales. Este instrumento evalúa 15 subcomponentes conceptuales de la inteligencia emocional

como el Conocimiento Emocional de sí mismo: el mismo que tiene como característica determinar por qué el individuo puede conocer sus sentimientos propios y las diferentes emociones de sí mismo para la consecución de su forma de actuar en el medio en el que se encuentra. Determinando que la asertividad es una habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos y de esta manera pueda defender los propios derechos de manera constructiva, en su actuar sin dañar los sentimientos de los demás. Autoestima: habilidad para comprender, y aceptar y respetar lo positivo y negativo de nosotros mismos, así como las posibilidades y limitaciones. Autorrealización: habilidad para realizar y disfrutar lo que realmente podemos y queremos. Independencia: habilidad para auto dirigirse, sentirse seguro de sí mismo en pensamientos y acciones y poder tomar decisiones con libertad. Definiendo a la Empatía como la habilidad para percibirse, comprender y apreciar los sentimientos de los demás seres humanos con relación a su vínculo afectivo y emocional, por medio de las Relaciones Interpersonales en donde se determina la habilidad para establecer y mantener relaciones satisfactorias con las personas del contexto. Responsabilidad Social: habilidad para demostrar que es un miembro constructivo del grupo social. Solución de Problemas: habilidad para identificar y definir los problemas y generar e implementar probables soluciones efectivas. Prueba de la Realidad: habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que se experimenta (lo subjetivo) y lo que realmente existe (lo objetivo). La Flexibilidad es la habilidad para establecer una adecuada emoción, pensamientos y conductas en situaciones y condiciones cambiantes para el individuo dentro del lugar en el que se encuentra. Tolerancia al Estrés: habilidad para soportar y enfrentar las tensiones y el estrés sin sobresaltos ni ansiedad. Control de Impulsos: habilidad para resistir o demorar los impulsos o tentaciones para actuar y controlar las emociones. Los 15 subcomponentes están agrupados en cinco áreas o componentes del Cociente Emocional: Componente Intrapersonal (CEIA): evalúa el yo interior y reúne los siguientes subcomponentes: comprensión emocional de sí mismo, asertividad, autoestima, autorrealización e independencia. Componente Interpersonal (CEIE): evalúa las habilidades y el desempeño interpersonal, y comprende los subcomponentes: empatía, relaciones interpersonales, responsabilidad social. (3) Componente Adaptabilidad (CED): evalúa la habilidad

para adecuarse a las exigencias del entorno y para enfrentar situaciones problemáticas y comprende los subcomponentes: solución de problemas, prueba de la realidad, flexibilidad. Componente de Manejo del Estrés (CEME): evalúa la habilidad para resistir las tensiones y el control y comprende los siguientes subcomponentes: tolerancia al estrés y control de los impulsos. Componente del Estado de Animo General (CEAG): evalúa la capacidad para disfrutar de la vida, su visión del mundo y el sentimiento de contenido general, y comprende los siguientes subcomponentes: felicidad y optimismo.

Confiabilidad

El Inventario de Cociente Emocional y Social de Baron (I-CE), presenta una confiabilidad que está centrado en la consistencia interna presentando un coeficiente alfa en promedio de Cronbach y los demás componentes son altos, el más bajo se encuentra en las escalas de responsabilidad social y el más alto se encuentra en la escala de comprensión de sí mismo.

Para la confiabilidad se aplica el test en una muestra peruana en donde se observa que la consistencia interna es muy alta con un 0,93 en algunos componentes y los más bajos se presentan en el componente de flexibilidad, independencia y solución de problemas con 0.60 y los demás factores arrojan por encima de los 0.70.

Validación

Los diversos estudios de validez del I-CE básicamente están destinados a demostrar cuán exitoso y eficiente es este instrumento, en la evaluación, los autores del inventario realizaron nueve tipos de estudio de validación como la validez de contenido, aparente, factorial, de constructo, convergente, de grupo, criterio, discriminante y validez predictiva ha sido conducida en seis países en los últimos 17 años.

Tabla N°2: Interpretación Cualitativa

CUADRO INTERPRETATIVO DEL ICE	
Niveles Cualitativos del ICE	INTERPRETACIÓN CUALITATIVA
130 o Más	Marcadamente Alta: Capacidad emocional inusualmente bien desarrollada
120 – 129	Muy Alta: Capacidad emocional extremadamente bien desarrollada
110 – 119	Alta: Capacidad emocional bien desarrollada
90 – 109	Promedio: Capacidad emocional adecuada
80 – 89	Baja: Capacidad emocional subdesarrollada, necesita mejorar
70 – 79	Muy Baja: Capacidad emocional extremadamente subdesarrollada, necesita mejorar.
Por debajo de 70	Marcadamente Baja: Capacidad emocional inusualmente deteriorada, necesita mejorar

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Inventario de Cociente Emocional y Social de Baron (I-CE)

Cuestionario de Alcohol (AUDIT)

Cuestionario de alcohol (AUDIT) sus autores son Saunders JB, Aasland OG, Babor TF, De La Fuente J, Grant M. Es un cuestionario que nos ayuda a identificar tempranamente a pacientes con problemas relacionados con el consumo de alcohol, fue diseñado con el propósito de ser un método simple de screening con respecto al consumo abusivo de bebidas alcohólicas y especialmente como un apoyo al momento de realizar una evaluación breve, este instrumento puede ayudar a identificar: el consumo de riesgo, consumo perjudicial y la dependencia en las personas; esta herramienta permite una medida exacta y correcta del riesgo de consumo de alcohol según varios aspectos importantes: el género, el aspecto cultural y la edad.

Validación

El AUDIT es fácil de puntuar. Cada una de las preguntas tiene una serie de respuestas a elegir y cada respuesta tiene una escala de puntuación de 0 a 4. En el formato de entrevista (Cuadro 4) el entrevistador anota la puntuación correspondiente a la respuesta del paciente (el número dentro de los paréntesis) dentro del cuadro que se encuentra al lado de cada pregunta. En el cuestionario en formato de auto-pase (Anexo B) será el evaluador quien traslade el número de la respuesta marcada por el paciente a la columna de la derecha. Todas las puntuaciones de las respuestas deben entonces ser sumadas y anotarse en el cuadro denominado total. Se recomiendan unas puntuaciones totales iguales o mayores a 8 como indicadores de consumo de riesgo y consumo perjudicial, así como de una posible dependencia de alcohol.

- Las preguntas 1 a 3 están relacionadas con el consumo de alcohol
- Las preguntas 4 a 6 están relacionadas con la dependencia del alcohol.
- Las preguntas 7 a 10 consideran problemas relacionados con el consumo de alcohol.

Tabla N°3: Clasificación instrumento AUDIT

	Hombres	Mujeres
Paciente sin problemas relacionados con el alcohol	0-7	0-5
Bebedor de riesgo	8-19	6-19
Problemas físico psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica	20-40	20-40

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Cuestionario de alcohol (AUDIT)

Confiabilidad del instrumento

Para medir la fiabilidad de la escala utilizada en el AUDIT, se consideró como medida de consistencia interna el parámetro Alfa de Cronbach, tanto para el instrumento en su totalidad, como para cada uno de los dominios definidos con anterioridad.

Los resultados obtenidos para este parámetro fueron:

Tabla N°4: Alfa de Cronbach

Alfa de Cronbach	
Total AUDIT	0,83
Dominio 1	0,74
Dominio 2	0,81
Dominio 3	0,66

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Cuestionario de alcohol (AUDIT)

El análisis arroja una alta consistencia interna del instrumento, con un Alfa de Cronbach de 0,83, superior al valor de 0,7 considerado en la literatura como aceptable.

Procedimientos para obtención y análisis de datos.

