



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA  
INDOAMÉRICA**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA  
SALUD**

**CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**TEMA:**

---

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA  
CONDUCTA DE RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS  
ESTUDIANTES DEL BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA  
LOS ANDES**

---

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

**Autor(a)**

Valle Salazar Jenifer Cristina

**Tutor(a)**

Ps. Hidalgo Vásconez Verónica Nataly. Mg.

AMBATO - ECUADOR

2017

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

Yo, JENIFER CRISTINA VALLE SALAZAR, declaro ser autor del Proyecto de Investigación, titulado “La Inteligencia Emocional y su Influencia en la Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol en los estudiantes del Bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes”, como requisito para optar al grado de “Psicólogo General”, 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 14 días del mes de Noviembre del año 2017 firmo conforme:

Autor: Jenifer Cristina Valle Salazar

Firma 

Número de Cédula: 1805418496

Dirección: Cantón Pillaro. Calles: García Moreno y Urbina

Correo Electrónico:jenifervalle2015@gmail.com

Teléfono: 0999024773

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA CONDUCTA DE RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ESTUDIANTES DEL BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ANDES” presentado por Jenifer Cristina Valle Salazar 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, 22 de Septiembre del 2017



---

Ps. Hidalgo Vásconez Verónica Nataly Mg.

## 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, 22 de septiembre del 2017



---

Jenifer Cristina Valle Salazar

C.C. 1805418496

## APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Investigación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA CONDUCTA DE RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ESTUDIANTES DEL BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ANDES, previo a la obtención del Título de Psicólogo General, reúne los méritos suficientes para ser sometido a disertación pública.

Ambato, 27 de septiembre del 2017

  
.....  
Dr. Renato Betancourt  
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

  
.....  
Ps. Verónica Olalla Mg.  
VOCAL

  
.....  
Ps. Cl. Verónica Labre Mg.  
VOCAL

## **DEDICATORIA**

*La presente investigación va dedicada a Dios y a mis padres Milton y Roció quienes han sido mi apoyo y han confiado en mí a lo largo de mi carrera universitaria, a mis hermanos y amigas quienes con su enorme cariño y amistad me han permitido culminar esta increíble etapa de mi vida.*

## **AGRADECIMIENTO**

*Agradezco a Dios por cada una de sus bendiciones por brindarme la valentía para superar día tras día cada uno de los obstáculos que se han presentado a lo largo de este trayecto, a mis padres y hermanos que siempre estuvieron conmigo quienes han sido el pilar fundamental en mi vida, quienes con su motivación constante formaron en mí la inspiración para continuar con este sueño que hoy es una realidad.*

*A la profesora Ps. Msc. Verónica Olalla quiero agradecerle por cada una de sus enseñanzas impartidas y por el apoyo incondicional y por ser un ejemplo seguir.*

*A mi tutora Ps. Msc. Verónica Hidalgo por la paciencia, experiencia compartida y por ser una guía para la culminación de esta investigación.*

*A la Universidad Tecnológica Indoamérica y a cada uno de mis docentes de la carrera de psicología quienes inculcaron en mi sabiduría y conocimientos.*

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD.....	iv
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	v
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO .....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS .....	viii
RESUMEN EJECUTIVO .....	xiv
ABSTRACT.....	xv
INTRODUCCIÓN .....	xvi

### CAPITULO I

EL PROBLEMA .....	1
Contextualización.....	1
Antecedentes .....	3
Contribución teórica, económica, social y/o tecnológica.....	4
FUNDAMENTACIONES .....	5
Fundamentación Epistemológica .....	5
Fundamentación Psicológica.....	5
JUSTIFICACIÓN .....	7
OBJETIVOS .....	8
Objetivo General .....	8
Objetivos Específicos .....	8



## MARCO CONCEPTUAL

INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	9
Emoción.....	10
Conceptos .....	10
Importancia.....	11
Modelo de inteligencia emocional Mayer y Salovey .....	12
Competencias básicas de la inteligencia emocional.....	13
Componentes y Subcomponentes según Baron I-CE.....	13
Factores que influyen en el desarrollo de la Inteligencia Emocional.....	16
Niveles de la inteligencia emocional según Baron I-CE.....	17
CONDUCTA DE RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOL.....	18
Concepto.....	18
Consumo de alcohol .....	19
Consumo de riesgo .....	19
Consumo ocasional de riesgo .....	20
Tipos de bebedores .....	20
El alcohol y el comportamiento.....	21
Etapas en la adolescencia en conductas de riesgo de consumo de alcohol .....	21
Factores de conducta de riesgo.....	22
Efectos .....	23
Consecuencias .....	24
Dimensiones de dependencia alcohólica.....	25

## CAPITULO II

METODOLOGÍA.....	26
Diseño del trabajo.....	26
Área de estudio.....	27

Población y muestra .....	27
Población: .....	27
Instrumentos de investigación .....	29
Inventario de Cociente Emocional y Social de Baron (I-CE).....	29
Confiabilidad: .....	31
Validación: .....	31
Interpretación del CE para el total los componentes y subcomponentes.....	32
Cuestionario de Alcohol (AUDIT).....	34
Validación .....	34
Confiabilidad del instrumento .....	34
Procedimientos para obtención y análisis de datos .....	35
Actividades .....	36

### **CAPITULO III**

ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	37
Diagnóstico de situación actual.....	37
Comprobación de las hipótesis.....	49
Hipótesis.....	49
Cálculo de Frecuencias Esperadas .....	50
Cálculo del Chi Cuadrado General.....	51
Nivel de significancia.....	53
Decisión.....	53

### **CAPITULO IV**

CONCLUSIONES.....	55
RECOMENDACIONES .....	56
DISCUSIÓN.....	57

## CAPITULO V

PROPUESTA .....	59
JUSTIFICACIÓN .....	60
OBJETIVOS.....	61
GENERAL.....	61
ESPECÍFICOS .....	61
ESTRUCTURACIÓN TÉCNICA DE LA PROPUESTA .....	62
ARGUMENTACIÓN TEÓRICA .....	63
La corriente Cognitivo conductual .....	63
Características de la teoría cognitivo conductual .....	63
Técnicas de la terapia Cognitivo conductual .....	64
Técnicas a utilizar en la propuesta .....	65
Role-playing.....	65
Técnica de autocontrol emocional: .....	65
Técnica del modelado.....	67
Técnica de respiración profunda .....	67
Desarrollo de actividades .....	78
Desarrollo de actividades .....	83
Desarrollo de actividades .....	88
Desarrollo de actividades .....	92
Retroalimentación (Evaluación) .....	94
BIBLIOGRAFÍA .....	95
Linkografía.....	97
ANEXOS .....	98

## CONTENIDO DE TABLAS

Tabla N°1: Población y Muestra .....	28
Tabla N°2: Pautas de Interpretación.....	32
Tabla N°3: Interpretación Cualitativa .....	33
Tabla N°4: Alfa de Cronbach .....	35
Tabla N°5: Inteligencia Emocional General .....	37
Tabla N°6: Inteligencia Emocional Primero de Bachillerato .....	38
Tabla N°7: Inteligencia Emocional Segundo de Bachillerato .....	40
Tabla N°8: Inteligencia Emocional Tercero de Bachillerato .....	41
Tabla N°9: General Conducta de riesgo de consumo de alcohol .....	43
Tabla N°10: Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol Primero de Bachillerato .....	44
Tabla N°11: Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol Segundo de Bachillerato .....	46
Tabla N°12: Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol de Tercero de Bachillerato .....	47
Tabla N°13: Frecuencia Observada.....	50
Tabla N°14: Frecuencias Esperadas .....	51
Tabla N°15: Cálculo del Chi Cuadrado.....	52

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N°1: Población y muestra.....	29
Gráfico N°2: Inteligencia Emocional General .....	37
Gráfico N°3: Inteligencia Emocional Primero de Bachillerato .....	39
Gráfico N°4: Inteligencia Emocional Segundo de Bachillerato.....	40
Gráfico N°5: Inteligencia Emocional Tercero de Bachillerato .....	42
Gráfico N°6: General Conducta de riesgo de consumo de alcohol .....	43
Gráfico N°7: Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol Primero de Bachillerato .....	45
Gráfico N°8: Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol Segundo de Bachillerato .....	46

Gráfico N°9: Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol de Tercero de Bachillerato .....	48
Gráfico N°10: Cálculo del Chi Cuadrado.....	53

### **ÍNDICE DE CUADRO**

Cuadro N°1: Plan Operativo.....	68
Cuadro N°2: Plan Operativo - Talleres .....	70
Cuadro N°3: “Manejando mis emociones” .....	75
Cuadro N°4: “Aprendiendo a ser empático me pongo en tu lugar” .....	81
Cuadro N°5: Controlando mis emociones.....	86
Cuadro N°6: Respiración profunda .....	90

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD**  
**CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**TEMA:” LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA CONDUCTA DE RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ESTUDIANTES DEL BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ANDES”**

**AUTOR:** Jenifer Cristina Valle Salazar

**TUTOR:** Ps. Hidalgo Verónica

**RESUMEN EJECUTIVO**

La presente investigación tiene como objeto de estudio la inteligencia emocional y la conducta de riesgo de consumo de alcohol para determinar la relación entre las dos variables. Para la recolección de información se contó con una muestra de 237 estudiantes. Dentro del contexto de las normas éticas de investigación, se aplicaron los reactivos psicológicos; Inventario de cociente emocional y social de Baron (I-CE) y el Cuestionario de alcohol (AUDIT). Luego del proceso de investigación se determinó que el 72% de la población no presentan problemas relacionados al alcohol y el 38% de la población presenta una inteligencia emocional marcadamente baja. En base al estudio realizado, se analizaron los datos llegando a la conclusión que la inteligencia emocional no influye en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes. Posteriormente, los resultados obtenidos se han enfocado en la variable independiente, inteligencia emocional, en el desarrollo de la propuesta. Por tanto, para dar solución a la problemática se diseñaron talleres que permitan, mejorar las habilidades sociales, comunicación asertiva, toma de decisiones, el manejo adecuado en situaciones de estrés y que de este modo los estudiantes puedan expresar lo que sienten en el momento oportuno favoreciendo un equilibrio en su vida personal.

**PALABRAS CLAVES:** conducta, consumo de alcohol, Inteligencia emocional, riesgo.

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD**  
**CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**TITLE: EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ITS INFLUENCE IN THE RISK BEHAVIOR OF ALCOHOL CONSUMPTION IN THE STUDENTS AT UNIDAD EDUCATIVA LOS ANDES.**

**AUTHOR:** Jenifer Cristina Valle Salazar

**TUTOR:** Ps. Hidalgo Veronica

**ABSTRACT**

The present research has as object of study emotional intelligence and the risk behavior of alcohol consumption to determine the relationship between the two variables. For collection data, a sample of 237 students was included. Within the context of the ethical research standards, the psychological reagents were applied; Emotional quotient inventory and social of Baron (E.Q.I) and the Alcohol Questionnaire (Alcohol Use Disorders Identification Test). After the research process, it was determined that 72% of the population do not have alcohol-related problems, and 38% of the population has a markedly low emotional intelligence. Based on the study, we analyzed the data concluding that emotional intelligence does not influence the risk behavior of alcohol consumption in students. Subsequently, the results obtained have focused on the independent variable, emotional intelligence, in the development of the proposal. Therefore, in order to solve the problem, workshops were designed to improve social skills, assertive communication, decision-making process, appropriate management in stress situations and in this way students can express how they feel at the right time; promoting a balance in their personal lives.

**Key words:** alcohol consumption, behavior, emotional intelligence, risk.

  
  
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA  
INDOAMÉRICA  
CENTRO DE IDIOMAS

## INTRODUCCIÓN

La inteligencia emocional es importante porque es una habilidad que se caracteriza por la adecuada gestión de las emociones propias y ajenas, cuando se habla de gestión se hace referencia a que el individuo con una adecuada inteligencia emocional es capaz de comprender la naturaleza de sus emociones, conocer el origen de las mismas, expresarlas o controlarlas en respuesta a las exigencias o situaciones, e incluso predecir sus propios sentimientos ya que estas habilidades no se limitan a uno mismo, sino que la inteligencia emocional también requiere de comprensión y el reconocimiento de las emociones.

En tal virtud, el objetivo principal de este trabajo es investigar la influencia de la Inteligencia Emocional en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes considerando que ambas variables son motivo de preocupación para la sociedad.

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

En el Capítulo II se abordaron aspectos sobre la metodología utilizada, el cálculo de la muestra y se describe de manera detallada los instrumentos de evaluación. 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 así como la comprobación de la hipótesis de acuerdo a los resultados. El Capítulo IV muestra las conclusiones y recomendaciones de la investigación en base a los resultados obtenidos. 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.

Por último, se encuentra la Bibliografía donde se citan los libros de referencia y Anexos que reflejan todos los procesos de la investigación y sus alcances en la intención de resolver el problema planteado.

## **CAPITULO I**

### **EL PROBLEMA**

La Inteligencia Emocional es considerada como la capacidad para identificar, entender y manejar las emociones a modo que facilite las relaciones interpersonales con los demás, las personas con un alto nivel de inteligencia emocional no necesariamente tienen menos emociones negativas sino que saben sobrellevarlas, si el ser humano presenta bajos niveles de inteligencia emocional presentara problemas de salud tales como ansiedad, trastornos del estado de ánimo, problemas psicofisiológicos, alteraciones del sistema inmune, cambios en los hábitos de conductas saludables o mayor prevalencia de conductas adictivas conllevándole así al ser humano a presentar problemas biopsicosociales que aquejan a la sociedad.

#### **Contextualización**

A nivel de América Latina, en los últimos años se ha realizado varias investigaciones que hacen referencia al consumo de alcohol, convirtiéndose en un problema que aqueja a la sociedad actual. La Organización Mundial de la Salud (OMS) presentó un estudio en donde se menciona que en la región de Sudamérica y el Caribe se encuentra el mayor consumo de alcohol a diferencia de las demás regiones del mundo, siendo evidente que en este estudio se determina que:

En promedio, se consume 8,4 litros de alcohol puro por año, 2,2 litros más que el promedio mundial, a partir de la adolescencia, este problema es más frecuente en hombres que en mujeres con un 64.1% y con un 30.3% a medida que aumenta la escolaridad aumenta el consumo de alcohol en los estudiantes, en personas divorciadas, casadas, unión libre y separadas. (Moreno, 2015, p.4)

Los organismos internacionales del cuidado de la salud señalan que el alcoholismo a nivel de América Latina ha ido incrementando, transformándose de a poco en una epidemia social de difícil abordaje y en donde se evidencian graves

consecuencias del consumo desmedido de alcohol; es así, que los mayores porcentajes de fallecimiento se presentan en personas sanas, afectando de manera trascendental a la vida del ser humano en todas sus facetas. Este problema se mantiene en el tiempo, a pesar de que la sociedad sabe que el alcohol es una sustancia psicoactiva que puede generar dependencia, en donde el consumo nocivo del mismo implica desarrollar una pesada carga social y económica para cada una de las personas que lo consumen a diario, transformándose en una enfermedad crónica que altera no solo a la salud, sino también a una amplia gama de aspectos de la vida de la persona.

En el 2014, la Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó un informe sobre el consumo del alcohol en América Latina, en el que sitúa a Ecuador en el noveno puesto con 7,2 litros de alcohol puro por persona al año. En el país, el porcentaje de consumo de alcohol es alto, y se ve influenciado por factores psicológicos como las emociones negativas, ansiedad, tristeza, soledad, baja autoestima o ira.

Según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) más de 900 000 ecuatorianos consumen alcohol, el 89,7% es de hombres y el 10,3%, de mujeres. La mayoría lo hace a partir de la adolescencia. De los 912 000 ecuatorianos que consumen bebidas alcohólicas, el 2,5% son jóvenes de entre 12 y 18 años. (INEC, 2014). Estos datos se relacionan con los de la OMS, que en su informe señala que el alcohol es el causante de las alteraciones de las funciones normales de los órganos por el exceso de consumo de las bebidas alcohólicas.

En la provincia de Tungurahua, existen centros educativos que se han visto afectados por el problema del excesivo consumo de las bebidas alcohólicas, los maestros cada vez se ven más preocupados ante determinada situación social, la misma que acarrea consecuencias desalentadoras para un desarrollo de vida adecuada y acorde a las necesidades de cada sujeto, el ambiente en el que se imparten las clases a los adolescentes, se ha tornado hostil puesto que los jóvenes adoptan una conducta rebelde e irrespetuosa, siendo estos aspectos las pautas

principales para pensar que probablemente surge un problema de conducta inducido por un acontecimiento ya sea este familiar, social o personal, lo cual se refleja en su estado de ánimo. En el 2012 el Consejo Nacional de Sustancias Estupefacientes y Psicotrópicas (CONSEP) puso en marcha la Cuarta Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas en Estudiantes de 12 a 17 años, el estudio dio a conocer que del total de alumnos encuestados a nivel nacional, esto evidencia que el 20,56% consumen alcohol ocasionalmente, en la ciudad de Ambato, 1.488 jóvenes de diversos planteles participaron de la encuesta de los cuales el 19,33% consumen bebidas alcohólicas de forma ocasional, principalmente el consumo lo inician a una temprana edad.

En la Unidad Educativa Los Andes se ha evidenciado el consumo de alcohol en los estudiantes, las autoridades del plantel refieren que este es un problema social que ha venido afectando a muchos jóvenes, ya que en varias ocasiones son influenciados por sus compañeros, que en referencia de las autoridades, esta relación de compañerismo es una influencia negativa tendiente a fortalecer el consumo de alcohol en los adolescentes.

### **Antecedentes**

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

Vargas, (2016) en su trabajo titulado “*La Inteligencia Emocional en el Clima Laboral del Ilustre Municipio del Cantón Pelileo*”. Llega a la conclusión que los trabajadores del Municipio del Cantón Pelileo tiene un bajo nivel de desarrollo de la inteligencia emocional y el clima laboral existente no es el más adecuado, puesto que para el 58% de los trabajadores acorde a la encuesta aplicada, las relaciones interpersonales en el lugar de trabajo no son muy buenas (p.72). La presente investigación muestra gran relevancia, es importante comprender desde los inicios de la inteligencia emocional, y las dimensiones que lo componen, para esto poder

aplicar a los colaboradores y entender porque se dan diferentes comportamientos en el lugar de trabajo.

López, (2013) en su trabajo titulado: “*Él consumo de alcohol de los padres y su influencia en el desarrollo integral de los niños de la Parroquia de Tocachi, Cantón Pedro Moncayo, provincia de Pichincha*”. Llega a la conclusión que el consumo de alcohol de los padres de familia constituye un serio problema social que pone en riesgo el desarrollo integral en los niños y niñas, también dice que el consumo de bebidas en los padres de familia altera los roles que deben desempeñar cada uno de sus miembros, esto provoca que los niños vayan saltando etapas de su infancia, produciendo vacíos y conflictos internos, sin embargo las probabilidades de que un niño que proviene de un hogar en el que se consume alcohol repita el mismo historial que el de sus padres puede llegar a ser muy alto.

Por otra parte, Gavilanes, (2013) realizó un estudio titulado :“*Incidencia del consumo de alcohol en la aceptación del grupo de estudiantes de los segundos años de bachillerato del colegio nacional experimental Ambato*” llega a la conclusión en su investigación que un 64,4% de adolescentes presentan consumo de alcohol y esto repercute en sus esferas personales ya que sólo tienen el objetivo de consumir lo que es perjudicial para su salud sin encontrar otras motivaciones para permanecer juntos, el motivo actual para consumir alcohol es la identificación con el grupo, la compañía de consumo de alcohol es de amigos y compañeros del colegio.

### **Contribución teórica, económica, social y/o tecnológica**

La presente investigación ayudará a los estudiantes de la Unidad Educativa “Los Andes” 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 Cognoscitivismismo, que es la corriente filosófica de la Psicología, la cual considera al individuo como un “sujeto activo”, los procesos cognoscitivos son los pilares de su estudio, es decir los procesos implicados en el origen y retención del conocimiento humano, como lo es la percepción, la memoria, el aprendizaje, la formación de conceptos y razonamiento lógico. Aparece como corriente psicológica dentro de los años 50 y 60 en reacción al conductismo, en donde se puede mencionar que la conducta no puede ser explicada en simples asociaciones con relación al estímulo-respuesta; en donde la clave está dirigida a estudiar los procesos mentales de los individuos implicados en cierto tipo de conducta (Gallardo, 2012).

El Cognoscitivismismo explica en su teoría que el aprendizaje significativo es la base de la realidad que se crea en la mente, la misma que se convierte en el ambiente que percibe el individuo como su entorno. La percepción de las emociones que se encuentran en este entorno mantiene la misma mecánica, es decir, la inteligencia emocional desde la teoría cognositivista, se desarrolla mediante experiencias emocionales significativas.

### **Fundamentación Psicológica**

La presente investigación se basa en el enfoque cognitivo - conductual, orientada en la vinculación que existe entre la inteligencia emocional y las conductas de riesgo de consumo de alcohol. Tanto los factores cognitivos, como los conductuales están estrechamente relacionados entre sí, pues los dos sistemas se influncian mutuamente. A nivel psicológico los problemas vinculados a la Inteligencia emocional en los diferentes riesgos que provoca el alcohol están

asociados a las posibles características y perspectivas que cada sujeto tiene de su propia personalidad para desenvolverse adecuadamente en donde se encuentre.

Beck (Citado por Núñez, 2015), el representante del Modelo Cognitivo-Conductual sostiene que la conducta humana es aprendida, con relación a que el aprendizaje no permanece en un vínculo estrecho entre estímulos y respuestas sino más bien está vinculado a la formación de las relaciones personales establecidas en esquemas de contenido cognitivo, y que de igual manera los aspectos cognitivos, afectivos y conductuales están estrechamente interrelacionados, por lo que un cambio en uno de estos afecta a los demás elementos, ya que muchas de las veces los jóvenes se ven influenciados por varios factores, para que presenten conductas de riesgo de consumo de alcohol.

Albert Ellis, en su terapia racional emotiva menciona que la emoción y la conducta se derivan de la forma en que se interpreta lo que sucede, en sí mismo o del acontecimiento propio. Tomando en cuenta esta parte, y relacionándola con la inteligencia emocional y la conducta de riesgo de consumo de alcohol en adolescentes, se derivan de la interpretación de la sociedad ante la adolescencia. Para Albert Bandura en su teoría del aprendizaje social (TAS), señala que las personas aprenden nuevas conductas a través del refuerzo o castigo, o a través del aprendizaje observacional de los factores sociales de su entorno. Si las personas ven consecuencias deseables y positivas en la conducta observada, es más probable que la imiten, tomen como modelo y adopten.

El refuerzo o castigo dado mediante el aprendizaje observacional, va a generar conductas apropiadas como desadaptadas para la sociedad. Siendo así, la conducta de riesgo de consumo de alcohol, una de las conductas más aprendidas mediante la observación ya que los adolescentes, se encuentra en un proceso de cambio, por lo tanto busca ser aceptado en la sociedad mediante conductas aprendidas como es el consumo de alcohol.

## JUSTIFICACIÓN

La importancia de esta investigación implica el describir la relación que existe entre la inteligencia emocional y las conductas de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de la Unidad Educativa Los Andes. El presente estudio brinda un aporte a la psicología como ciencia debido a que, tiene como finalidad investigar problemáticas que aquejan a la humanidad y a la vez se encargará de proponer soluciones para mejorar las condiciones de vida de los individuos. Este estudio proveerá a la sociedad de información sobre el tema que actualmente no se ha tomado en cuenta en la real magnitud que tiene, ya que a pesar de haber estudios y realizarse campañas de prevención no se ha logrado disminuir, ni erradicar el consumo de alcohol. Los Beneficiarios directos de este estudio son los estudiantes, docentes y padres de familia, los mismos que obtendrán una guía que pueda aportar en la Orientación Psicológica durante las actividades educativas, permitiendo elevar la calidad de vida del estudiante y disminuyendo las actividades concomitantes al consumo de alcohol y que permitirán establecer sistemas de relación diferentes entre los sujetos para que a futuro sean saludables y beneficiosas. El presente estudio es de interés para la autora, pues tendrá la oportunidad de poner en práctica los conocimientos adquiridos durante su formación académica y universitaria, disponiendo del respaldo del equipo docente de la Universidad Tecnológica Indoamérica, en especial de su tutora, quien con su amplio conocimiento y preparación brinda un soporte valioso y solido en el transcurso de la investigación.

El presente proyecto de investigación es original, porque es un tema novedoso ya que esta problemática no ha sido investigada con anterioridad y no se evidencian estudios referentes al mismo. Resulta factible, porque se cuenta con la colaboración de las autoridades, docentes, y estudiantes de la institución, 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 influencia de la Inteligencia Emocional en la Conducta de Riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa “Los Andes” de la provincia de Tungurahua, Cantón Pillaro.

### **Objetivos Específicos**

1. Evaluar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del bachillerato, de la Unidad Educativa “Los Andes”.
2. Determinar el nivel de la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa “Los Andes”.
3. Proponer una solución al problema encontrado en la Institución educativa.

## **MARCO CONCEPTUAL**

### **INTELIGENCIA EMOCIONAL**

Para poder identificar una pauta adecuada acerca de la conceptualización de la inteligencia emocional se parte sobre la base de que es la inteligencia, entonces se puede decir que “La inteligencia está ligada a otras funciones mentales como la percepción, la capacidad de recibir dicha información y la capacidad de almacenar”. (Fletcher, 2013, p.24), siendo primordial para entender y comprender situaciones o cuestiones que se puede observar en nuestra vida o a su vez en lo laboral, mediante las experiencias pasadas se podrá asimilar y generar nueva información, todas estas actividades mentales se realizan de manera voluntaria, sin embargo la inteligencia se encuentra formada e integrada por varios factores como es la atención, memoria, capacidad de observación, aprendizaje, habilidades sociales, estas variables ayudan al individuo a enfrentarse al mundo.

La Real Academia Española (RAE) describe la palabra inteligencia con 7 entradas distintas siendo éstas: Capacidad de entender o comprender; capacidad de resolver problemas; conocimiento, comprensión, acto de entender; sentido en que se puede tomar una sentencia, un dicho o una expresión; habilidad, destreza y experiencia; trato y correspondencia secreta de dos o más personas o naciones entre sí, pero otra parte fundamental de la inteligencia es la capacidad que se da en un individuo para poder expresar cada emoción en el instante preciso.

Cabe mencionar también que la inteligencia es la capacidad que tiene el individuo para entender, razonar y resolver problemas de la vida cotidiana, la inteligencia puede clasificarse de acuerdo a sus características como la psicológica que está vinculada a la capacidad cognitiva y de aprendizaje; biológica que se caracteriza por la adaptación a nuevas situaciones sin embargo la inteligencia está relacionada a la habilidad que tiene el ser humano para captar datos, comprenderlos,

procesarlos y emplearlos de manera acertada y que de esta forma se logre solucionar determinados conflictos de la vida cotidiana.

## **Emoción**

Las emociones son estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica, que es reflejado en los comportamientos tanto externos e internos, también “son reacciones a estímulos que tienen que ver con los sentimientos y esto genera diversas formas de actitudes que tiene que ver con el estado de ánimo”. (Aguilar, 2012, p.28). Sin embargo cada individuo experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias como del aprendizaje, el carácter y de la situación concreta.

La comunicación verbal y la no verbal son elementos que la mente utiliza para la expresión de las emociones, en donde la primera genera información sobre lo que siente y piensa mediante la emisión de palabras, y la segunda hace referencia a expresiones faciales y movimientos corporales, las emociones conllevan un completo juego de emisores hacia el exterior. “Recalcando que la respuesta ante una emoción difiere de una persona a otra, pues cuando la persona ya ha experimentado con anterioridad ciertas emociones estará preparado para reconocer, interpretar y actuar de una forma acertada ante la situación que se presente en ese momento” (Ramos, 2014, p. 25). Es decir, en la experimentación de distintas emociones que se puedan repetir al cabo de un tiempo, el individuo llega a reconocer esta emoción como algo familiar ya sea de agrado o desagrado, pero que generarán una respuesta más acertada a esta emoción, e incluso puede llegar a entender el origen de la misma.

## **Conceptos**

La inteligencia emocional se ha convertido en una habilidad necesaria para el buen funcionamiento del ser humano que proporciona conocer sus estados emocionales, comprender y controlar el comportamiento.

De manera general, se puede definir a la inteligencia emocional como la capacidad que tiene una persona de manejar, entender, seleccionar y trabajar sus emociones y las de los demás. Esto significa que la inteligencia emocional es “cualquier característica deseable de carácter personal que no está representada por la inteligencia cognitiva, estableciendo por tanto, dos categorías de inteligencia personal, intrapersonal e interpersonal”. (Goleman, 2012, p.108). Goleman es uno de los autores más sobresalientes dentro del estudio de la inteligencia emocional y la considera como un conjunto de atributos de personalidad agrupables en cinco componentes básicos como: el Autoconocimiento, Autorregulación, Motivación, Empatía.

En el ámbito educativo la inteligencia emocional es empleada frecuentemente, debido a las habilidades emocionales que tiene cada estudiante, como son la autoestima, autocontrol, motivación, empatía, habilidades sociales, que favorecen el desenvolvimiento académico. Pérez y Castejón (2014) refieren que la inteligencia emocional “es la habilidad que tiene el ser humano para valorar, percibir y poder expresar emociones presentes en cada uno de los sujetos para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la destreza para comprender emociones ,el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (p. 35).La inteligencia emocional es importante en la vida del ser humano porque le permite desarrollar capacidades, habilidades, manejar las emociones, establecer relaciones sociales de calidad, proporcionando mayor capacidad para trabajar ante situaciones de estrés y así conseguir éxito en el ámbito personal y laboral.

### **Importancia**

La inteligencia emocional es la que permite al ser humano ser consciente de las propias emociones, ayudando a entender los sentimientos de los demás, a incrementar la capacidad de trabajar en equipo y de adoptar una actitud más empática con la sociedad misma, estas habilidades brindarán mayores posibilidades de desarrollo personal para conseguir éxito en lo propuesto logrando tener una

mejor calidad de vida, (Mencía, 2012, p.3) se determina que por medio de este aspecto se puede tener una mejor conexión con las personas que nos rodean, reforzando y fortaleciendo lasos de trabajo, amistad e incluso relaciones más sólidas y sanas con el entorno que nos rodea.