Para llevar a cabo el proyecto de investigación, en primera instancia se obtuvo el acercamiento a la Unidad Educativa Rumiñahui del cantón Ambato con el objetivo de solicitar apertura a la Institución, a continuación solicitamos la información y documentos necesarios para la investigación y entrevistas con el director de la Unidad Educativa Rumiñahui quien dio a conocer las problemáticas que se presenta en la Institución educativa, posteriormente se hizo la entrega de solicitudes al señor director para la aplicación de los instrumentos de evaluación de la variable dependiente e independiente se establecieron horarios con la persona encargada del DECE, finalmente se aplicó los instrumentos como “EL INVENTARIO DE COCIENTE EMOCIONAL Y SOCIAL DE BARON (I-CE), Y CUESTIONARIO DE ALCOHOL (AUDIT)” dentro de las instalaciones de la Unidad educativa, con la colaboración de la psicóloga e inspector de la Institución, una vez culminado con el levantamiento de datos se procedió al análisis de

datos estadísticos y se culminó con la elaboración de una propuesta de solución para la mejora la calidad de vida de los estudiantes.

Actividades

Para la presente investigación se tomó contacto con las autoridades de la Unidad Educativa Rumiñahui, ubicada en la provincia de Tungurahua en la ciudad de Ambato, para el proceso de recolección de datos en primer instancia se acudió a la Unidad Educativa, teniendo un primer acercamiento con el señor rector de la institución, con el objetivo de confirmar el proceso de investigación de la temática planteada, se llevara a cabo la revisión de algunos archivos con el fin de conocer y acercarse más a la realidad de los estudiantes de bachillerato y con los datos obtenidos se procedió a la provisión de los reactivos, se pidió información acerca de la población total de estudio legando a la conclusión de que en esta investigación no es necesario el cálculo del muestreo, debido a que el número de población no es extensa, posteriormente se realizó una planificación con el encargado del DECE para la aplicación de reactivos o instrumentos psicológicos, y como último paso se realiza la propuesta en base a los resultados obtenidos.

CAPÍTULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Diagnóstico de la situación actual

Tabla N° 5: Niveles de inteligencia emocional

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Porcentaje
Marcadamente baja	0	0,000	0,00%
Muy baja	2	0,041	4,08%
baja	11	0,224	22,45%
Promedio	31	0,633	63,27%
Alta	5	0,102	10,20%
Muy alta	0	0,000	0,00%
Marcadamente alta	0	0,000	0,00%
TOTAL	49		100%

Elaborado por: La Investigador

Fuente: Investigación de Campo

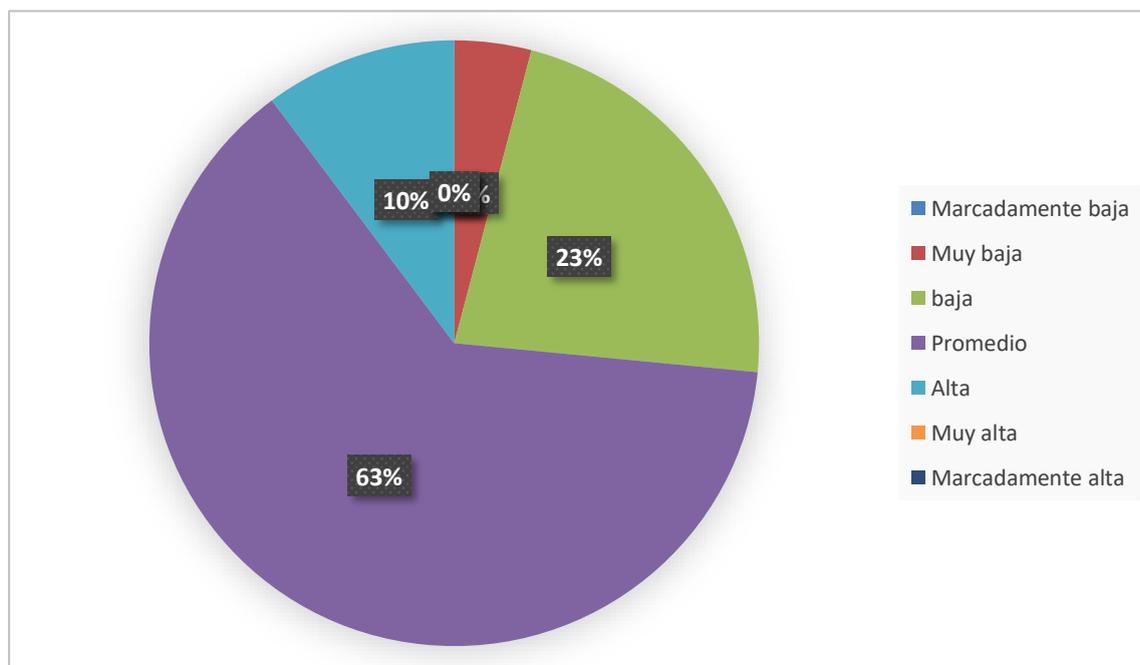


Gráfico N°2: Niveles de inteligencia emocional

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Investigación de Campo

Análisis e interpretación

Los datos evidencian que más de la mitad de la población (63%) presentan una inteligencia emocional promedio, definiendo a personas que puedan establecer relaciones interpersonales, tomar decisiones y afrontar problemas de la vida cotidiana, cerca de la cuarta parte (23%) de la población tiene inteligencia emocional baja que hace que sean personas que tienen dificultades en el control y adecuación de sus emociones, la toma de decisiones en este grupo de estudiantes se ve afectada por diversas circunstancias que impiden el control de las emociones; sin embargo hay un pequeño grupo de estudiantes que se sitúan en los extremos del dominio de la inteligencia emocional y del poco desarrollo de ésta; entre estos grupos, el grupo con alta inteligencia emocional corresponde a la décima parte de los estudiantes (10%), quienes muestran altas habilidades para el autocontrol y del dominio de sus emociones, en el otro extremo, es un grupo poco significativo el que muestra carencia de inteligencia emocional. Lo que significa que este grupo de adolescentes va manejando de a poco y en forma continua el desarrollo de su inteligencia emocional como un grupo de características que les permitirán desempeñarse adecuadamente en su entorno.

Tabla N°6: Niveles de consumo de alcohol

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Porcentaje
No problemas relacionados al alcohol	34	0,69	69%
Bebedor en riesgo	9	0,18	18%
Problemas físico psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica	6	0,12	12%
Total	49	1	100%

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Investigación de Campo

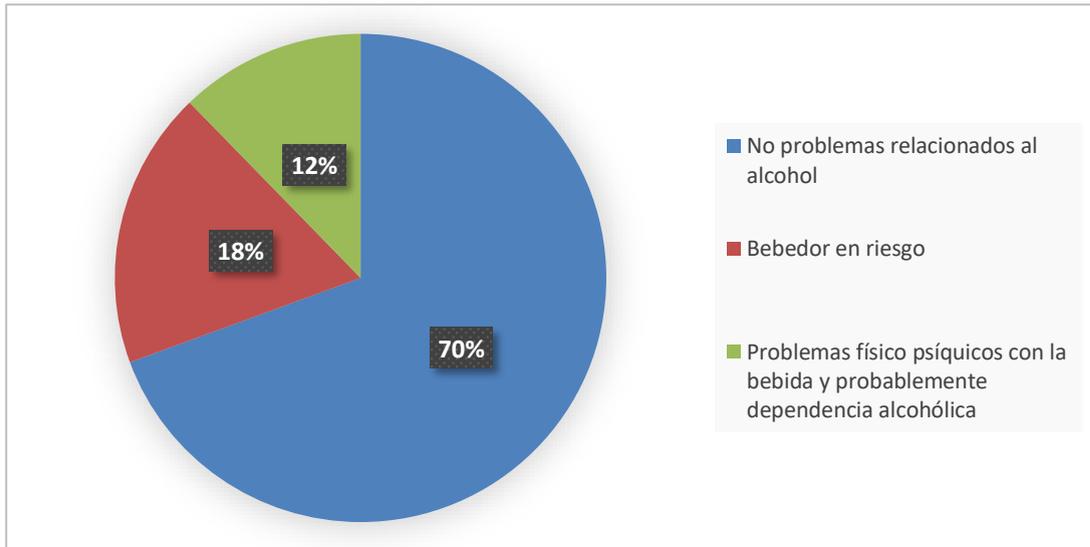


Gráfico N°3: Niveles de consumo de alcohol

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Investigación de Campo

Análisis e interpretación

En base a los datos expuestos, más de la mitad de la población (70%) no presentan problemas relacionados al consumo de alcohol lo que significa que los estudiantes tienen una buena comunicación con sus padres, presentando adecuadas relaciones afectivas, mientras que menos de la cuarta parte (18%) presentan riesgo de consumo de alcohol lo que significa que el individuo puede conllevar en un futuro un daño psicológico, sociológico o físico, mientras que el grupo con problemas físicos y psíquicos con la bebida, probablemente dependencia, que representa la doceava parte de los estudiantes (12%), pueden adquirir complicaciones de la dependencia del alcohol y desarrollar enfermedades por el exceso de consumo de alcohol y daños tanto psicológicos, sociológico o físico, lo que podría ocasionar que el individuo, presente una serie de problemas debidos al consumo repetido de la sustancia, conllevando así al adolescente a presentar fuertes deseos de consumo de alcohol.

Comprobación de las hipótesis

Para verificar la hipótesis se procede a plantear la hipótesis alterna y la hipótesis nula como modelo lógico.

Hipótesis

H1 (Hipótesis alterna)

La Inteligencia emocional **SI** influye en el consumo de alcohol en los estudiantes del tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui sección vespertina del Cantón Ambato.

HO (Hipótesis Nula)

La Inteligencia emocional **NO** influye en el consumo de alcohol en los estudiantes del tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui sección vespertina del Cantón Ambato.

Definición del nivel de significación.

Permite determinar la zona de aceptación o rechazo de la hipótesis nula, con la cual se puede asumir la hipótesis alterna.

Nivel de significancia

El nivel de significación escogido para la investigación fue el 0,05.

Elección de la prueba estadística.

Para la verificación de la hipótesis se escogió la prueba Chi cuadrado, cuya fórmula es la siguiente:

$$X^2 = \frac{\sum(O-E)^2}{E}$$

Simbología:

O = Datos observados (Frecuencia Observada).

E = Datos esperados (Frecuencia Esperada).

Tabla N°7: Frecuencia Observada

Tabla de Frecuencias Observada

	No problemas relacionados con el alcohol	Bebedor en riesgo	Problemas físicos psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica	TOTAL
Marcadamente baja	0	0	0	0
Muy baja	2	0	0	2
baja	8	3	0	11
Promedio	19	6	6	31

Alta	5	0	0	5
Muy alta	0	0	0	0
Marcadamente alta	0	0	0	0
TOTAL	34	9	6	49

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE) Cuestionario de alcohol (AUDIT)

Cálculo de Frecuencias Esperadas

Ejemplo:

$$Fe = \frac{34 \times 0}{23}$$

$$Fe = 0$$

Tabla N°8: Frecuencias Esperadas

Elaborado por: El Investigador

	No problemas relacionados con el alcohol	Bebedor en riesgo	Problemas físicos psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica	TOTAL
Marcadamente baja	0,00	0,00	0,00	0
Muy baja	1,39	0,37	0,37	2
Baja	7,63	2,02	2,02	11
Promedio	21,51	5,69	5,69	31
Alta	3,47	0,92	0,92	5
Muy alta	0,00	0,00	0,00	0
Marcadamente alta	0,00	0,00	0,00	0
TOTAL	34	9	6	49

Fuente: Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE)
Cuestionario de alcohol (AUDIT)

Cálculo del Chi Cuadrado General

$$\chi^2 = \frac{\sum(O-E)^2}{E}$$

Tabla N°9: Cálculo del Chi Cuadrado

INTELIGENCIA EMOCIONAL/CONSUMO DE ALCOHOL	fo	fe	fo-fe	(fo- fe)²	(fo-fe)²/fe
NDMB/NPRA	0	0	0	0	0
NDMB/BR	0	0	0	0	0
NDMB/PFPBPDA	0	0	0	0	0
NMC/NPRA	2	1,39	0,61	0,3721	0,26769784
NMC/BR	0	0,37	-0,37	0,1369	0,37
NMC/PFPBPDA	0	0,37	-0,37	0,1369	0,37
MD/NPRA	8	7,63	0,37	0,1369	0,01794233
MD/BR	3	2,02	0,98	0,9604	0,47544554
MD/PFPBPDA	0	2,02	-2,02	4,0804	2,02
P/NPRA	19	21,51	-2,51	6,3001	0,29289168
P/BR	6	5,69	0,31	0,0961	0,01688928
P/PFPBPDA	6	5,69	0,31	0,0961	0,01688928
BD/NPRA	5	3,47	1,53	2,3409	0,67461095
BD/BR	0	0,92	-0,92	0,8464	0,92
BD/PFPBPDA	0	0,92	-0,92	0,8464	0,92
MBD/NPRA	0	0	0	0	0
MBD/BR	0	0	0	0	0
MBD/PFPBPDA	0	0	0	0	0
ED/NPRA	0	0	0	0	0
ED/BR	0	0	0	0	0
ED/PFPBPDA	0	0	0	0	0
TOTAL X²					6,36236691

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Elección de la Prueba Estadística.

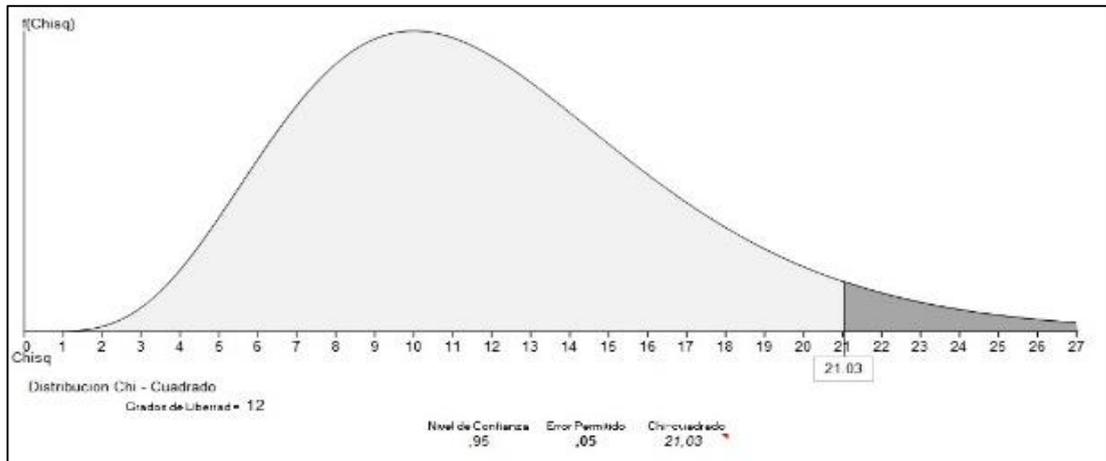


Gráfico N°4: Cálculo del Chi Cuadrado

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Correlación de variables

Nivel de significancia

El nivel de significación es del 5% equivalente al 0.05

Especificación de las regiones de Aceptación y Rechazo

Para determinar las zonas de aceptación y rechazo, primero se determina los grados de libertad aplicando la siguiente fórmula.