También es importante concientizar que la mayoría de habilidades que debe poseer cada persona para una vida satisfactoria son de carácter emocional, no intelectual, desde que se asiste a una institución educativa, los docentes inculcan lo más importante de la capacidad intelectual. Definiendo que en ese instante y posterior a ello, se dedica tiempo y esfuerzo, en superarse, a nivel intelectual, inclusive cada sujeto se valora y trata de mantener más apego con las personas que tienen mayores habilidades intelectuales y de conocimiento.

### **Modelo de inteligencia emocional Mayer y Salovey**

Dentro de los modelos que se enfoca el estudio de la inteligencia emocional uno de los más representativos es el modelo de Mayer y Salovey, que consideran que la inteligencia emocional abarca el desarrollo de algunas habilidades como: identificar que significa reconocer las emociones propias y de los demás instantáneamente, para poder entenderlas, así controlarlas ; la facilitación emocional permite orientar el pensamiento manejado por los estados emocionales para poder controlar y encontrar alternativas para solucionar un problema de forma idónea, otra habilidad es la comprensión y análisis de la información emocional que está compuesta por las emociones, preocupaciones y necesidades de los demás, interpretando sus gestos corporales y expresiones faciales para encontrar la manera más adecuada de ayudar, “la regulación de emociones es otra habilidad que maneja las emociones en una situación conflictiva y actúa oportunamente ante estas” (Pérez, 2012, p. 28). Sin embargo al utilizar las emociones es poder dirigirlas de forma positiva y negativa para que no influyan en la forma de pensar y actuar de los individuos.

## **Competencias básicas de la inteligencia emocional**

La Inteligencia Emocional está establecida en cuatro competencias básicas, sub divididas en personales y sociales, estas competencias personales determinan el dominio de sí mismo y las competencias sociales establecen el manejo de las relaciones, estas cuatro competencias son autoconciencia, autogestión, conciencia social y gestión de relaciones. Autoconciencia es una capacidad que las personas poseen para conocerse a sí mismo, con ello saben identificar lo que está sintiendo en diferentes circunstancias o en un momento especial, autogestión se define como la capacidad para manejar circunstancias de la manera más apropiada los sentimientos y emociones y de esta forma se pueda controlar con gran dominio y facilidad varias situaciones críticas, se define a esta competencia como la capacidad de ser reflexivo, empático con los diferentes estados emocionales de las personas que lo rodean, de este modo puede colocarse en el lugar del otro ser humano y comprender sentimientos y emociones, según esta competencia consiste en manejar adecuadamente las relaciones y de esta forma que pueda relacionarse de manera eficiente y establecer vínculos cordiales de amistad con las demás personas.

## **Componentes y Subcomponentes según Baron I-CE**

Baron Ice clasifica a la inteligencia emocional en algunos componentes: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo al estrés y el estado de ánimo general para Sternberg, (citado por Gardner, 2012) quien presenta en su teoría el componente Intrapersonal (CIA), menciona que la Inteligencia Intrapersonal esta “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 orientar de la propia conducta” (p.8). Según Sternberg, 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. Esta área reúne elementos

estructurales como la comprensión emocional de sí mismo (CM), mencionando que se relaciona con la habilidad para percatarse y comprender los sentimientos y emociones de los demás sujetos para poder diferenciarlos y sobretodo conocer el porqué de las emociones. Manifestando que la asertividad (AS) se puede describir como la habilidad que posee el individuo para expresar de manera adecuada sus sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los otros; y así poder defender los derechos de manera no destructiva, en donde se menciona que el auto concepto (AC) es considerado como la habilidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando los aspectos positivos y negativos, como también las limitaciones y posibilidades, otro elemento como parte de este constructo es la autorrealización (AR, descrita como la habilidad para realizar lo que realmente se puede, se quiere y se disfruta; así también la independencia (IN) se define como la habilidad para autodirigirse, sentirse seguro de sí mismo en los pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar las decisiones.

Para Sternberg, (citado por Gardner, 2013) quien presenta en su teoría que el componente Interpersonal se lo define como “la capacidad nuclear que posee el sujeto para sentir diferente apreciación sentimental entre los demás: sabiendo que en lo particular se pueda contrastar en sus diferentes estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones en el actuar diario con su contexto”. (p.22) Según Sternberg, esta definición tiene relación con la habilidad que tiene la persona para relacionarse e interactuar con otras, comprendiendo sus sentimientos, pensamientos de esta manera poder comprender e interpretar su conducta, respetando siempre los criterios de los demás. Esta área reúne elementos estructurales como la empatía (EM) mencionando que presenta la habilidad para percatarse, comprender, entender y así poder apreciar los sentimientos de los demás sujetos mediante las relaciones Interpersonales que cada uno de ellos posee (RI), que es la habilidad que se caracteriza para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizadas por una cercanía emocional e intimidad, la responsabilidad social (RS), es la habilidad de cada uno de los sujetos en donde se presentara la habilidad para demostrarse a sí mismo que es una persona hábil que

coopera y contribuye como parte de una sociedad el mismo que constituye como fuente elemental de sustento para el contexto en el que cada uno de los seres humanos se desarrollan.

Chiavenato (2012), refiere que el componente de la adaptabilidad "es la capacidad para resolver problemas y reaccionar de manera flexible a las exigencias cambiantes e inconstantes del ambiente"(p.10). El autor hace referencia que esta área ayuda a revelar cuán exitosa es una persona para adecuarse a las exigencias del entorno, lidiando de manera efectiva las situaciones problemáticas. Esta área reúne elementos estructurales como la solución de problemas (SP) que es la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas, la prueba de la realidad (PR), es la habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en realidad existe (lo objetivo), la flexibilidad (FL), es la habilidad que presenta cada individuo para la realización de un ajuste adecuado de las emociones los pensamientos y las conductas evidentes en el sujeto frente a situaciones y condiciones cambiantes del contexto que los rodea en donde será relevante la demostración de su actuar.

Hans Selye (2012), refiere que el componente del Manejo del Estrés (CME), "es el que controlar y reducir la tensión que ocurre en situaciones estresantes, haciendo cambios emocionales y físicos". (p.5) Según este autor hace referencia que el individuo puede ser capaz de resistir a la tensión sin perder el control. Esta área reúne elementos estructurales como la tolerancia al estrés (TE) que es la habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes, y fuertes emociones, el control de impulsos (CI) haciendo referencia a la habilidad que posee cada sujeto para resistir o prolongar determinado impulso ante tentaciones propias para poder actuar y así poder controlar las emociones propias ante situaciones presentes en el diario vivir.

Robert E. Thayer (2013), refiere que el componente del estado de ánimo "es un sentimiento de fondo que es persistente en el tiempo". (p.7) el autor afirma que los estados de ánimo surgen de la energía y la tensión y que éstos pueden entenderse



a partir de cuatro estados básicos que dependen del espectro energía-tensión. Esta área reúne elementos estructurales como la felicidad (FE) que es la habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros y para divertirse y expresar sentimientos positivos, el optimismo (OP) demostrando la habilidad para identificar el aspecto más relevante de la vida misma del sujeto y así poder mantener una actitud positiva frente a las adversidades del diario vivir en el contexto en donde siempre estarán presentes los sentimientos negativos.

### **Factores que influyen en el desarrollo de la Inteligencia Emocional**

En el desarrollo de la inteligencia emocional influyen algunos tipos de factores como autoestima, es característico destacar que la inteligencia emocional ayuda a fortalecer la autoestima del individuo, mediante el análisis e identificación de emociones y conductas para valorar fortalezas y mejorar debilidades, la familia es otro factor en el que se desarrolla a raíz del proceso de socialización, en la que el niño asimila las actitudes, valores y costumbres de la sociedad, los padres son los encargados de contribuir en esta labor, a través de su amor y cuidados, siendo figuras de identificación para los niños, es decir, la vida familiar será la primera escuela de aprendizaje emocional, por otro lado, también van a influir en el mayor número de experiencias del niño, repercutiendo éstas en el desarrollo de su personalidad. De esta manera, al controlar la mayor parte de experiencias de los niños, los padres contribuyen al desarrollo de la cognición social, sin embargo las personas que son conscientes de sí mismas, son conscientes de sus estados de ánimo mientras los están experimentando y goza de una vida emocional más desarrollada y son personas que cuya claridad emocional impregna todas las facetas de su personalidad; las personas autónomas y psicológicamente sanas tienen una visión positiva de la vida, y cuando caen en estado de ánimo negativo se frustran por su incapacidad de manejar sus emociones, otro factor es la educación ya que en el proceso educativo no debe estar enfocado únicamente el desarrollo cognitivo, pues manifiesta que también es importante promover el desarrollo emocional, y para esto propone que dentro de los establecimientos también se maneje la educación emocional, “con el propósito de mejorar el desarrollo personal y social, o en otras palabras ayudar al desarrollo integral del ser humano”. (Ramos, 2014, p.

31). En efecto el docente no solo enseña nuevos conocimientos relacionados con determinada asignatura; sino que también debe trabajar en la inteligencia emocional ayudando a desarrollar en los estudiantes habilidades que les permitan mantener una motivación permanente, relacionarse con el entorno y en especial tener seguridad.

### **Niveles de la inteligencia emocional según Baron I-CE**

Según el autor Baron ICE determina los niveles de inteligencia emocional ,como la capacidad emocional inusualmente bien desarrollada que es marcadamente alta, capacidad emocional extremadamente bien desarrollada como muy alta, capacidad emocional bien desarrollada como alta, la capacidad emocional adecuada como promedio, capacidad emocional subdesarrollada necesita mejorar como baja, capacidad emocional extremadamente subdesarrollada necesita mejorar como muy baja, capacidad emocional inusualmente deteriorada, necesita mejorar como marcadamente baja.

## CONDUCTA DE RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOL

### Concepto

Para poder entender de una manera adecuada como interfiere el consumo de alcohol en la vida diaria, se puede definir que la conducta de riesgo de consumo de alcohol son actuaciones repetidas y fuera de los límites determinados, que pueden comprometer el desarrollo psicosocial normal durante la adolescencia. Orbegoso (2012) afirma que “el adolescente sin experiencia, se compromete en conductas destructivas, sin conocer los riesgos a corto y largo plazo”. (p.10). Las conductas de riesgo son repercusiones perjudiciales para la vida actual o futura y estas conductas de riesgo puede ser el alcohol el tabaco y otros tipos de droga.

De igual manera la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2014), hace referencia que el alcohol ha preexistido durante mucho tiempo, es una sustancia nociva para la salud y causa dependencia de los que la consumen, afectando a su entorno como la familia, amigos y la sociedad en general, de igual forma causa cuantiosas pérdidas económicas, alterando la calidad de vida de los seres humanos.

Al alcohol se lo puede definir como una sustancia psicoactiva que puede generar al menos uno de estos tres fenómenos: dependencia, tolerancia y síndrome de abstinencia. La dependencia se caracteriza por el deseo que tiene el consumidor de "seguir consumiendo una droga" porque siente placer o para reducir una tensión o evitar un malestar. Se habla de tolerancia cuando la persona necesita cada vez más cantidad de alcohol para sentir el mismo efecto que en consumos anteriores, mientras que el síndrome de abstinencia se produce cuando se deja bruscamente de consumir, y clínicamente se manifiesta por temblor, hiperhidrosis, taquicardia y ansiedad. National Institute on Drug Abuse (NIDA, 2013) sin embargo el individuo que consume alcohol es muy propenso que pueda presentar daños a nivel psicológico, fisiológico y a nivel personal y familiar.

## **Consumo de alcohol**

El consumo de alcohol es un problema de alcance mundial que pone en peligro tanto el desarrollo individual como el social, causando millones de muertes cada año y también causa daños que van más allá de la salud física y psíquica del bebedor, sin embargo un individuo en estado de embriaguez puede lastimar a otros o ponerlos en peligro de sufrir accidentes de tránsito o actos de violencia, también puede perjudicar a sus compañeros de trabajo, familiares, amigos e incluso extraños, el consumo nocivo de alcohol tiene un profundo efecto perjudicial en la sociedad. OMS, (2012). De la misma manera se puede decir que el consumo de alcohol perjudica a otras personas ya que el consumo nocivo conlleva consigo una carga sanitaria, social y económica.

## **Consumo de riesgo**

Es un patrón de consumo de alcohol que aumenta el riesgo de consecuencias adversas para el bebedor o los demás, los patrones de consumo de riesgo son importantes para la salud pública a pesar de que el individuo aún no haya experimentado ningún trastorno, supera los límites del consumo moderado o prudente, estos pueden causar las mismas enfermedades médicas y psiquiátricas que el alcoholismo, también en el consumo de bajo riesgo se define como aquella pauta de consumo que puede implicar riesgo de daños futuros para la salud física o mental, pero que no se traducen en problemas médicos o psiquiátricos actuales.

Para Florenzano (citado en Albarracín y Muñoz, 2013), expone que entre algunos factores notables que inducen en el riesgo de consumo de alcohol entre los adolescentes se encuentran la curiosidad, imitación de conductas de otros jóvenes, búsqueda de placer y el deseo de evasión de situaciones desagradables. Éstos son algunos de los factores psicológicos que son un problema latente en la sociedad, ya que los jóvenes entre los 13 a 18 años se dedican a ingerir bebidas alcohólicas por diversos factores, presentando diferentes tipos de consumo de acuerdo al entorno que se desarrollan.

## **Consumo ocasional de riesgo**

El consumo ocasional de riesgo se produce cuando una persona hace un consumo concentrado de varias consumiciones alcohólicas en pocas horas, se considera consumo ocasional de riesgo el que supera los 50 gramos de etanol por ocasión, para los hombres 40 gramos de etanol por ocasión, para las mujeres (World Health Organization, 2013). Sin embargo el consumo ocasional de riesgo es de uso intermitente sin periodicidad ni largos periodos de abstinencia.

## **Tipos de bebedores**

De esta manera no todos los individuos que tienen una conducta de riesgo de consumo de alcohol con regularidad se convierten inevitablemente en alcohólicos, por lo contrario existen muchos factores como la personalidad, la disposición genética, los problemas personales y el entorno social que van a influir en la generación de una adicción al alcohol, según el autor Jellinek se clasifican en cinco tipos de bebedores como son; Bebedor Alfa que se caracteriza por ser un bebedor en conflicto y es capaz de mantener la abstinencia por un período de tiempo, no es dependiente del alcohol físicamente, sino psicológicamente. Bebedor Beta es un bebedor ocasional que en ocasiones sociales bebe una cantidad excesiva, pero mantiene el control. Bebedor Gamma están considerados como alcohólicos “clásicos” desarrollan una adicción con problemas físicos y sociales. Bebedor Delta se le conoce como bebedor excesivo regular es dependiente e incapaz de mantener la abstinencia siempre necesita una cierta cantidad de alcohol, bebe por costumbre, pero rara vez pierde el control sobre la cantidad que consume. Bebedor Épsilon conocido como bebedor periódico, bebe alcohol en exceso escalonadamente durante días o semanas.