$Gl = (f - 1) (c - 1)$, dónde:

Gl= grados de libertad

f= número de filas

c= número de columnas

Distribución

$$Gl = (f-1) (c-1)$$

$$Gl = (3-1) (7-1)$$

$$Gl = (2) (6)$$

$$Gl = 12$$

$$\text{Total } X^2 = 6.3623$$

Decisión

En relación al proyecto de investigación llevado a cabo y en base a los resultados obtenidos mediante la prueba estadística del chi-cuadrado donde se obtuvo y en mención que el chi-experimental posee un valor de 21.03 mientras que el valor crítico corresponde a 6.3623, por ende se toma en consideración las reglas de decisión que mencionan que el valor crítico es menor que el chi experimental, dándonos así que en los datos obtenidos no influye las variables y se escoge la hipótesis nula, significando que la variable dependiente no influye en la variable independientes. Es decir, la Inteligencia emocional no influye el consumo de alcohol en los estudiantes del tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui sección vespertina del Cantón Ambato.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

1. Una vez finalizada la presente investigación sobre la Inteligencia Emocional y el consumo de alcohol en los estudiantes del tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui sección vespertina del Cantón Ambato, se concluye que la Inteligencia emocional NO influye en el consumo de alcohol en los estudiantes, evidenciando mediante el cálculo del chi cuadrado el valor experimental es de 6,36 menor a la tabla estadística con 21.0 (Tabla 9).
2. Se ha identificado que los niveles más relevantes de inteligencia emocionan en los estudiantes en promedio (tabla 5), con respecto a los niveles siguientes no se evidencio datos superiores de muy alto y marcadamente alto, en relación a la percepción y apreciación de los individuos significa que los estudiantes presentan una adecuada inteligencia emocional, puede establecer relaciones interpersonales, tomar decisiones y afrontar problemas de la vida cotidiana tomando decisiones apropiadas y eficaces.
3. Se ha determinado que los estudiantes de tercer año de bachillerato en un 70% no presentan problemas relacionados con el alcohol, el 18% presentan riesgo de consumo de alcohol y el 10% presentan problemas físico psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica, llegando a la conclusión que el consumo de alcohol en estudiantes pueden adquirir complicaciones de dependencia al alcohol desarrollando enfermedades y daños tanto psicológicos, sociológico o físico, por lo cual se debe tomar medidas preventivas.
4. En base a los resultados recopilados se concluyó con la factibilidad de estructurar una propuesta, con la creación de talleres enfocados en la prevención primaria referente al consumo alcohol en los estudiantes de la Unidad Educativa Rumiñahui.

RECOMENDACIONES

1. Partiendo de los resultados analizados en la investigación, sería recomendable tomar en cuenta la expansión de la población y aplicar a nivel de todos los bachilleratos de la institución, ya que mientras más grande sea la cantidad de alumnos obtendremos mejores resultados y así se podría evidenciar el problema planteado de una manera más contundente. Así mismo es importante se continúe con la investigación, para mostrar datos más específicos con respecto a la inteligencia emocional y el consumo de alcohol, conocer como esto afecta para mejorar su desempeño y desenvolvimiento en su cotidianidad, mejorando así su interacción con el medio y en la resolución de problemas de manera asertiva.
2. Socializar a los alumnos de bachillerato la temática, la Inteligencia Emocional, la forma en que pueden aplicar en la vida habitual y sus beneficios para mejorar la comunicación asertiva, las habilidades sociales, el manejo adecuado en situaciones de estrés y la toma de decisiones; de este modo y con la ayuda de la Institución se pueden prestar ayuda a los estudiantes que presenten dificultades.
3. Finalmente es de suma importancia que en futuras investigaciones se identifique cuáles son los factores que influyen para que los estudiantes consuman alcohol y así poder brindar ayuda a aquellos que presenten problemas. Por otro lado, es necesario talleres de prevención primaria referente al consumo dirigida a los estudiantes de la Unidad Educativa Rumiñahui.
4. Se recomienda llevar a cabo la propuesta diseñada por el investigador con la finalidad de mitigar el consumo de alcohol en estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui

DISCUSIÓN

En la investigación de Ramos (2018), sobre la Inteligencia Emocional y el Consumo de Alcohol, se determina que la mayoría de la población evaluada presenta una capacidad emocional dentro de los rangos normales mientras que, en el consumo de alcohol no presenta riesgo de consumo nocivo, se relaciona directamente con los resultados encontrados en la población estudiada en el colegio Rumiñahui, en donde los marcadores de inteligencia emocional y consumo de alcohol muestran la misma tendencia en las frecuencias encontradas, y que por tanto aun cuando el consumo de alcohol no se muestra en puntuaciones altas, cada caso se relaciona con la vida de un adolescente y por tanto se debe considerar como un problema significativo. Por otra parte, el estudio de Cherniss (2016), en el artículo sobre la inteligencia emocional y el desempeño laboral determina que, la inteligencia emocional tiene un mayor impacto en el desempeño laboral haciendo así que su rendimiento abarque los dominios de autoconciencia, autorregulación, automotivación, empatía y habilidades sociales y tengan la capacidad de procesar información emocional de manera precisa y eficiente, en relación con los datos encontrados en la Unidad Educativa Rumiñahui referentes a la inteligencia emocional la mayor parte de la población estudiada presenta una inteligencia promedio, definiendo a personas que puedan establecer relaciones interpersonales, tomar decisiones y afrontar problemas de la vida cotidiana. De la misma manera en investigaciones realizadas sobre la inteligencia emocional y el estilo de liderazgo Ruiz (2017), describe que si existe una relación entre la inteligencia emocional y el estilo de liderazgo, lo que manifiesta que se evidencian la importancia de la inteligencia emocional en el ámbito organizacional, más aún destaca a los líderes como diestros en habilidades emocionales, tienen la capacidad de influir en los demás, la confianza en sí mismos y la motivación de logro, concluyendo que el 90% del éxito del liderazgo depende de la inteligencia emocional.

CAPÍTULO V

PROPUESTA

TEMA: Talleres de Prevención Primaria referente al consumo de alcohol dirigido a estudiantes de la Unidad Educativa Rumiñahui.

JUSTIFICACIÓN

En este capítulo se ostentará una propuesta de un taller preventivo e informativo y dinámico sobre el consumo de alcohol en adolescentes de 12 a 18 años, el alcohol es una de las drogas más consumidas en el mundo, su uso y consumo es un problema global que compromete el desarrollo tanto individual como social, se ha evidenciado que muchos adolescentes comienzan a beber a edades muy tempranas, la mayoría de los estudiantes crecen en una cultura que equipara el consumo de alcohol con divertirse, relajarse y reducir la tensión, para otros beber alcohol se ha convertido en un rito de iniciación para ser adultos, sin antes darse cuenta que beber durante la adolescencia trae consecuencias negativas para la salud psicológica, social y física de los jóvenes.

Por esta razón y el conjunto de factores de riesgo que se encuentran inmersos los adolescentes se ha propuesto talleres de prevención de consumo de alcohol, ya que es el tercer factor de riesgo principal de carga de morbilidad prematura a nivel mundial.

El estudio es factible ya que se cuenta con el apoyo de las autoridades de la institución para la aplicación del taller, de igual manera tiene originalidad porque a través de él se busca brindar soluciones a la problemática encontrada y es importante, ya que se ampliará conocimientos acerca de las sintomatologías y etiología del consumo de alcohol.

OBJETIVOS

Objetivo General

Estructurar talleres de prevención primaria referente al consumo alcohol dirigido a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui.

Objetivos Específicos

1. Identificar técnicas cognitivas conductuales apropiadas referente a la prevención primaria del consumo de alcohol dirigido a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui.
2. Determinar estrategias encaminados a los efectos y consecuencias del consumo de alcohol dirigido a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Rumiñahui.

ESTRUCTURA TÉCNICA DE LA PROPUESTA

La presente propuesta tendrá integrado talleres de tal manera que se hara uso de técnicas y estrategias específicas de la corriente cognitiva conductual que nos ayudara modificar conductas en los estudiantes de bachillerato la Unidad educativa Rumiñahui de tal manera que el fin primordial de la propuesta es la estructuración y desarrollo de técnicas estratégicas para reducir el consumo de alcohol, para lo cual lo hemos dividido en tres talleres con los temas de: ¿Conoces sobre la temática del alcohol?, preguntas sobre la prevención del alcohol, y finalmente Estrategias para reducir el consumo de alcohol. En cada taller se planifico un tiempo de dos horas que constara con la iniciación de una dinámica para generar rapport entre estudiantes e investigador además de tratar técnicas especializadas de la corriente cognitiva conductual que se enfocan en la modificación de la conducta, por último se culminara con la retroalimentación de cada estudiante.