De esta manera se puede concluir que una persona que tiene ya una dependencia alcohólica se va a caracterizar por depender del alcohol, físicamente y también psíquicamente, sin tener capacidad de abstenerse de su consumo

## **El alcohol y el comportamiento**

El alcohol y el comportamiento en el individuo corre el riesgo de desarrollar conductas perjudiciales que incluye el beber en exceso, presentado problemas principalmente en sus relaciones sociales y accidentes viales, estas conductas tienen sus propias consecuencias para la salud ya que conlleva a daños en el desarrollo cerebral y la muerte, según Press (2013) refiere que son factores genéticos que desarrollan dependencia alcohólica en el sujeto, es importante mencionar que no es regla general que los hijos de las personas que padecen esta enfermedad la sufran con el tiempo, a la vez que la ausencia de esta problemática en la familia no necesariamente protege a los niños de desarrollar esta enfermedad, el problema se incrementa cuando a persona tiende a consumir bebidas alcohólicas constantemente provocando que se produzca cambios internos en el organismo, sin embargo las personas que presentan dependencia del alcohol beben en parte para reducir o evitar el síndrome de abstinencia.

## **Etapas en la adolescencia en conductas de riesgo de consumo de alcohol**

El riesgo inicial para el consumo de alcohol, en su fase inicial, es desde los 10 a 13-14 años se evidencia los primeros intentos de salida desde la familia al exterior, en donde se inician algunas conductas de riesgo de consumo de alcohol provocando en el adolescente vulnerabilidad y exposición al peligro, en la etapa media de 14 - 15 a 16 - 17 años presenta un distanciamiento afectivo de la familia y acercamiento al grupo de pares siendo un período de mayor posibilidad de involucramiento en conductas de riesgo, la etapa tardía, entre 17 -18 a 19 años es la última etapa del camino hacia el logro de identidad y autonomía en general, en lo cual el adolescente ha aprendido de sus experiencias según cómo hayan sido, sin embargo estas consecuencias destructivas de riesgo varían durante el ciclo vital en relación con los procesos de maduración e involución en el plano biológico, social y psicológico.

## **Factores de conducta de riesgo**

Los factores que influyen en las conductas de riesgo de consumo de alcohol es la familia, ya que cada miembro se ve afectado en mayor o menor intensidad, ya que estas conductas son contraproducentes ya que generan problemas en las relaciones afectivas y en la comunicación del hogar, dentro de la familia existe la tendencia a ocultar el problema, esto sumado al desconocimiento de la enfermedad que conlleva que cada vez el problema sea peor, ya que el consumo de alcohol está estrechamente relacionado con las agresiones dentro del hogar, además que las conductas de imitación de los hijos con las conductas de los padres que hacen que sus hijos sean futuros consumidores de alcohol y entes agresivos hacia su entorno (Díaz, 2013, p.15). El autor refiere que las influencias familiares son importantes al momento de determinar las expectativas y las normas con respecto al consumo de alcohol.

Otro factor significativo es el ambiente ya que es todo aquello que rodea a las personas, desde el nacimiento, el medio ambiente interviene en el desarrollo humano a través de dos procesos: el de aprendizaje de las normas y los comportamientos socialmente aceptables; que reciben una influencia decisiva de la familia, la escuela, y a partir de la adolescencia ya que muchas de las veces algunas personas pueden presentar una baja autoestima, necesidad de autonomía, baja resistencia a la presión grupal, altos niveles de angustia, depresión, impulsividad que inducen a que el individuo presente conducta de riesgo de consumo de alcohol.

Sin embargo la influencia de los amigos; es un importante predictor para presentar conductas de riesgo de consumo de alcohol ya que las percepciones que hoy en día tienen los jóvenes con respecto a cómo beben en la sociedad y se relacionan estrechamente con su propia conducta; los jóvenes tienden a sobrestimar los niveles de consumo de alcohol con la sociedad, en algunas investigaciones sugieren que, los bebedores excesivos reciben una calificación positiva por parte de sus amigos en términos de sociabilidad, confianza en sí mismo y agresión.

## **Efectos**

Los efectos de la conducta de riesgo de consumo de alcohol en el cuerpo son innumerables ya que tiene principalmente el etanol que es una droga psicoactiva que provoca muchos efectos secundarios alterando gravemente el organismo a menudo conduce a la muerte, como consecuencia de afecciones de tipo hepática, hemorragias internas, intoxicación alcohólica, accidentes o suicidio el alcoholismo no está fijado por la cantidad ingerida en un periodo determinado de tiempo de las personas ya que tiende a acortar los plazos entre cada ingesta.

Una de las consecuencias es el Delirium Tremens, que es un cuadro agudo producido por la privación alcohólica, causando enfermedades, traumatismos o infecciones en individuos con alto consumo de alcohol en el pasado, este delirium puede presentar ocho posibles síntomas como temblor de manos, insomnio, agitación psicomotora, ansiedad, náuseas o vómitos, alucinaciones o ilusiones transitorias, convulsiones y de acuerdo a los criterios diagnósticos de delirium se muestra una disminución de la atención y la conciencia, alteración en la memoria, orientación, lenguaje, capacidad visuoespacial, y de esta forma el individuo puede tener una afección seria que puede convertirse de manera rápida en una situación potencialmente mortal.

La Euforia, es la sensación intensa de alegría o de bienestar como resultado de una perfecta salud o de la administración de medicamentos o drogas que se exterioriza, el estado de ánimo que tiende al optimismo y que se observa como síntoma en algunas intoxicaciones y en ciertas enfermedades del sistema nervioso.

La Descoordinación Motora, es visible en una persona que consume demasiado alcohol; así, en una sola noche difícilmente puede mantener bajo control su capacidad de coordinación, el cuerpo no solo se debilita, sino que pierde el equilibrio y ve reducidos sus reflejos, el afectado se expone a sufrir caídas u otros accidentes más graves, además, cabe aclarar que también afecta la desinhibición, en el sentido de que reduce la capacidad de autocontrol.



Por otra parte, el aumento de la Sociabilidad, se presenta en el consumo de alcohol, en las etapas iniciales, produce un efecto de desinhibición mostrando un aumento de sociabilidad y esto ocurre porque el alcohol es un depresor del sistema nervioso central, y el comportamiento eufórico se da por la inhibición de los mecanismos de regulación conductual en el sistema nervioso de quienes lo consumen, lo que afecta a la corteza cerebral, que es la encargada de almacenar todo el sistema de normas y valores aprendidos, la corteza cerebral es la responsable de actuar como juez de las conductas, además de producir una sensación de euforia, relajación, aumento de la sociabilidad y una sensación de seguridad en cada persona.

### **Consecuencias**

Las conductas de riesgo de consumo de alcohol conllevan a una serie de consecuencias negativas en la vida del ser humano ya que al no tratarse adecuadamente, tiene un alto potencial de convertirse en una adicción.

Entre los efectos a corto plazo, el alcohol, causa una intoxicación etílica que puede provocar el coma e incluso la muerte, favoreciendo conductas de riesgo ya que el alcohol desinhibe y provoca una falsa sensación de seguridad, por ello está relacionado con accidentes de tráfico y laborales o prácticas sexuales de riesgo también conlleva que la persona presente irritación de la mucosa estomacal, trastornos de la visión de los reflejos del pensamiento y del habla, intoxicación aguda, embriaguez, agitación, riesgo de muerte por paro respiratorio, desinhibición, sobre todo en cuanto a las relaciones sociales, sensación de euforia, posibilidad de realizar actos violentos.

Así mismo, los efectos a largo plazo, se enmarcan en borracheras y el consumo constante de alcohol en grandes cantidades están asociados a muchos problemas de salud, que incluyen lesiones no intencionales como choques automovilísticos, caídas, quemaduras y ahogamiento, lesiones intencionales como heridas por arma de fuego, agresiones sexuales y violencia doméstica, incremento de las lesiones en

el trabajo y disminución de la productividad, incremento en los problemas familiares, así como ruptura de relaciones, intoxicación por alcohol, alta presión arterial, derrame cerebral, y otras enfermedades relacionadas con el corazón, enfermedades hepáticas, daños a los nervios, problemas de tipo sexual, daños cerebrales permanentes.

### **Dimensiones de dependencia alcohólica**

La dependencia alcohólica trae grandes problemas y consecuencias al individuo, tanto físicas como psíquicas que pueden la mayoría de las veces, causar perjuicios en el ámbito laboral, familiar conllevándole al individuo a presentar conductas agresivas. Las dimensiones de la dependencia alcohólica son: La dependencia Física que se caracteriza cuando el individuo se ha acostumbrado a la presencia constante o diaria de la sustancia para funcionar con normalidad y cuando este nivel desciende por debajo de cierto límite aparece el síndrome de abstinencia característico de cada droga. La dependencia psíquica; se caracteriza por consumir periódicamente para sentirse bien en un estado agradable, placentero, eufórico y librarse de un estado desagradable como aburrimiento, timidez, estrés la dependencia física es relativamente fácil de superar tras un período de desintoxicación ya que en función de cada droga, puede prolongarse sin embargo la dependencia psíquica requiere introducir cambios en la conducta y en las emociones del sujeto que le permitan funcionar psíquicamente, es decir obtener satisfacción, para lograr superar el aburrimiento, afrontar la ansiedad, tolerar la frustración, establecer relaciones sin necesidad de recurrir al consumo de alcohol.

Es importante conocer qué la conducta de riesgo de consumo de alcohol es un problema que repercute a la sociedad y al adolescente ya que atraviesa una etapa de profundos cambios, que está marcada por la inestabilidad la necesidad de independencia frente al núcleo familiar y la búsqueda de integración en grupos sociales, en la mayoría de las ocasiones el desconcierto y la confusión de los propios jóvenes acarrea comportamientos de riesgo como el consumo de alcohol en lo cual no necesariamente un individuo que tiene una baja inteligencia emocional va a consumir alcohol ya que depende de otros factores que pueden estar involucrados.

## **CAPITULO II**

### **METODOLOGÍA**

#### **Diseño del trabajo**

El presente trabajo investigativo se basa en un enfoque cuantitativo y cualitativo, es cualitativo porque determina la búsqueda del aspecto teórico-conceptual, la fundamentación será descriptiva, basada en un marco teórico referencial y en las explicaciones y sustentos de varios autores que permitirán explicar las variables de estudio. Tiene un enfoque cuantitativo ya que se utilizara la recolección y el análisis de datos para contestar las interrogantes de investigación y comprobar las hipótesis previamente establecidas, y se basa en la medición numérica, el conteo y en el uso de la estadística descriptiva para establecer con precisión o exactitud patrones de comportamiento en una población de estudio determinada, como es en el caso de esta investigación, también se utilizará el método psicométrico ya que se utilizará 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).

La modalidad de investigación es bibliográfica y de campo, puesto que se indagará en tesis, artículos de revistas y libros sobre la temática, con el propósito de respaldar el desarrollo del trabajo. La Investigación es de campo ya que se realizará un proceso sistemático, riguroso de recolección de información en el lugar de la problemática. El tipo de Investigación es Descriptiva porque se analizará y se interpretará la información con respecto a la situación actual de la población de estudio. Se utilizará el método 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 la conducta de riesgo de consumo de alcohol.

### Delimitación espacial

**Provincia:** Tungurahua

**Cantón:** Píllaro

**Lugar:** Unidad Educativa Los Andes

**Delimitación Temporal:** 2016-2017

**Enfoque:** Cognitivo Conductual

### Población y muestra

#### Población:

Para el desarrollo de la presente investigación se tomó como población el universo de 616 estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes, mientras que la muestra da un resultado de 237 estudiantes seleccionados utilizando un muestreo aleatorio estratificado por niveles.

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

N= Población 616

n= Muestra

p= Probabilidad a favor

q= Probabilidad en contra

z= Nivel de confianza 95%

e= error de muestra

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

$$n = \frac{1.96^2(0.5)(0.5)(616)}{(0.05)^2 * (616-1) + (1.96)^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = \frac{591.6064}{1.5375 + 0.9604}$$

$$n = \frac{591.6064}{2.4979}$$

$$n = 236.84$$

$$n = 237 \text{ estudiantes}$$

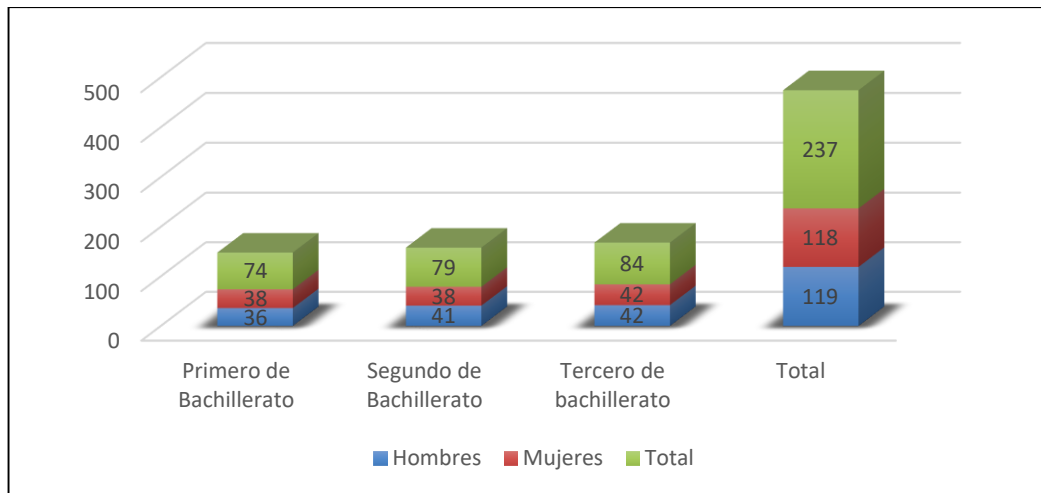
La población de estudio se encuentra distribuida de la siguiente manera de primero de bachillerato se sacó una muestra de 74 estudiantes, de segundo de bachillerato con una muestra de 79 estudiantes, de tercero de bachillerato con una muestra de 84 estudiantes a modo de resumen se presenta en la siguiente tabla.

**Tabla N°1:** Población y Muestra

<b>Cursos</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Total</b>
<b>Primero de Bachillerato</b>	36	38	74
<b>Segundo de Bachillerato</b>	41	38	79
<b>Tercero de bachillerato</b>	42	42	84
<b>Total</b>	119	118	237

**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

**Gráfico N°1:** Población y muestra



**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

## **Instrumentos de investigación**

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

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 autodirigirse, sentirse seguro de sí mismo en pensamientos y acciones y poder tomar decisiones con libertad. Definiendo a la Empatía como la habilidad para percatarse, 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 contento general, y comprende los siguiente 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:**

Baron (2012). 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. (p.1).



## Interpretación del CE para el total los componentes y subcomponentes.

**Tabla N°2:** Pautas de Interpretación

<b>Puntajes estándares</b>	<b>Pautas de Interpretación</b>
130 y más	Capacidad emocional muy desarrollada: Marcadamente alta. Capacidad emocional Inusual.
115 a 129	Capacidad emocional muy desarrollada: Alta, Buena capacidad emocional.
86 a 114	Capacidad emocional adecuada: Promedio.
70 a 85	Necesita mejorar: Baja. Capacidad emocional por debajo del promedio
69 y menos	Necesita mejorar: Muy baja. Capacidad emocional extremadamente por debajo del promedio.

**Elaborado por:** La Investigadora

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

**Tabla N°3:** Interpretación Cualitativa

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

**Elaborado por:** La Investigadora

**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.

### **Validación**

Durante el año 2009 se publicó la validación chilena del AUDIT la cual incluyó su aplicación a una muestra de 93 individuos mayores de 15 años y consultantes de un centro de atención primaria, tanto por morbilidad general como por problemas derivados del consumo de alcohol, además se incorporó la traducción y adaptación lingüística del instrumento en el 2009. La aplicación del AUDIT se realizó en conjunto con la Entrevista Diagnóstica Internacional Compuesta (CIDI 2.1), como criterio diagnóstico de consumo perjudicial y dependencia de alcohol. En el estudio mencionado se concluyó que el instrumento es válido y confiable para el tamizaje de las distintas categorías de consumo de alcohol en la población adulta chilena. En base a la sensibilidad y especificidad para cada categoría se establecieron los siguientes puntos de corte en la escala entre 6 y 8 puntos como consumo de riesgo y 9 puntos o más consumo perjudicial o dependencia, A partir del Octavo Estudio Nacional de Drogas en la Población de Chile (2008) se incluyó que el Test AUDIT dentro de la medición es de modalidad autoaplicada incorporando por 10 ítems.

### **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

	<b>Alfa de Cronbach</b>
Total AUDIT	0,83
Dominio 1	0,74
Dominio 2	0,81
Dominio 3	0,66

**Elaborado por:** La Investigadora

**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**

1. Acercamiento a la dirección Distrital de educación 18DO5 del cantón Píllaro con el objetivo de solicitar apertura para realizar el presente proyecto de investigación en la Unidad Educativa Los Andes.
2. Revisión de documentos necesarios para la investigación y entrevistas con la directora distrital y la directora de la Unidad Educativa Los Andes quien dio a conocer las problemáticas que se presenta en la Institución educativa.
3. Entrega de solicitud a la directora para la aplicación de los instrumentos de evaluación de la variable dependiente e independiente.
4. Establecimiento de horarios con la persona encargada del DECE.
5. Aplicación de 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.
6. Análisis de los datos Estadísticos.
7. 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 la Unidad educativa Los Andes, para la recolección de información como primer paso se realiza el acercamiento al distrito y a 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 procederá a la aplicación de los Instrumentos de medición psicológica. El Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE) y el test de Cuestionario de alcohol (AUDIT), una vez determinados los instrumentos, se coordina las fechas con el profesional encargado del DECE, y como último paso se realiza la propuesta en base a los resultados obtenidos.

### CAPITULO III ANÁLISIS DE RESULTADOS

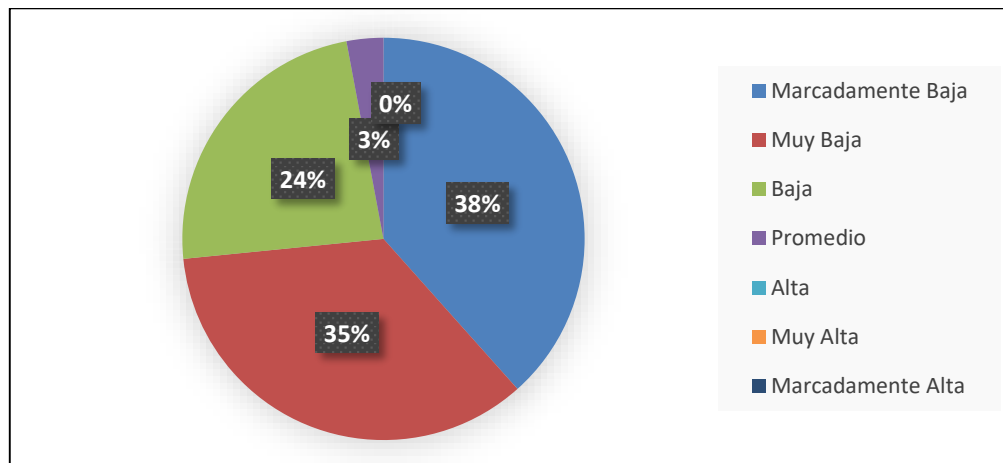
#### Diagnóstico de situación actual

**Tabla N°5:** Inteligencia Emocional General

Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Porcentaje
<b>Marcadamente Baja</b>	91	0.38	38%
<b>Muy Baja</b>	83	0.35	35%
<b>Baja</b>	56	0.24	24%
<b>Promedio</b>	7	0.03	3%
<b>Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Muy Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Marcadamente Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Total</b>	237	1	100%

**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

**Gráfico N°2:** Inteligencia Emocional General



**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Del estudio realizado se evidencia que más de las dos cuartas partes de la población, presenta una inteligencia emocional marcadamente baja, lo que implica que el individuo tiene dificultad para establecer relaciones interpersonales, tomar decisiones y afrontar problemas de la vida cotidiana; mientras que las tres cuartas partes poseen una inteligencia emocional muy baja, lo que significa que los estudiantes se sienten incomprendidos, irritables y no mantienen amistades duraderas durante mucho tiempo, la población restante corresponde a un poco menos de la cuarta parte que se distribuye entre inteligencia emocional baja y promedio, lo quiere decir que los individuos presentan dificultades para ser asertivo en algunas ocasiones y tolerante en situaciones de estrés, en las otras dimensiones no marcan datos superiores de inteligencia emocional en niveles alto, muy alto y marcadamente alto con relación a la apreciación y percepción de cada individuo.

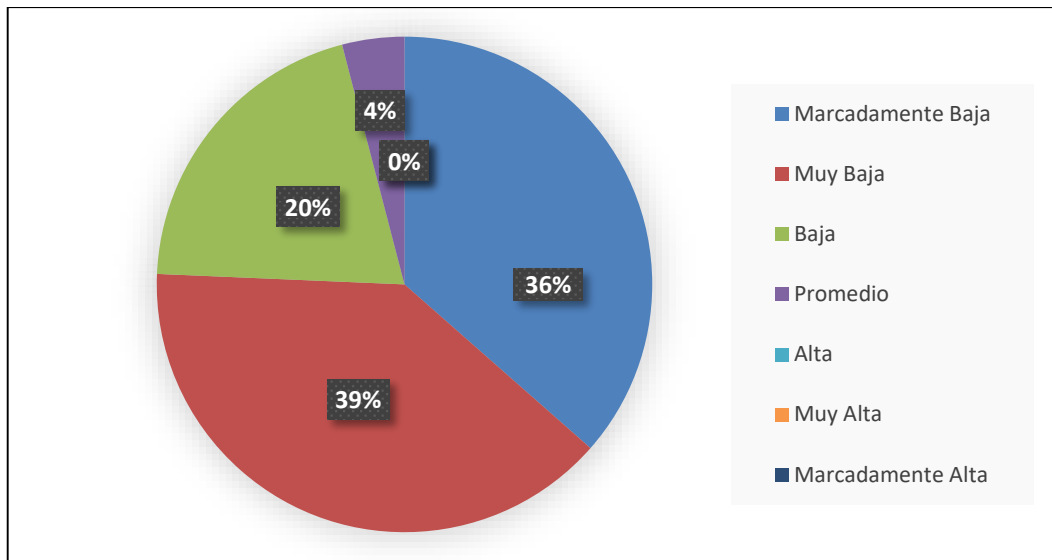
**Tabla N°6:** Inteligencia Emocional Primero de Bachillerato

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia Relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Marcadamente Baja</b>	27	0.36	36%
<b>Muy Baja</b>	29	0.39	39%
<b>Baja</b>	15	0.20	20%
<b>Promedio</b>	3	0.04	4%
<b>Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Muy Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Marcadamente Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Total</b>	237	1	100%

**Elaborado por:** La investigadora

**Fuente:** Investigación de Campo

**Gráfico N°3:** Inteligencia Emocional Primero de Bachillerato



**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

## **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

Del estudio realizado se evidencia que más de la cuarta parte de la población presenta una inteligencia emocional marcadamente baja, lo que implica que el individuo tiene dificultad para establecer relaciones interpersonales, tomar decisiones y afrontar problemas de la vida cotidiana; mientras que más de las dos cuartas partes presenta una inteligencia emocional muy baja, lo que significa que los estudiantes se sienten incomprensidos, irritables y no mantienen amistades duraderas durante mucho tiempo; menos de la cuarta parte presenta una inteligencia emocional baja y promedio lo quiere decir que los individuos presentan dificultades para ser asertivo en algunas ocasiones y tolerante en situaciones de estrés ,en las otras dimensiones no marcan datos superiores de inteligencia emocional en niveles alto, muy alto y marcadamente alto con relación a la apreciación y percepción de cada individuo.



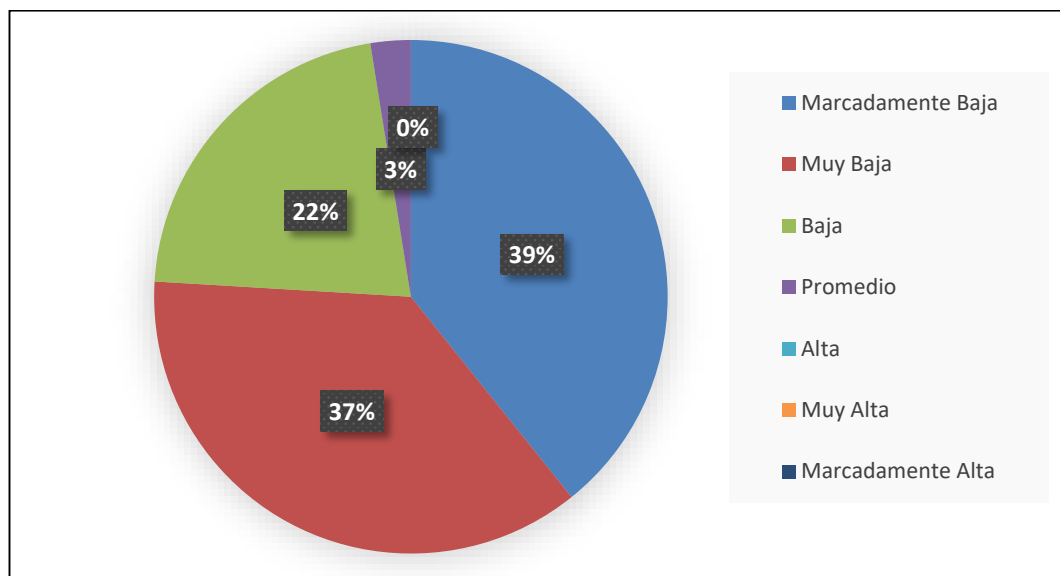
**Tabla N°7:** Inteligencia Emocional Segundo de Bachillerato

Alternativas	Frecuencia	Frecuencia	Porcentaje
	Absoluta	Relativa	
<b>Marcadamente Baja</b>	31	0.39	39%
<b>Muy Baja</b>	29	0.37	37%
<b>Baja</b>	17	0.22	22%
<b>Promedio</b>	2	0.03	3%
<b>Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Muy Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Marcadamente Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Total</b>	79	1	100%

**Elaborado por:** La Investigadora

**Fuente:** Investigación de Campo

**Gráfico N°4:** Inteligencia Emocional Segundo de Bachillerato



**Elaborado por:** La Investigadora

**Fuente:** Investigación de Campo

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Del estudio realizado se evidencia que la cuarta parte de la población presenta una inteligencia emocional marcadamente baja lo que implica que el individuo tiene dificultad para establecer relaciones interpersonales, tomar decisiones y afrontar problemas de la vida cotidiana; y más de la cuarta parte presentan una inteligencia emocional muy baja lo que significa que los estudiantes se sienten incomprendidos, irritables y no mantienen amistades duraderas durante mucho tiempo, la población restante corresponde a un poco menos de la cuarta parte que se distribuye entre inteligencia emocional baja y promedio, lo quiere decir que los individuos presentan dificultades para ser asertivo en algunas ocasiones y tolerante en situaciones de estrés, en las otras dimensiones no marcan datos superiores de inteligencia emocional en niveles alto, muy alto y marcadamente alto con relación a la apreciación y percepción de cada individuo.

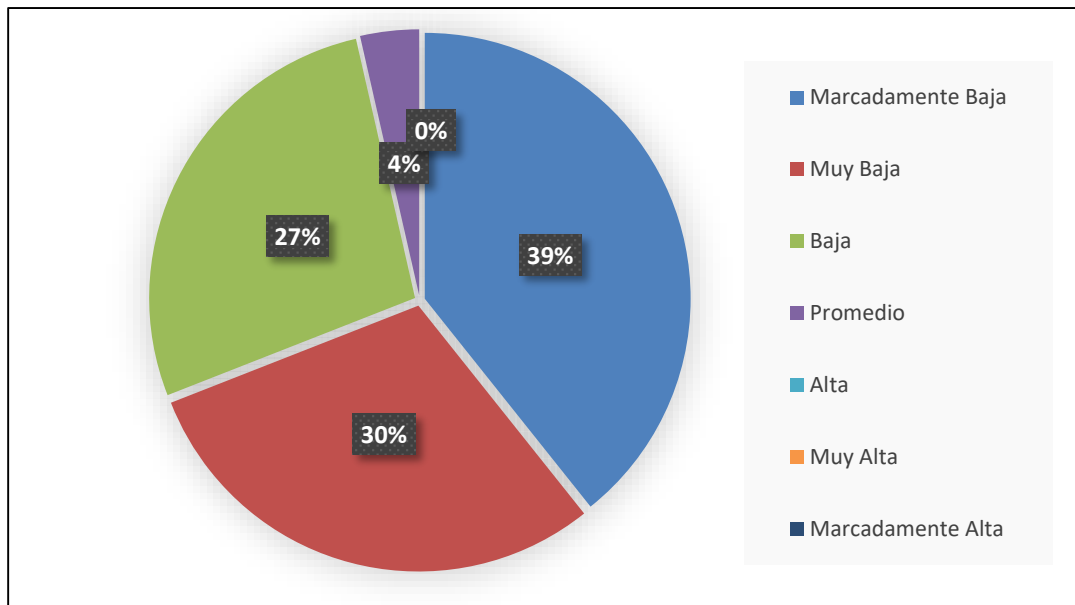
**Tabla N°8:** Inteligencia Emocional Tercero de Bachillerato

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia Relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Marcadamente Baja</b>	33	0.39	39%
<b>Muy Baja</b>	25	0.30	30%
<b>Baja</b>	23	0.27	27%
<b>Promedio</b>	3	0.04	4%
<b>Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Muy Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Marcadamente Alta</b>	0	0.00	0%
<b>Total</b>	84	1	100%