ARGUMENTACIÓN TEÓRICA

Para la propuesta se hará énfasis en el enfoque cognitivo conductual la cual según Clark (citado por Mae, 2016) mencionan que en la actualidad:

Se percibe a la terapia cognitivo conductual como una psicoterapia estructurada por; tiempo, con orientación al problema y que se dirige a cambiar las actitudes y comportamientos negativos. Estas cogniciones y creencias están sujetas al análisis lógico y la comprobación empírica de hipótesis, lo que conduce a los individuos a realinear su pensamiento con la realidad y a modificar mediante técnicas sustentadas en la terapia su conducta. (p.14).

En otras palabras, el enfoque cognitivo conductual es una psicoterapia orientada al presente, se basa en la idea de que los problemas psicológicos surgen como resultado de la forma en que interpretamos o evaluamos situaciones, pensamientos y sentimientos y comportamientos, ayudando a las personas a identificar las metas que son más importantes para ellos, y a superar los obstáculos que se interponen en su camino, además brinda la posibilidad de cambiar la forma de pensar y de actuar ante una situación determinada la unión de las dos corrientes nos permiten una retroalimentación mutua tanto del pensamiento como de la conducta.

Según Callol (2015), menciona estrategias cognitivo-conductual basadas en la teoría, que en el desarrollo de patrones conductuales desadaptativos como el abuso de sustancias, los procesos de aprendizaje juegan un papel fundamental, las personas aprenden a identificar y corregir comportamientos problemáticos aplicando una variedad de habilidades diferentes que pueden usarse para detener el consumo de alcohol y abordar una variedad de otros problemas, un elemento central es anticipar problemas probables y mejorar el autocontrol de los pacientes ayudándolos a desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas he identificar pensamientos y comportamientos negativos y reemplazarlos con positivos.

Naujoël (2018), la técnica del modelado parte de un principio esencial del aprendizaje llamado observacional o vicario, ya que las conductas se aprenden, mantienen y extinguen por medio de la observación, el aprendizaje vicario por medio del observador asimila conductas operantes como respondientes y no requiere de un modelo ya que puede ser por medios simbólicos como la transmisión oral escrita o la imaginación; describiéndonos cinco funciones del modelado como la motivación, modificación de la valencia emocional, aprender nuevas conductas, inhibir o promover la realización de conductas en función de las consecuencias para el modelo

Por otro lado, Peña (2017), menciona que el modelado encubierto es un procedimiento o una técnica que favorecen a una serie de conductas ya que se lo utiliza para alcanzar metas, corregir conductas, fomentarlas o facilitar la aparición de conductas deseables y consiste en la observación a través de la imaginación.

DISEÑO TÉCNICO DE LA PROPUESTA

La presente investigación se plantea realizar talleres y técnicas psicoeducativas con la finalidad de aportar información sobre los riesgos del consumo del alcohol, se los desarrollara en grupo ya que brinda oportunidades para mejorar las habilidades sociales, aprender de los demás, desarrollar la confianza, mejorar la autoestima y dominar destrezas importantes para la vida en un contexto social, las actividades grupales proporcionan el desarrollo de habilidades en un entorno de sostén para practicar y obtener comentarios y apoyo, el entorno grupal no solo es un foro ideal para aprender habilidades sociales, el crecimiento personal y el autodescubrimiento a menudo se logran mejor no de forma aislada, sino a través de relaciones y apoyo.

DISEÑO TÉCNICO DE LA PROPUESTA

PLAN OPERATIVO

Cuadro No1. Plan Operativo

FASE	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLE
Fase I Logística	Preparación y adecuación del espacio físico donde se ejecutará los talleres y los materiales que se emplearán.	Coordinación con las Autoridades y organización del espacio y horarios más oportunos para realizar los talleres.	Humano Bibliográficos Tecnológicos Materiales	1 horas	El investigador
Fase II Socialización	Presentación del programa y talleres propuestos	Socialización del programa con los estudiantes	Humano Bibliográficos Tecnológicos	1 horas	El investigador
	Taller I Argumentación teórica sobre el alcohol.	Proporcionar información sobre el consumo de alcohol.	Humano Bibliográficos Tecnológicos	2 horas	El investigador

Fase III Ejecución	Taller II Propuestas sobre la prevención del alcohol.	Reflexionar sobre las causas y efectos negativos del alcohol por medio del juego participativo	Humano Bibliográficos Tecnológicos	2 horas	El investigador
	Taller III Estrategias para reducir el consumo de Alcohol	Brindar estrategias para reducir el consumo de Alcohol	Humano Bibliográficos Tecnológicos	2 horas	El investigador
Finalización	Cierre	Consolidación de conocimientos adquiridos para su futura práctica	Humano Tecnológicos	2 horas	El investigador

Taller I

Tema: ¿Conoces sobre la temática del alcohol?

Objetivo: Socializar la temática entorno al consumo de alcohol.

Fase	Aspecto a trabajar	Técnica	Metas de resultados esperados	Tiempo	Responsable
Rapport	Saludo de Bienvenida	Dinámica grupal “Pelota preguntona”	Generar dialogo, empatía y, sobre todo conexión en el grupo.	20 minutos	Investigador
Introducción	Presentar información del tema a tratar	Expositiva	Dejar claro los objetivos y la metodología a emplear en el taller.	20 minutos	Investigador
Desarrollo	Exposición sobre definición, características, consecuencias fisiológicas, psicológicas y sociales por consumo de alcohol.	Expositiva Participativa Psicoeducativa	Socializar los temas a tratar con el objetivo de un aprendizaje significativo.	1 hora	Investigador
Cierre	Preguntas y elementos principales del taller	Retroalimentación	Verificar si la información expuesta fue captada por los estudiantes.	20 minutos	Investigador

DESARROLLO TALLER I

Fase I Rapport

1. Bienvenida

En este punto se inicia con una pequeña bienvenida al taller por parte del investigador dirigida a los estudiantes de la Unidad Educativa Rumiñahui; para generar rapport entre los alumnos y el investigador se llevará a cabo una dinámica grupal llamada “Pelota Preguntona”.

2. Instrucciones de la dinámica.

En esta primera dinámica llamada *La pelota Preguntona*, consiste en formar un círculo con los participantes, los cuales deberán arrojarse una pelota hacia alguno de los asistentes que se encuentran en el círculo, y este debe decir su nombre y su edad, luego debe pensar una pregunta y arrojarle la pelota a quien quiere que la conteste, así se repite la acción sucesivamente hasta culminar con todos los participantes.

Fase II-Introducción

Una vez realizado el rapport, se iniciara la exposición dando a conocer reglas de convivencia como la participación, el respeto, apagar los celulares, poner atención y manifestación de dudas que puedan presentarse, por otro lado se explicara la temática del taller junto con los objetivos propuestos mediante la técnica de exposición a través de diapositivas previamente elaboradas, en donde se definirá que es el alcohol y que conocimientos tienen los estudiantes sobre el tema propuesto, luego de la exposición hecha por el investigador se procede a preguntar a los participantes si existe alguna inquietud o duda en cuanto al contenido expuesto para de esa manera contribuir al aprendizaje de los estudiantes.

Fase III- Procedimiento

A través de diapositivas se analizarán los siguientes tópicos de forma participativa y psicoeducativa. ¿Qué es el alcohol? ¿Cómo afecta el alcohol a tu cuerpo? Abordando por parte del expositor temas como conceptos, criterios de bebedores,

porcentajes, efectos psicológicos y fisiológicos por consumo de alcohol. Dando así entender que el principal ingrediente psicoactivo de las bebidas alcohólicas es el etanol, es conocido generalmente como *alcohol*, el etanol es la sustancia que lo emborracha, esta forma de alcohol es un subproducto del proceso de fermentación y uno de los más populares del mundo; las bebidas alcohólicas a veces se sienten como estimulantes o incluso como alucinógenos en algunos casos, pero el alcohol es en realidad un depresor, esto significa que ralentizan su sistema nervioso central y afecta su estado de ánimo y su salud mental, el consumo excesivo de alcohol puede tener numerosos efectos adversos en su cerebro, el consumo excesivo de alcohol puede incluso provocar un desmayo, un fenómeno caracterizado por la pérdida de memoria o amnesia, durante un episodio de consumo excesivo de alcohol (Arnarson, 2018). De la misma manera, Jones (2020) menciona que los efectos del abuso del alcohol pueden deteriorar varias áreas de la vida de una persona afectándole negativamente en el trabajo, la escuela y las relaciones personales, las personas que lo rodean también se ven afectadas, el juicio deteriorado cuando está bajo la influencia del alcohol puede llevar a participar en conductas de riesgo que pueden ser peligrosas para el consumidor además, los efectos sobre la salud pueden ser perjudiciales y tener resultados duraderos como:

- Mayor riesgo de desarrollar ciertos tipos de cánceres.
- Enfermedad del hígado
- Daño al cerebro
- Sistema inmunitario debilitado
- Problemas cardiovasculares
- Lesión física como resultado de un funcionamiento motor deficiente

Por otro lado, Buddy (2020), menciona que el consumo de alcohol en menores de edad es un grave problema de salud pública, es la sustancia de abuso más utilizada entre los jóvenes y presenta enormes riesgos para la salud y la seguridad, a medida que los adolescentes maduran, es natural que afirmen su independencia, busquen nuevos desafíos y traten de asumir riesgos, el consumo de alcohol por menores de edad es un riesgo que atrae a los adolescentes en desarrollo, muchos quieren probar el alcohol, pero no reconocen completamente los riesgos, consecuencias y efectos que ocasionan en su salud y comportamiento, no solo perjudica al bebedor sino, el

consumo de alcohol es una enfermedad que afecta la vida, la actitud y la forma de pensar de cada miembro de la familia, vivir con abuso de alcohol significa estar en un ambiente inseguro lleno de interrupciones de las rutinas normales, la tensión de las relaciones tensas y la deshonestidad.

Fase IV-Cierre

- Repaso de la información impartida
- Retroalimentación
- Verificar si la información expuesta fue captada por los estudiantes.

Planificación Taller II

Tema: Preguntas sobre la prevención del alcohol.

Objetivo: Reflexionar sobre las causas y efectos negativos del alcohol por medio de un juego participativo.

Fase	Aspecto a trabajar	Técnica	Metas de resultados esperados	Tiempo	Responsable
Rapport	Saludo de Bienvenida a los participantes .	Dinámica grupal El Ovillo	Generar rapport y socialización entre estudiantes	30 min	Investigador
Introducción	Presentación del taller y temática a trabajar	Expositiva	Dejar claro los objetivos y la metodología a emplear en el taller.	15 minutos	Investigador
Desarrollo	Observar conocimientos previamente adquiridos por medio de la dinámica <i>competición de preguntas sobre prevención del alcohol.</i>	Discusión Grupal Expositiva Psicoeducativa	Confirmar conocimientos adquiridos sobre la prevención del consumo de alcohol. -	3 horas	Investigador
Cierre	Refuerzo de los conocimientos	Feedback	Fortalecer los conocimientos adquiridos en el taller.	15 minutos	Investigador

DESARROLLO TALLER II

Fase I Rapport

1. Bienvenida

El investigador da la bienvenida a los participantes, dando a conocer las actividades que se trabajarán durante el taller y entregando los materiales que se utilizarán, a continuación, se procederá a realizar la primera dinámica llamada *el ovillo*

2. Instrucciones de la dinámica.

El objetivo de la dinámica grupal *El ovillo* consiste en que los participantes se ubican en círculo, toma un ovillo de lana y se lo arroja hacia un miembro del grupo al azar y debe presentarse a sí mismo, cuando concluye, lo arroja a otro miembro reteniendo la punta del ovillo y así, hasta llegar al último, se construye una red que une a todos los miembros. Luego, se inicia el proceso inverso siguiendo el camino que trazó el ovillo, cuando cada participante recibe nuevamente la madeja, expresa sus expectativas respecto del tema mientras ovilla la lana que le han entregado, de esta forma, concluye la presentación cuando la red fue desarmada y el ovillo reconstruido.

Fase II-Introducción

Antes de la iniciar el con la segunda dinámica se dará a conocer reglas de convivencia como la participación, el respeto, apagar los celulares, poner atención y manifestación de dudas que puedan presentarse, a continuación, se explicará los objetivos dando a conocer sobre los efectos negativos del alcohol y corregir mitos y leyendas urbanas sobre el alcohol a través de un juego participativo. La actividad consiste en una competición donde tendrán que contestar a una serie de preguntas, describiendo la respuesta correcta.

Fase III- Procedimiento

Como primera instancia se le entregara el material a cada uno de los estudiantes, el cual consiste en llenar una serie de preguntas previamente ya elaboradas, una vez completado las preguntas de la tarjeta se procede a retirarlas y mezclar para repartirlas indistintamente tomando en cuenta que no reciban la misma tarjeta.

Finalmente, el investigador selecciona un estudiante para que proceda a leer una de las preguntas con su respuesta y así entrar a un pequeño debate en donde cada uno de los estudiantes dan su criterio.

Pregunta, preguntona	Respuesta
¿Qué es el alcohol? ¿A qué edad se empieza a consumir alcohol y cual s la bebida más consumida?	
¿Cuándo y dónde beben más los jóvenes y adolescentes? ¿Qué síntomas tiene al emborracharse?	
¿Qué le ocurre a los adolescentes cuando beben habitualmente?	
Una café o una ducha disminuye la borrachera.	
Beber alcohol durante la resaca la mejora	
Lo peor que te puede pasar si bebes es acabar con resaca.	
El que bebe demasiado solo se perjudica a sí mismo.	

Ilustración 1: Tarjeta preguntona

Fuente: El Investigador

Fase IV-Cierre

- Retroalimentación
- Fortalecer los conocimientos adquiridos en el taller.

Taller III

Tema: Estrategias para reducir el consumo de alcohol

Objetivo: Brindar estrategias útiles para reducir el consumo de alcohol

Fase	Aspecto a trabajar	Técnica	Metas de resultados esperados	Tiempo	Responsable
Rapport	Saludo de Bienvenida	Dinámica grupal la batalla de los globos.	Generar dialogo, empatía y, sobre todo conexión en el grupo.	20 minutos	Investigador
Introducción	Presentar información del tema a tratar	Expositiva	Dejar claro los objetivos y la metodología a emplear en el taller.	20 minutos	Investigador
Desarrollo	Estrategias para reducir el consumo de alcohol	Modelado Modelado pasivo(video) Modelado encubierto (imaginación) Ensayo activo de la conducta (Psicodrama)	Por medio de la técnica del modelado conductual se enseñara a los estudiantes estrategias para reducir el consumo de alcohol	1 hora	Investigador
Cierre	Evaluación del taller	Feedback	Generar acuerdos para la modificación de la conducta para que la ejerzan a diario	20 minutos	Investigador

DESARROLLO TALLER III

Tema: Estrategias para reducir el consumo de alcohol

Objetivo: Brindar estrategias útiles para reducir el consumo de alcohol

Fase I Rapport

Bienvenida

El investigador da la bienvenida a los participantes, dando a conocer las actividades que se trabajaran durante el taller y entregando los materiales que se utilizaran, a continuación, se procederá a realizar la primera dinámica llamada la batalla de los globos.

Técnica: Dinámica

Tema: La batalla de los globos

Objetivo: Generar dialogo, empatía y sobre todo conexión en el grupo.

Tiempo de duración: 20 minutos

Materiales:

- Globos

Desarrollo:

Para dar inicio con la dinámica cada uno de los participantes tendrá un globo inflado amarrado en uno de sus tobillos de forma que quede colgando aproximadamente 10 cm. El juego consiste en tratar de pisar el globo del contrincante sin que le pisen el suyo. Al participante que le revientan el globo queda eliminado.