**Elaborado por:** La Investigadora

**Fuente:** Investigación de Campo

**Gráfico N°5:** Inteligencia Emocional Tercero de Bachillerato



**Elaborado por:** La Investigadora

**Fuente:** Investigación de Campo

## **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

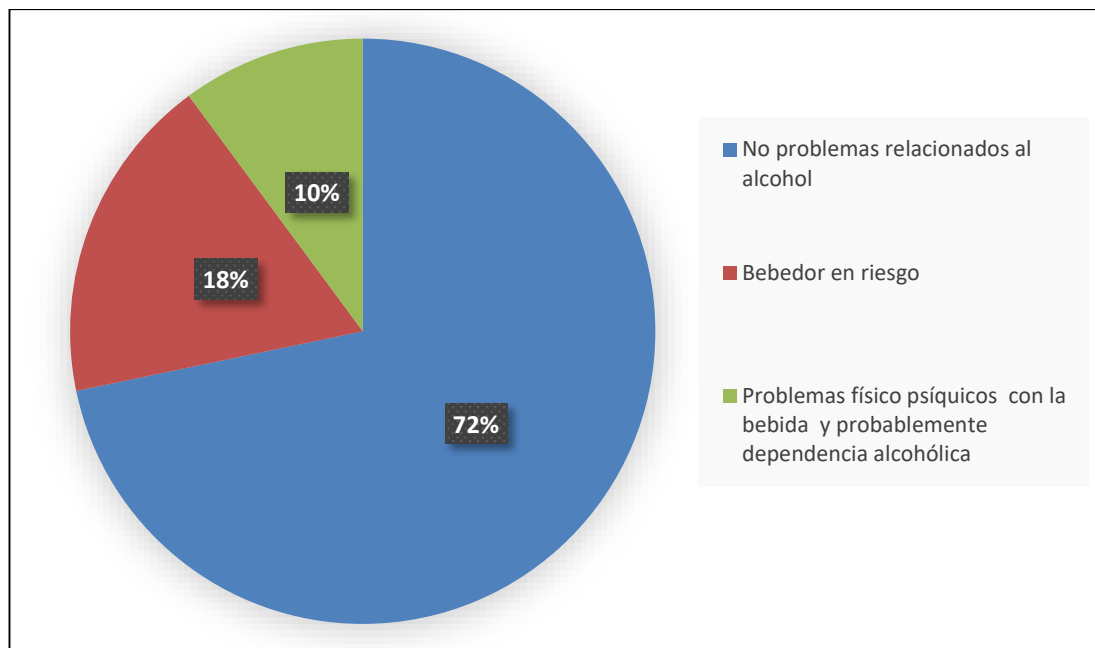
Del estudio realizado se evidencia que más de la cuarta parte presenta una inteligencia emocional marcadamente baja, lo que implica que el individuo tiene dificultad para establecer relaciones interpersonales, tomar decisiones y afrontar problemas de la vida cotidiana, mientras que la cuarta parte poseen una inteligencia emocional muy baja, lo que significa que los estudiantes se sienten incomprensidos, irritables y no mantienen amistades duraderas durante mucho tiempo, la población restante corresponde a un poco menos de la cuarta parte que se distribuye entre inteligencia emocional baja y promedio, lo quiere decir que los individuos presentan dificultades para ser asertivo en algunas ocasiones y tolerante en situaciones de estrés y en las otras dimensiones no marcan datos superiores de inteligencia emocional en niveles alto, muy alto y marcadamente alto con relación a la apreciación y percepción de cada individuo.

**Tabla N°9:** General Conducta de riesgo de consumo de alcohol

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia Relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
No problemas relacionados al alcohol	170	0.72	72%
Bebedor en riesgo	43	0.18	18%
Problemas físico psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica	24	0.10	10%
Total	237	1	100%

**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

**Gráfico N°6:** General Conducta de riesgo de consumo de alcohol



**Elaborado por:** La investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Del total de la población evaluada más de la mitad de los estudiantes de bachillerato, no presenta 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 presenta riesgo de consumo de alcohol lo que significa que el individuo puede conllevar en un futuro un daño psicológico, sociológico o físico; la segunda cuarta parte presentan problemas físicos psíquicos con la bebida y probablemente dependencia; que van a influir que el individuo presente una serie de problemas debidos al consumo repetido de la sustancia conllevándole así al adolescente a presentar fuertes deseos de consumo de alcohol.

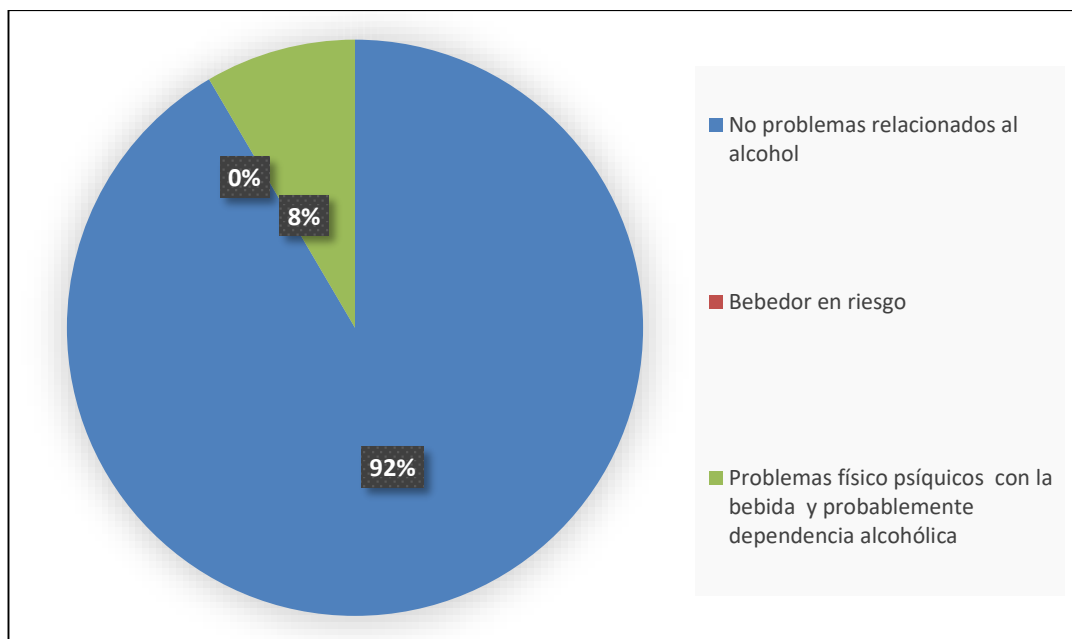
**Tabla N°10:** Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol Primero de Bachillerato

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia Relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>No problemas relacionados al alcohol</b>	65	0.92	92%
<b>Bebedor en riesgo</b>	0	0.00	0%
<b>Problemas físico psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica</b>	6	0.08	8%
<b>Total</b>	71	1	100%

**Elaborado por:** La Investigadora

**Fuente:** Investigación de Campo

**Gráfico N°7:** Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol Primero de Bachillerato



**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

## **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**

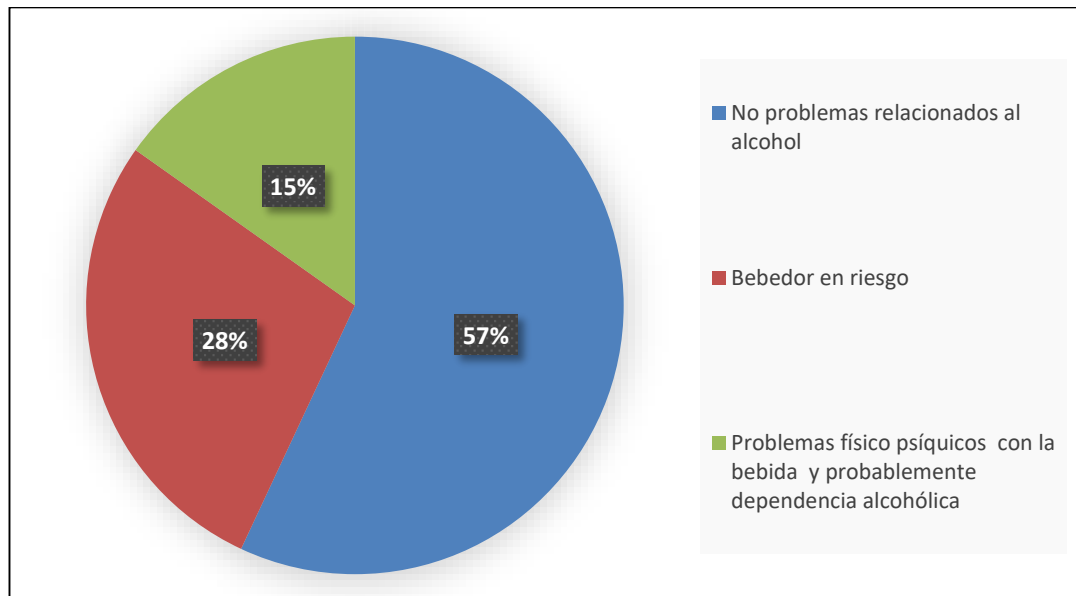
Se observa que la mayor parte de estudiantes de primero de bachillerato no presentan problemas relacionados con el consumo de alcohol, lo significa que los mismos poseen una buena comunicación con sus padres, presentando relaciones afectivas adecuadas, mientras que menos de la cuarta parte la población tiene riesgo de consumo de alcohol, lo que significa en un futuro si el adolescente sigue consumiendo, puede transformarse en dependencia, trayendo consigo diferentes problemas en la físico, psicológico y psicosocial.

**Tabla N°11:** Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol Segundo de Bachillerato

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia Relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>No problemas relacionados al alcohol</b>	45	0.57	57
<b>Bebedor en riesgo</b>	22	0.28	28
<b>Problemas físico psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica</b>	12	0.15	15
<b>Total</b>	79	1	100

**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

**Gráfico N°8:** Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol Segundo de Bachillerato



**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

La mayoría de los estudiantes de segundo de bachillerato no presentan problemas relacionados al consumo de alcohol lo que significa que los estudiantes tienen una buena comunicación con sus padres, presentando relaciones afectivas adecuadas, mientras que más de la cuarta parte presentan riesgo de consumo de alcohol, esto puede generar en un futuro a un daño psicológico, sociológico o físico, una minoría presentan problemas con la bebida y probablemente dependencia; indicando un factor clave para decir que probablemente el individuo desarrolle una serie de problemas debido al consumo repetido de la sustancia conllevando así al adolescente a presentar fuertes deseos de consumo de alcohol.

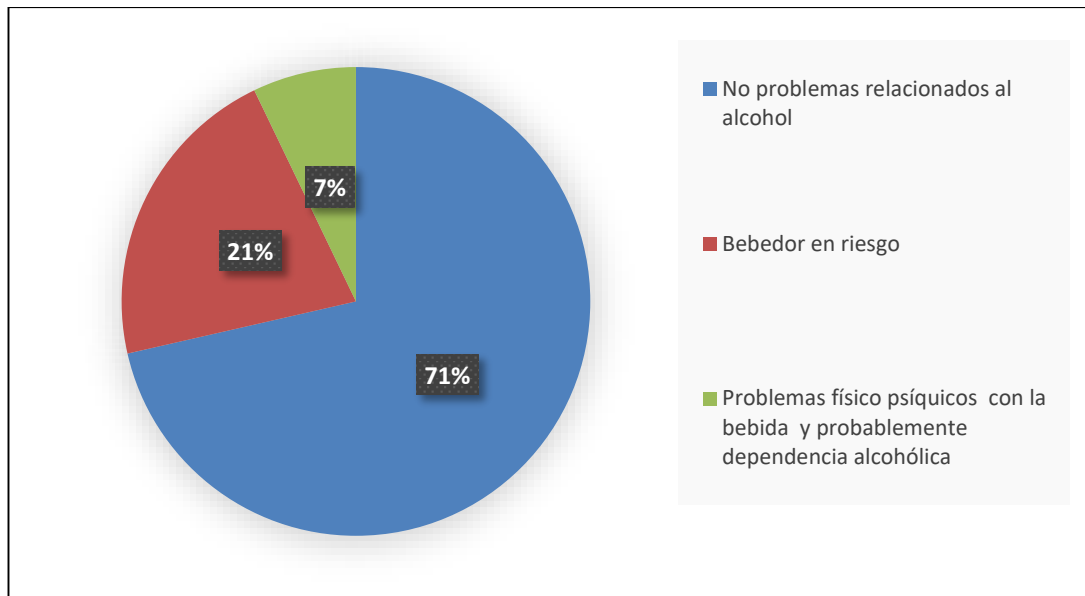
**Tabla N°12:** Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol de Tercero de Bachillerato

<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia Relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>No problemas relacionados al alcohol</b>	60	0.71	71%
<b>Bebedor en riesgo</b>	18	0.21	21%
<b>Problemas físico psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica</b>	6	0.07	7%
<b>Total</b>	84	1	100%

**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo



**Gráfico N°9:** Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol de Tercero de Bachillerato



**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación de Campo

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

Del total de la población evaluada la mayoría de los estudiantes 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 presentan riesgo de consumo de alcohol lo que significa que el individuo puede conllevar en un futuro un daño psicológico, sociológico o físico, de igual forma una minoría presentan problemas físicos y psíquicos con la bebida, probablemente dependencia; que va a influir en 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 la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes.

#### HO (Hipótesis Nula)

La Inteligencia emocional **NO** influye en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes.

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.

Se recomienda asumir o trabajar con el 5 % 0,05

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°13:** Frecuencia Observada

---

**Tabla de Frecuencias Observada**

---

Conducta de riesgo de consumo de Alcohol	Total		Sujetos	
	No problemas relacionados con el alcohol	Bebedor en riesgo		Problemas físicos psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica
Marcadamente Baja	64	19	8	91
Muy Baja	62	14	7	83
Baja	38	10	8	56
Promedio	6	0	1	7
Alta	0	0	0	0
Muy Alta	0	0	0	0
Marcadamente Alta	0	0	0	0
Total	170	43	24	237

---

**Elaborado por:** La Investigadora

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

### Cálculo de Frecuencias Esperadas

#### Ejemplo:

$$Fe = \frac{170 \times 91}{237}$$

$$Fe = 65,27$$

**Tabla N°14: Frecuencias Esperadas**

---

**Tabla de Frecuencias Esperadas**

---

<b>Conducta de riesgo de consumo de Alcohol</b>			<b>Total</b>	<b>Sujetos</b>
	No problemas relacionados con el alcohol	Bebedor en riesgo	Problemas físicos psíquicos con la bebida y probablemente dependencia alcohólica	
Marcadamente Baja	65,27	16,51	9,22	91
Muy Baja	59,54	15,06	8,41	83
Baja	40,17	10,16	5,67	56
Promedio	5,02	1,27	0,71	7
Alta	0,00	0,00	0,00	0
Muy Alta	0,00	0,00	0,00	0
Marcadamente Alta	0,00	0,00	0,00	0
Total	170	43	24	237

---

**Elaborado por:** La Investigadora

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

### **Cálculo del Chi Cuadrado General**

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

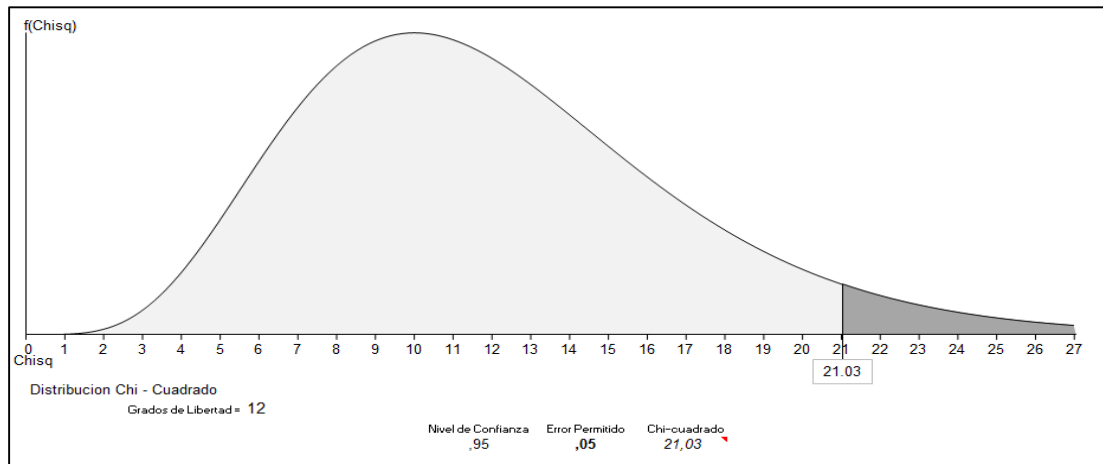
**Tabla N°15:** Cálculo del Chi Cuadrado