Fase II-Introducción

A continuación de la dinámica una vez logrado establecer rapport y cohesión grupal, se dará a conocer reglas de convivencia como la participación, el respeto, apagar los celulares, poner atención y manifestación de dudas que puedan presentarse, a su vez se dará inicio del taller donde se aplicará una exposición psicoeducativa y se presentara los fundamentos teóricos que se van a poner en práctica durante el mismo.

Fase III- Procedimiento

Después de haber dado la explicación teórica del tema, se procede a poner en práctica junto con las estuantes estrategias para reducir el consumo de alcohol.

Técnica 1

Nombre: Vive libre de alcohol

Objetivo: Aprender estrategias para reducir el consumo de alcohol.

Desarrollo:

Para dar inicio a la técnica se explica a los estudiantes que se centren en observar el video acerca de la Prevención del consumo de alcohol y posterior a ello se desarrollara una actividad en grupo.

Ejemplo a trabajar

Video: Prevención del consumo de alcohol

Link del video:

<https://www.youtube.com/watch?v=ndXO0eg7VV8>

Luego de la observación del video los estudiantes deberán hablar sobre cuáles son las causas principales por consumir alcohol y cómo podemos cambiar esta historia.

Técnica 2

Nombre: Modelado encubierto

Objetivo: Desarrollo de estrategias para reducir el consumo de alcohol.

Desarrollo:

Para dar inicio a la técnica se explica a los estudiantes que se centren en imaginar acciones para reducir el consumo de alcohol en las diferentes situaciones que se les expondrá.

Ejemplo a trabajar

- Carlos estudiante de preparatoria todas las tardes se encontraba con sus amigos luego de salir de clases, ellos le proponían consumir 2 cervecitas cada día mientras patinaban, para que se sienta superior a todos y pueda lograr todo lo que se proponga.
- Usted llega a su casa y se imagina que su hermana menor se encuentra en estado etílico. ¿Qué es lo que usted hace?

- Usted se encuentra en una reunión familiar y sus primos le comentan que se acaban de robar una botella de licor y se van a consumir a escondidas ¿cuál es su reacción?
- Si sus amigos le obligan a tomar licor. ¿Cuál sería su respuesta?

Al culminar con la actividad de imaginación, se elegirá cinco estudiantes al azar para que compartan sus respuestas de cómo se sintieron en la técnica y cuál fue su contestación a cada ejemplo expuesto.

Técnica 3

Nombre: Ensayo activo de la conducta

Objetivo: Poner en práctica las estrategias aprendidas.

Desarrollo:

Para dar inicio se explica a los estudiantes que se va a poner en práctica los ejemplos y las técnicas anteriormente utilizadas, para lo cual se empleara el role play como una herramienta de ensayo activo. A continuación, se hará grupos acorde al número de participantes y se procede a sacar dos representantes de cada grupo con el objetivo de participar en la dramatización de los ejemplos anteriormente mencionados, con el propósito de enseñar a los estudiantes estrategias para reducir el consumo de alcohol.

Fase IV-Cierre

Para la finalizar el taller se realizará una retroalimentación y cada estudiante compartirá su experiencia dándonos a conocer lo que más le llamo la atención sobre los temas tratados.

Bibliografía

- Bachelor (2015). Inteligencia emocional y estrategias de aprendizaje, *Universidad de Chicago*.
- Bar-On, Reuven. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. *Psicothema*. 18 Suppl. 13-25.
- Belluz J. (2018), Es hora de repensar cuánto alcohol puede ser demasiado, <https://www.vox.com/2018/4/24/17242720/alcohol-health-risks-facts>.
- Benitez L. (2016). Intelectualismo significado, Editorial *Universidad Nacional de Quilmes, Buenos Aires*, 375 pp.
- Brito E. (2018). Inteligencia emocional y consumo de alcohol en estudiantes universitarios. Universidad Técnica de Ambato
- Brown A. Allscripts EPSi. Mayo Clinic, Rochester, Minnesota (2018). <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/alcohol-use-disorder/symptoms-causes/syc-20369243>
- Buckman, F., Eddie, D., Vaschillo, E., Vaschillo, B., García, A. y Bates, ME (2015). Adaptación cardiovascular inmediata y compleja a una dosis aguda de alcohol. *Alcoholismo: Investigación clínica y experimental*.
- Buddy D. (2020). Consumo de alcohol Riesgos y beneficios, Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/indepth/alcohol/art-20044551>.
- Carroll, KM y Onken, LS Terapias conductuales para el abuso de drogas. *The American Journal of Psychiatry*.
- Cattell, RB (1963). Teoría de la inteligencia fluida y cristalizada un experimento crítico. *Revista de psicología educativa*, 54 (1), 1.
- Cherniss C. (2016) Inteligencia emocional y desempeño laboral, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2212567116000836>
- Cherrys P. (2020). Terapia cognitivo Conductual. Obtenido de <http://www.sepsiq.org/file/Royal/LA%20TERAPIA%20COGNITIVO-CONDUCTUAL.pdf>
- Chick, J. (2019). Prescripción inútil en el trastorno por consumo de alcohol: riesgo y evitar el riesgo. <https://www.drinkaware.co.uk/facts/health-effects-of-alcohol/mental-health/alcohol-and-mental-health>
- Cleveland C. (2016). Consumo del alcohol en adolescentes.
- Cortez, et al., (2017) el consumo de alcohol como problema de salud pública *Revista Ra Ximhai volumen 13*.
- Crane M. (2019) alcoholismo es hereditario o genético. <https://americanaddictioncenters.org/alcoholism-treatment/symptoms-and-signs/hereditary-or-genetic>.

- Crianza (2018). Prevenir el consumo de alcohol en la niñez. Instituto Nacional sobre Abuso de Alcohol y Alcoholismo. <https://pubs.niaaa.nih.gov/publications/adolescentflyer/adolflyer.htm>.
- Elkins C. (2020) Relación padre-hijo en hijos de padres alcohólicos y no alcohólicos. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC301696/>
- Fernández B. (2020) Inteligencia emocional una revisión teórica y empírica de sus primeros 15 años de historia. Obtenido de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72709502>
- Galbicsek C. (2020) Efectos del Alcohol <https://www.alcoholrehabguide.org/alcohol/effects/>
- Goldsmith (2019). Alcohol y salud mental- Disponible en <https://www.mentalhealth.org.uk/publications/cheers-understanding-relationship-between-alcohol-and-mental>.
- Horn, JL y Cattell, RB (1966). Refinamiento y prueba de la teoría de las inteligencias generales fluidas y cristalizadas. *Revista de Psicología Educativa*.
- Howlett Peter A. (2018). Los efectos a corto y largo plazo del consumo de alcohol. disponible en <https://portage.ca/fr/blogue/effets-de-consommation-dalcool-a-court-long-termes/>
<http://my.clevelandclinic.org/services/heart/prevention/nutrition/food>
- Huitt, W. (2018). Motivación para aprender: una visión general. *Psicología Educativa* Recuperado de <http://www.edpsycinteractive.org/topics/motivate.html>
- Instituto Nacional sobre Abuso de Alcohol y Alcoholismo. (2018). Obtenido de <https://www.niaaa.nih.gov/alcohol-health/alcohols-effects-body>.
- Jeffrey J. (2020) Genética del alcoholismo <https://www.addictioncenter.com/alcohol/genetics-of-alcoholism/>
- Johnson B. (2018). Farmacoterapia para el trastorno por consumo de alcohol. <https://www.uptodate.com/contents/search>.
- Jones N (2020), signos y síntomas comunes del abuso de alcohol, *Hospital de salud conductual Seven Hills*, <https://www.sevenhillsbi.com/alcohol/symptoms-effects/>
- Jörg Richter (2017), consumo intenso de alcohol entre los adolescentes, un análisis multinivel <https://www.hindawi.com/journals/psychiatry/2013/250215/#references>
- Kantar Public. (2018) Actitudes sobre el alcohol 2018: padres y jóvenes. Diccionario de datos. Inédito.
- Kendler, E. Schmitt, SH Aggen y CA Prescott, (2018). Influencias genéticas y ambientales sobre el consumo de alcohol, cafeína, cannabis y nicotina desde la adolescencia temprana hasta la edad adulta media, Google Académico