Dimensiones	FO	FE	(FO - FE)	(FO - FE) <sup>2</sup>	$(O-E)^2$
					$\frac{\quad}{E}$
MRB/NPRA	64,00	65,27	-1,27	1,62	0,0249
MRB/BR	19,00	16,51	2,49	6,20	0,3754
MRB/PFPBDA	8,00	9,22	-1,22	1,48	0,1602
MB/NPRA	62,00	59,54	2,46	6,07	0,1020
MB/BR	14,00	15,06	-1,06	1,12	0,0745
MB/PFPBDA	7,00	8,41	-1,41	1,97	0,2349
B/NPRA	38,00	40,17	-2,17	4,70	0,1171
B/BR	10,00	10,16	-0,16	0,03	0,0025
B/PFPBDA	8,00	5,67	2,33	5,42	0,9566
P/NPRA	6,00	5,02	0,98	0,96	0,1908
P/BR	0,00	1,27	-1,27	1,61	1,2700
P/PFPBDA	1,00	0,71	0,29	0,08	0,1196
A/NPRA	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0000
A/BR	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0000
A/PFPBDA	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0000
MA/NPRA	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0000
MA/BR	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0000
MA/PFPBDA	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0000
MRA/NPRA	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0000
MRA/BR	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0000
MRA/PFPBDA	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0000
<b>Total X2</b>					<b>3,6285</b>

**Elaborado por:** La Investigadora

**Fuente:** Elección de la Prueba Estadística.

**Gráfico N°10:** Cálculo del Chi Cuadrado



**Elaborado por:** La Investigadora  
**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.

$Gl = (f - 1) (c - 1)$ , donde:

Gl= grados de libertad

f= número de filas

c= número de columnas

### **Distribución**

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

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

$Gl = (2) (6)$

$Gl = 12$

### **Decisión**

Si el valor calculado es mayor que el valor tabular se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.  $X_{c2} > X_{t2}$ .

Como el valor calculado es menor al dado por la tabla estadística, es decir: 3,62 menor que 21.0 se acepta la Hipótesis Nula.

Ho =La Inteligencia emocional NO influye en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes.

## CAPÍTULO IV

### CONCLUSIONES

1. Una vez realizada la investigación sobre la Inteligencia Emocional y las conductas de riesgo de consumo de alcohol en la Unidad Educativa Los Andes, se concluye que la Inteligencia emocional NO influye en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes, evidenciando mediante el cálculo del chi cuadrado el valor experimental es de 3.62 menor a la tabla estadística con 21.0 (Tabla 15, Gráfico 10).
2. Se identificó que el nivel de inteligencia emocional más relevante en los estudiantes es marcadamente bajo ,muy bajo , baja y en promedio (Tabla 5, Gráfico 2), en los niveles siguientes no se puede evidenciar datos superiores de inteligencia emocional en niveles altos, muy alto y marcadamente alto con relación a la apreciación y percepción de cada individuo lo que significa que los estudiantes no presentan una adecuada inteligencia emocional y necesita ser mejorada de tal manera que permita a los mismos aprender a reconocer, manejar sus emociones, conllevando a mejorar su estilo de vida para que puedan realizar de mejor forma sus actividades diarias, estableciendo buenas relaciones interpersonales y lo más fundamental tomando decisiones apropiadas y eficaces.
3. Se determinó que los estudiantes de bachillerato en un 72% no presentan problemas relacionados al alcohol el 18% presenta riesgo de consumo de alcohol y el 10% presentan problemas físicos y psíquicos con respecto a la bebida y probablemente a una dependencia alcohólica, llegando a la conclusión de que el alcohol perjudica las áreas del cerebro responsables del aprendizaje, la memoria, las habilidades verbales y la percepción visual-espacial, por lo consiguiente, el consumo excesivo de alcohol afecta la creación de nuevos recuerdos, y la resolución de problemas.



## RECOMENDACIONES

1. Se recomienda tratar de detectar las causas principales por las cuales los jóvenes estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes, prestan un alto riesgo de consumo de alcohol, para que por medio de ello se pueda prevenir y buscar la forma de frenar este índice de consumo.
2. Dar a conocer a los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes que es la Inteligencia Emocional, los beneficios de la misma y la forma en la que se puede aplicar a la vida diaria, para mejorar las habilidades sociales, la comunicación asertiva, la toma de decisiones y el manejo adecuado en situaciones de estrés, de este modo puedan expresar lo que sienten en el momento oportuno favoreciendo un equilibrio en su vida personal.
3. Promover talleres didácticos de prevención de conductas de riesgo de consumo de alcohol mediante talleres de formación de inteligencia emocional que puedan ayudar al desarrollo óptimo del individuo dentro de su contexto y que por medio de esta estrategia útiles para desempeñarse de mejor manera en su entorno, afrontando situaciones de estrés, el manejo de las relaciones interpersonales siendo capaz de adaptarse a lo cotidiano tomando las mejores decisiones para la solución de problemas.

## DISCUSIÓN

Investigaciones como la que realizó Vaca (2017) donde concluyó que el nivel de Inteligencia Emocional de los colaboradores de la Pasteurizadora el Ranchito muestra un índice bajo, ya que el 67% de los colaboradores expresaron según la encuesta aplicada, que no manejan adecuadamente las emociones por desconocimiento de las mismas, observando en distintas situaciones de la jornada laboral, al no poseer las habilidades emocionales necesarias, impidiéndoles expresar con dificultad sus emociones y de esta manera altera el comportamiento de las personas en el trabajo y suscitándose malos entendidos, hace referencia a que la inteligencia emocional es muy importante en las actividades laborales. Sin embargo los resultados obtenidos en la presente investigación muestran que la inteligencia emocional no influye en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes.

Para este trabajo se utilizó el Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE) y el Test de Identificación de Trastornos Relacionados con el Uso del Alcohol (AUDIT), después de haber aplicado los instrumentos y analizado los datos se llegó a la conclusión de que la mayor parte de la población presentan una inteligencia emocional marcadamente baja, así como más de la mitad de la población no presentan problemas físicos y psíquicos relacionados con la tendencia riesgosa de alcoholismo, demostrando que no existe relación entre las variables. Esto implica que a pesar de que las relaciones interpersonales se mantengan en un buen nivel, al momento de tomar decisiones, los estudiantes no apelan a su inteligencia sino más bien a la presión de grupo que hace que tomen decisiones equivocadas aunque parezcan más maduros y coherentes en otros aspectos de su vida.

Por otra parte, Vargas (2017) realizó una investigación donde se evidenció que el nivel de inteligencia emocional en los trabajadores de la Gobernación de Tungurahua es bajo, debido al deficiente desarrollo de capacidades emocionales en ellos, lo que hace que no puedan relacionarse adecuadamente, ni enfrentarse

adecuadamente a situaciones de conflicto o presión, con manejo inadecuado de sus emociones ni la toma de decisiones asertivas. De esta manera si los adolescentes mantienen un desequilibrio emocional hasta la vida adulta tienen mayores posibilidades de fracasar en la toma de decisiones, lo que hará que frente a la posibilidad de convertirse en alcohólicos, así como también en otras áreas como el control de los impulsos, el manejo del estado de ánimo, el reconocimiento de su propio valor y la independencia de sus criterios.

## **CAPITULO V PROPUESTA**

### **TEMA DE LA PROPUESTA**

Talleres de formación en inteligencia emocional para promover el desarrollo personal en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa los Andes.

#### **Datos Informativos**

<b>Institución Educativa:</b>	Unidad Educativa” Los Andes”
<b>Ubicación:</b>	Av. Rumiñahui y Las Dalias
<b>Provincia:</b>	Tungurahua
<b>Cantón:</b>	Píllaro
<b>Parroquia:</b>	Ciudad Nueva

## **JUSTIFICACIÓN**

De acuerdo a los resultados obtenidos se pudo evidenciar que la inteligencia emocional no influye en las conductas de riesgo de consumo de alcohol, siendo en la actualidad un tema de gran importancia ya que se ve afectado la calidad de vida del individuo, por lo que es conveniente que se realice una adecuada intervención para mejorar la inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes.

El trabajo investigativo tiene originalidad porque a través de él se busca brindar solución a los diferentes problemas por medio de talleres de formación de la Inteligencia Emocional basada en el aspecto Cognitivo Conductual, con el objetivo de promover el desarrollo personal en los estudiantes. La Investigación realizada a través de los reactivos psicológicos en la población estudiada demostró que es factible impulsar a que los estudiantes consoliden conocimientos y que por medio de su aplicación permita que el estudiante pueda desarrollarse de manera adecuada en su entorno y pueda enfrentarse a las dificultades de la vida diaria.

El tema de esta propuesta es de especial interés para la autora debido a que la misma tendrá la oportunidad de poner en práctica los conocimientos adquiridos durante su formación académica y universitaria.

## **OBJETIVOS**

### **GENERAL**

Estructurar talleres de formación en Inteligencia Emocional para promover el desarrollo personal en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes.

### **ESPECÍFICOS**

1. Determinar estrategias que permitan desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes.
2. Definir técnicas para promover el desarrollo personal de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes

## **ESTRUCTURACIÓN TÉCNICA DE LA PROPUESTA**

La investigación realizada para la propuesta está enfocada en talleres y actividades de formación en inteligencia emocional para promover el desarrollo personal en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa los Andes, lo cual se encuentra distribuida en diferentes etapas, en cada una de ellas se especifica una serie de actividades relacionadas a la inteligencia emocional para que de esta manera los estudiantes puedan adquirir una serie de habilidades que le ayuden a tener una mejor calidad de vida y gozar con plenitud de un bienestar físico, psicológico y emocional. Las actividades propuestas se realizarán en grupo, fomentando además el trabajo en equipo y la colaboración de todos los estudiantes de bachillerato tomando en cuenta que el individuo cuando se siente bien es más productivo, creativo y social siendo capaz de desenvolverse y relacionarse de manera eficiente y eficaz.

Cabe mencionar que la propuesta está estructurada por 4 talleres, cada uno de una hora, los mismos que están destinados a tratar temas que permitirán cumplir con los objetivos anteriormente planteados, en cada uno de ellos se desarrollaran actividades para que los estudiantes logren comprender con claridad las temáticas expuestas y puedan desarrollar los conocimientos necesarios durante las jornadas de capacitación.

La presente propuesta está basada en el enfoque cognitivo conductual el mismo que permite la modificación de los comportamientos de los estudiantes mediante el reconocimiento, aplicación y ejecución de actividades prácticas para que de esta manera se facilite la realización de los talleres planteados para mejorar el nivel de inteligencia emocional.

## **ARGUMENTACIÓN TEÓRICA**

### **La corriente Cognitivo conductual**

Sin duda alguna, el inadecuado manejo de la inteligencia emocional conlleva a que el individuo pueda presentar una serie de dificultades para establecer y mantener relaciones satisfactorias con otras personas desde un escenario socio-afectivo, cognitivo y emocional. Se ha visto pertinente abordar esta propuesta desde el enfoque Cognitivo conductual ya que como mencionan Álvarez, Escoffié, Rosado y Sosa (2016) la eficacia del mismo en la práctica clínica, es alta ya que se logra una evidente modificación en la conducta del ser humano, con resultados comprobables y perdurables ya que garantizan menos posibilidad de recaídas; se destacan también entre las ventajas de este modelo su brevedad, ya que centra en el presente, así como también se enfoca en el problema y su solución, cabe mencionar que este tipo de terapia se destaca por su éxito tanto en adultos, niños y adolescentes (Barradas, 2014), (Ruiz, Díaz y Villalobos, 2012). En tal virtud, se plantea argumentar a continuación dicha teoría con sus principales postulados así como también los métodos y técnicas utilizadas por la misma para lograr el cambio terapéutico, punto clave en el desarrollo de este trabajo.

Los principales autores de este modelo, son Albert Ellis y Aaron Beck, ambos sostenían en que las cogniciones influyen en el comportamiento del individuo, por tal razón desarrollaron intervenciones terapéuticas con el objetivo de que la persona cambie su esquema mental o su manera de pensar para lograr mejoría en cuanto a sus emociones y conductas en respuesta a los diferentes estímulos que se reciban del ambiente (Esquivel 2010).

### **Características de la teoría cognitivo conductual**

El término terapia cognitivo-conductual (TCC) se utiliza para describir toda una amplia variedad de intervenciones, las características esenciales de la terapia cognitivo conductual se sustenta en una determinada teoría ya que son modelos



empíricamente comprobables que determinan la base y el fundamento lógico de las intervenciones, se basa en un modelo de colaboración, desempeña un papel activo en lo referente a reconocer sus metas, establecer objetivos y experimentar, practicar, supervisar su propio rendimiento y de esta manera esta teoría pretende facilitar la adquisición de un autocontrol siendo así una terapia breve y con un plazo limitado.

### **Técnicas de la terapia Cognitivo conductual**

Dentro de las técnicas cognitivas existen formas de averiguar las creencias, para dar inicio a la intervención psicológica, dentro de las cuales se encuentra a) El darse cuenta inducido, donde el terapeuta contradice las inferencias u opiniones del paciente, sin darse cuenta de lo ocurrido y termina por manifestar sus creencias. b) La Interpretación por inducción, el terapeuta tiene que agrupar todas las inferencias, analizarlas y sacar sus propias conclusiones, identificando las creencias irracionales del paciente, por ejemplo si el paciente dice “sin no termino la prueba pronto será un fracasado”etc...c) Encadenamiento de inferencias, ocurre cuando se desea redundar en aquello que para el terapeuta es importante, preguntando por ejemplo ¿Y qué significa eso? ¿Qué más significa para usted aquello?, con el objetivo de identificar las creencias irracionales.

Dentro de las técnicas cognitivas también se puede incluir a la biblioterapia, refiriéndose a un tipo de material escrito que se puede utilizar con el objetivo de concientizar al individuo sobre su situación, que logre un mejor entendimiento, lo que proveerá que el sujeto se sienta comprometido con la terapia, Barradas (2014) al respecto menciona que se pueden utilizar libros de “autoayuda” con el fin de que el paciente comience a ver opciones alternas en busca de la solución a su problema. Se puede utilizar también la imaginación racional emotiva, donde el terapeuta trata de avivar un evento o acontecimiento (A) que altera la conducta del individuo haciendo que sienta ira, ansiedad o pánico el propósito está en cambiar ese sentimiento por otro negativo pero más adecuado como por ejemplo tristeza, decepción, etc. Finalmente una técnica muy útil es la “Proyección en el tiempo”, donde el terapeuta reestructura las cogniciones negativas del sujeto, tratando de

hacerle ver que la situación no resulta del todo terrible y que existen cosas que se pueden cambiar.