- Lally, M. y French, SV (2018). Introducción a la Psicología. Canadá. *Fundación del Colegio del Condado de Lake*, 176-212.
- Mangal E. (2019). Los distintos tipos de inteligencia emocional. *Revista de Psicología actualizada*.
- Mayer, JD, Caruso, DR y Salovey, P. (1999). La inteligencia emocional cumple con los estándares tradicionales para una inteligencia. 267-298.
- Naujoël L. (2018), Técnicas de modelado y entrenamiento en habilidades sociales. Obtenido de <http://psicologia.isipedia.com/tercero/tecnicas-de-intervencion-cognitivo-conductuales/06-tecnicas-de-modelado-y-entrenamiento-en-habilidades-sociales>
- Organización mundial de la salud OMS (2018). El consumo nocivo de alcohol mata a más de 3 millones de personas al año, en su mayoría hombres. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/detail/21-09-2018-harmful-use-of-alcohol-kills-more-than-3-million-people-each-year--most-of-them-men>
- Organización mundial de la salud OMS (2019). Consumo de bebidas alcohólicas https://www.who.int/topics/alcohol_drinking/es/
- Pandeya, N., Wilson, L., Webb, P., Neale, R., Bain, C. y Whiteman, D. (2015). Cánceres en Australia en 2010 atribuibles al consumo de alcohol. *Revista de Salud Pública*
- Peña E. (2017), Modelado encubierto en la infancia. Obtenido de <https://www.atencionselectiva.com/2017/03/modelado-encubierto-en-la-infancia.html>
- Ramos, E. (2018) Inteligencia emocional y consumo de alcohol en estudiantes universitarios *Universidad Técnica de Ambato - Facultad de Ciencias de la Salud - Carrera de Psicología Clínica* <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/27348>
- Rehm J. El consumo de alcohol y su salud 2019. Disponible en <http://www.cdc.gov/alcohol/fact-sheets/alcohol-use.htm> .
- Ruhl, C. (2020, 16 de julio). Inteligencia: definición, teorías y pruebas. Simplemente psicología. Obtenido de <https://www.simplypsychology.org/intelligence.html>
- Ruiz, C. (2017) El efecto de la inteligencia emocional en el liderazgo de los mandos medios la empresa CORENA S.A. Quito, 102 p. Tesis Maestría en Desarrollo del Talento Humano. *Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador. Área de Gestión*.
- Salovey, P. y Mayer, JD (1990). La inteligencia emocional. Imaginación, cognición y personalidad, 9 (3), 185-211.
- Samoon A, (2019). Definición de consumo moderado, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/balanced/201907/defining-moderate-drinking>.
- Sharma R. F., Mejía, W. Vásquez, A. & Machaca, P. C. (2015) El secreto de la felicidad. Obtenido de <https://www.pinterest.es/pin/142567144429793443/>

- Solares, et al., 2018 Inteligencia emocional y bienestar III Ediciones Universidad San Jorge volumen II 140-142
- Stannard L. (2018). Efectos emocionales del abuso de alcohol- Mentalhealth.org - <https://www.mentalhealth.org.uk/a-to-z/a/alcohol-and-mental-health>
- Sternberg, RJ (1997). El concepto de inteligencia y su papel en el aprendizaje permanente y el éxito. Psicólogo estadounidense.
- Sternberg, RJ (2015). Teorías contemporáneas de la inteligencia. Manual de psicología, 21-45.
- Steven M. Melemis (2020). consumo de alcohol y su adicción <https://www.addictionsandrecovery.org/moderate-drinking.htm>
- Tendesayi (2017) Consumo de alcohol y conciencia de sus efectos sobre la salud entre estudiantes de secundaria- https://journals.lww.com/md-journal/fulltext/2017/12010/alcohol_consumption_and_awareness_of_its_effects.76.aspx
- Tetrault J (2018). Trastorno por consumo de riesgo y consumo de alcohol: epidemiología, patogenia, manifestaciones clínicas, evolución, evaluación y diagnóstico. <https://www.uptodate.com/contents/search>.
- Velasco J. 2015 Investigación de la inteligencia emocional UNMSM. Facultad de *Ingeniería Industrial ISSN* versión electrónica 1810-9993
- Velasco, J (2013). Inteligencia emocional Goleman, en Learning Theories <https://www.learning-theories.com/emtional-intelligence.goleman.html>.
- Vertava (2020) Es genético el alcoholismo. Obtenido de <https://vertavahealth.com/who-we-are/>

ANEXOS

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD



Oficio N. 011-FCHS-2020
Ambato, Enero 16 del 2020

Dr.
Fabián Molina
RECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI
Presente.-

De mi consideración:

Permítame ser la portadora de un saludo cordial y afectuoso, en representación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud de la Universidad Tecnológica Indoamérica, y a la vez conocedora de su alto espíritu de colaboración, me permito solicitarle se sirva autorizar la aplicación de los instrumentos para recolección de información del proyecto de investigación **"ESTUDIO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE TERCER AÑO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA RUMIÑAHUI SECCION VESPERTINA DEL CANTÓN AMBATO "**, autorizado para su ejecución para el señor Muzo Peñafiel Darío Javier los datos recabados se manejarán con total confidencialidad. El informe de resultados y su interpretación se entregará a usted con la intención de que la información sea beneficiosa para su institución.

Por la atención que se sirva dar a la presente anticipo mis agradecimientos.

Atentamente,

Dra. Norma Escobar
DECANA FCHS



Anexo No 1: Validación de instrumentos Inteligencia Emocional

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
 FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
 UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: Inteligencia Emocional y Consumo de Alcohol en estudiantes de 6º Curso de la U.E. Ruminahui sección Vespertina

INSTRUMENTO A VALIDAR: Test EQ-I Inteligencia Emocional

OBJETIVO GENERAL: Determinar la inteligencia emocional y su relación con el consumo de alcohol en estudiantes de 6º Curso de la U.E. Ruminahui sección Vespertina.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- 1 Examinar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de 6º Curso de la U.E.
- 2 Analizar los componentes de la inteligencia emocional en estudiantes de 6º Curso de la U.E.
- 3 Identificar el consumo de alcohol en los estudiantes de 6º Curso de la U.E.

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION METODOLOGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIGENCIA	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

El análisis de validacion recomienda el manejo del presente instrumento

SI NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Jose Osorio

PROFESION: Psicólogo Clínico Docente

OCUPACION: Docente UTE

FIRMA DEL EVALUADOR: [Firma]

FECHA: 20-Agosto-2019

[Firma]
21-08-2019

Anexo No 2: Validación de instrumentos consumo de alcohol



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: Inteligencia emocional y consumo de alcohol en estudiantes de 6^{to} curso de la Unidad Educativa Ruminahui sección Vespertina

INSTRUMENTO A VALIDAR: Test de AUDIT

OBJETIVO GENERAL: Determinar la inteligencia emocional y su relación con el consumo de alcohol con estudiantes de 6^{to} curso de la U.E. Ruminahui sección Vespertina

- OBJETIVOS ESPECIFICOS:
- 1 Examinar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de 6^{to} curso de la U.E. Ruminahui
 - 2 Analizar los componentes de la inteligencia emocional en estudiantes de 6^{to} curso de la U.E. Ruminahui
 - 3 Identificar el consumo de alcohol en los estudiantes de 6^{to} curso de la U.E. Ruminahui

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RELACION METODOLOGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

SI NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Jose Espinoza
 PROFESION: Psicólogo Clínico
 OCUPACION: Docente U.T.Z.

FIRMA DEL EVALUADOR: [Firma manuscrita]

FECHA: 20 Agosto - 2019

[Firma manuscrita]
21-08-2019