### **Técnicas a utilizar en la propuesta**

La presente investigación se plantea realizar talleres y técnicas psicoeducativas con la finalidad de aportar información a la inteligencia Emocional para promover el desarrollo personal en los estudiantes.

#### **Role-playing**

El Role-Playing es una técnica de dinámica de grupo que suele iniciarse generalmente con la presentación de un problema donde se le pide al participante que simule o que se imagine que es el actor en un evento o situación de la vida real, y que responda o se exprese conforme lo haría él mismo en dicha situación (Huici, Molero, Gómez y Morales, 2012). Una vez que termina la representación, comienzan una reflexión y una discusión entre todos los participantes para tratar de comprender de manera más profunda el tema o problema tratado con el propósito de diseñar las estrategias más apropiadas para afrontarlo y superarlo, los objetivos de esta técnica es que se fomente un ambiente de estudio que estimule e incite a los estudiantes a discutir un determinado problema ya que el role-playing es beneficioso e interesante para tratar cuestiones morales y éticas (actitudes, valores, etc.) esta técnica es útil para trabajar en el ámbito personal, académico y el profesional.

#### **Técnica de autocontrol emocional:**

Se procederá a socializar el presente taller a través de la técnica expositiva y se complementara a través de la Psicoeducación del autocontrol a los participantes con el objetivo de que los estudiantes aprendan a controlar las emociones Kanfer (citado por Ramírez, 2014) “El autocontrol se refiere a cómo una persona ejerce control sobre sus propias respuestas para perseguir metas y vivir de acuerdo con

normas. Estas respuestas incluyen pensamientos, emociones, impulsos, actuaciones, y otros comportamientos. Las normas incluyen ideales, criterios morales, normas, objetivos de actuación, y las expectativas de otras personas” (p. 500).

El autocontrol es una herramienta que permite, en momentos de crisis, distinguir entre lo más importante que es aquello que permanecerá en la persona y de esta forma el autocontrol es pasajero, es decir controla sus propias respuestas dirige los procesos de pensamiento en direcciones distintas, a las que la mente toma de manera espontánea, cambiar las respuestas emocionales a partir de lo primero que sienten, evitar llevar a cabo impulsos y deseos, tratar de actuar mejor de lo normal, la mayor parte de las veces la autorregulación supone no hacer algo.

Harter (2012) es importante destacar tres aspectos relevantes para el estudio del autocontrol, siendo ellos, los procesos cognitivos básicos, los procesos de internalización y los procesos afectivos y motivacionales. Principalmente en lo que se refiere al papel de los procesos afectivos y motivacionales en el establecimiento de patrones más aceptables de autocontrol, el autor ha afirmado que apenas la recompensa no sería responsable por internalizar funciones, sino que también el desarrollo tendría participación, por ejemplo, en el caso de la función motivacional (p.172) .El autocontrol requiere de disciplina, perseverancia voluntad y el uso de herramientas especializadas, aumenta la creatividad, claridad en la mente y ayuda a tomar las mejores decisiones, mayor comprensión de la situación, lograr el control de la mente para alcanzar el éxito y cumplir cada una de las metas, entender el poder de crear su propia realidad en su vida, a través del manejo de impulsos fortaleciendo la capacidad de conocerse así mismo he identificar los cambios que suceden en el cuerpo, pensamientos y emociones previo a reacciones instintivas.

La autocontrol es una fusión de técnicas psicoterapéuticas que busca una serie de cambios conductuales de los participantes, que el individuo aprenda a ser su propio terapeuta y asuma progresivamente sus responsabilidad para el proceso de cambio incorporando a su repertorio conductual todo lo aprendido o de tal manera que sea capaz de ponerle en marcha de manera casi automática a una situaciones

necesarias. Es una herramienta que permite, en momentos de crisis, distinguir entre lo más importante aquello que perdurará y lo que no es tan relevante; a través de esta técnica el mismo individuo deliberada y racionalmente, maneja las circunstancias posteriores a una conducta para modificar la misma.

### **Técnica del modelado**

Es un proceso de aprendizaje observacional en el que la conducta de un individuo o grupo actúa como un estímulo para generar conducta, pensamiento o actitudes semejantes en otras persona que observan la actuación del modelo.

El procedimiento básico del modelamiento es muy simple, consiste en exponer a las personas presentes con individuos presentes o filmaciones en este caso les presentare un video que exhiben comportamientos adecuados que las personas deberían adoptar en su lugar de trabajo. La técnica del modelado se utilizara para aprender nuevas conductas inhibir o desinhibir patrones comportamentales facilitar respuestas, aumentar los efectos de los estímulos o incrementar la activación emocional en cada uno de las personas aquí presentes.

### **Técnica de respiración profunda**

La Técnica de respiración profunda ayuda a controlar cualquier desborde emocional en cualquiera de sus fases. Los efectos psicológicos produce una expansión de la energía psíquica, favorece el desarrollo de la autoconfianza, el autodominio y el entusiasmo vital, induce a la tranquilidad de la mente, esta es una técnica en el mejor de los casos preventiva ya que de esta manera le ayuda al individuo a respirar profundo y rítmicamente para que de esta forma el individuo pueda enfrentarse a situaciones emocionalmente intensas que se presente en la vida cotidiana.

## PLANIFICACIÓN PARA LA EJECUCIÓN DE LA PROPUESTA

**Cuadro N°1:** Plan Operativo

FASE	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLE
Logística	Preparación del espacio y material adecuado.	Gestionar el lugar donde se va a realizar los talleres y el material, equipo y recursos humanos a emplearse.	Humanos,  Bibliográficos  Material de Oficina	1 hora	Investigadora: Jenifer Cristina Valle Salazar  Psicóloga del DECE de la Unidad Educativa Los Andes del cantón Píllaro.

Socialización con la población	Exposición a los estudiantes acerca de la realización de los talleres.	<p>Establecer empatía y rapport con los estudiantes para la aplicación de los talleres.</p> <p>Dar a conocer la metodología a emplearse durante el transcurso de los talleres.</p>	<p>Humanos</p> <p>Bibliográficos</p> <p>Material de Oficina</p>	1 hora	<p>Investigadora: Jenifer Cristina Valle Salazar</p> <p>Psicóloga del DECE de la Unidad Educativa Los Andes del cantón Píllaro.</p>
--------------------------------	--	--	---	--------	---

**Elaborado por:** La Investigadora  
**Fuente:** Investigación Bibliográfica

**Cuadro N°2:** Plan Operativo - Talleres

FASE	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	TÉCNICAS	TIEMPO	RESPONSABLE
<p><b>Taller I</b></p> <p>Manejando mis emociones</p>	<p>Bienvenida.</p> <p>Desarrollar empatía y Raport para generar un clima agradable.</p> <p>Conceptualización teórica sobre el manejo de las emociones</p> <p>Explicar las técnicas a utilizarse</p>	<p>Desarrollar técnicas que permitan lograr una adecuado manejo de las emociones</p>	<p>Dinámica</p> <p>“Brújula de emociones “</p> <p>Técnica rol playing</p>	<p>1 hora</p>	<p>Investigadora</p>

	Definir las ventajas del manejo adecuado de las emociones.				
<b>Taller II</b> “Aprendiendo a ser empático Me pongo en tu lugar”	<p>Bienvenida</p> <p>Exposición</p> <p>Explicar teóricamente sobre la empatía , las aptitudes sociales de la empatía</p>	Percibir las emociones y perspectivas ajenas e interesarse activamente por los demás.	<p>Dinámica en grupo</p> <p>“El espejo espejito”</p> <p>Técnica de “modelado”</p>	1 hora	Investigadora



<p><b>Taller III</b></p> <p>Controlando mis emociones</p>	<p>Bienvenida</p> <p>Exposición</p> <p>Que es el autocontrol emocional.</p> <p>Tipos de autocontrol emocional</p> <p>Ventajas del autocontrol emocional.</p> <p>Retroalimentación.</p>	<p>Aplicar las técnicas en autocontrol para gestionar de manera adecuada las emociones.</p>	<p>Dinámica en grupo</p> <p>“El lazarillo”</p> <p>Técnica de autocontrol emocional</p> <p>Técnica del rol playing</p>	<p>1 hora</p>	<p>Investigadora</p>
<p><b>Taller IV</b></p>	<p>Bienvenida</p>	<p>Aplicar la técnica de respiración profunda para evitar una sobrecarga emocional</p>	<p>Dinámica en grupo</p> <p>“la Cebolla”</p>	<p>1 hora</p>	<p>Investigadora</p>

Respiración Profunda	Exposición Función de la respiración profunda, importancia Fases de la respiración profunda	en situaciones estresantes.	Técnica de respiración profunda (Técnica psico-física)		
<b>Finalización</b>	Retroalimentación Grupal. Intercambio de experiencias.	Reafirmar el conocimiento y experiencias en los talleres.	Dinámica en grupo “La pelota preguntona”  Feedback	30 minutos	Investigadora

	Despedida y Agradecimiento final.				
--	---	--	--	--	--

**Fuente:** Investigación Bibliográfica.

**Elaborado por:** La Investigadora

## Taller 1

**Cuadro N°3:** “Manejando mis emociones”

<b>Elementos</b>	<b>Actividad</b>	<b>Detalle</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable</b>
<b>Introducción</b>	Bienvenida/ Dinámica	Brújula de las emociones	10 minutos	Salón	Investigadora
<b>Caldeamiento</b>	Exposición informativa.	Presentación de diapositivas la inteligencia emocional Con el tema “Manejando mis emociones”  Desarrollo de la conciencia emocional. Como reconocer las propias emociones y sus efectos y como se puede involucrar para la toma de decisiones correctas y ser capaz de regular	20 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón	Investigadora

		las emociones según la situación.			
<b>Discusión</b>	Discusión en grupo sobre la importancia de la inteligencia emocional	Los beneficios de un adecuado manejo de la inteligencia emocional.  Ventajas de personas emocionalmente inteligentes y el manejo de emociones	15 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón	Investigadora
<b>Resolución</b>	Exponer sobre el inadecuado manejo de la inteligencia emocional y como	Conclusiones sobre el inadecuado manejo de la inteligencia emocional.	15 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón	Investigadora

	perjudica al estudiante.				
<b>Cierre</b>	Dinámica	La palabra clave	5 minutos	Hojas de papel, esferos	Investigadora

**Fuente:** Investigación Bibliográfica

**Elaborado por:** La investigadora

## Desarrollo de actividades

**Tema:** La Inteligencia Emocional.

**Taller N°1** “Manejando mis emociones”

**Objetivo:** Desarrollar técnicas que permitan lograr un adecuado manejo de las emociones.

**Material:** Computadora, proyector, audiovisuales, salón, hojas de papel, esferos.

### Desarrollo

**Introducción:** El presente taller tiene como propósito fomentar la inteligencia emocional para que los estudiantes se enfoquen en reconocer su propio ser y puedan manejar los propios estados internos, impulsos y recursos, para cambiar o frenar emociones negativas, evitando que las situaciones de la vida no sean un problema.

Se necesitará trabajar con los estudiantes en un salón apartado para que la investigadora de inicio a los talleres y explique adecuadamente cada objetivo que se ha planteado.

Se realizará una dinámica llamada “**Brújula de las emociones**” esta dinámica tiene como objetivo que cada estudiante pueda distinguir las distintas emociones que sentimos en determinados momentos.

Para el desarrollo de la dinámica es necesario informar a los estudiantes que deben pintar una rosa de los vientos, en donde se va a ver representado sus emociones en sus diferentes orientaciones:

- ✓ Al norte la alegría en donde el estudiante va a reflexionar la pregunta ¿Qué he logrado?
- ✓ Al sur el estudiante va a reflejar la respuesta y responderá ¿Qué he perdido?
- ✓ Entre ambas emociones, el estudiante va a situar un logro que ha conseguido.
- ✓ En el este, pondremos el enfado. Pensaremos qué me hace sentir en una situación de riesgo.
- ✓ En el lado oeste, situamos el miedo. En este punto, reflexionaremos cuáles son nuestros miedos.

- ✓ Unimos al enfado y al miedo a través de la amenaza para identificar las amenazas que tenemos presentes.
- ✓ En el resto de puntos, el estudiante podrá situar otras emociones.

**Caldeamiento:** Para este taller se deberá realizar una discusión grupal sobre la inteligencia emocional en lo cual se reforzara los contenidos expuestos en las diapositivas sobre cómo desarrollar habilidades para la inteligencia emocional y como se puede involucrar para la toma de decisiones correctas.

**Discusión:** Este espacio requiere de la estructuración de grupos de discusión sobre la importancia de la inteligencia emocional de tal manera que permita al individuo ser consciente de sus emociones.

La técnica a utilizarse es el Role-playing, que tiene como objetivo evaluar lo explicado, en diferentes ejercicios propuestos. Para realizar el rol playing se necesitará dos acciones en donde los estudiantes en grupos van a dramatizar y van a determinar las escenas en las cuales se expresen las emociones y sus efectos que en muchas de las ocasiones pueden llevar a una conducta negativa.

Los estudiantes que observaron el rol playing deberán opinar sobre las dramatizaciones expuestas, sacar las respectivas conclusiones y sobre todo cual es la ventaja de manejar adecuadamente las emociones.

**Resolución:** Se deberá llegar a determinadas conclusiones donde los estudiantes escogerán las habilidades de la inteligencia emocional durante los días de la semana, hasta el próximo taller. Se motivará a los estudiantes para mejorar la inteligencia emocional respetando los derechos de cada uno.

**Cierre:** Se deberá practicar una dinámica llamada **palabra clave** la cual consta de realizar ocho tarjetas por cada grupo de estudiantes; cada tarjeta tiene una palabra como; alegría, tristeza, enfado, miedo, timidez, rabia, sorpresa, euforia entre otras. Las tarjetas se depositan en una caja pequeña.



La investigadora forma los grupos y entrega el respectivo material de trabajo y de esta forma va a explicar a los estudiantes cómo realizar el ejercicio: los estudiantes deben retirar una de las tarjetas que se encuentran en la caja con un sobre; cada estudiante debe comentar el significado que le corresponde.

De inmediato el grupo debe elegir una de las palabras y preparará un grito alusivo.

Por medio de esta dinámica se podrá reforzar el taller expuesto, el cual ayudará a evaluar por medio de preguntas sobre ciertas partes del taller, reforzando los beneficios de poder reconocer nuestras propias emociones y sus efectos para que se sientan seguros de ponerlos en práctica.

**Taller N° 2**

**Cuadro N°4:** “Aprendiendo a ser empático me pongo en tu lugar”

<b>Elementos</b>	<b>Actividad</b>	<b>Detalle</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable</b>
<b>Introducción</b>	Dinámica  Introducción  Evaluación colectiva	“Espejo espejito”  Los estudiantes deberán participar todo lo explicado mediante grupos de discusión con el tema “manejando mis emociones”	5 minutos	Hojas de papel esferos	Investigadora
<b>Caldeamiento</b>	Exposición informativa.	Presentación de diapositivas de Inteligencia emocional Con el tema: Me pongo en tu lugar aprendiendo a ser empático Definición de la empatía Beneficios Aptitudes sociales de la empatía	20 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón.	Investigadora

<b>Discusión</b>	“Me pongo en tu lugar aprendiendo a ser empático”	¿Cuáles son los beneficios de ser empático?  De qué forma la empatía involucra nuestras propias emociones  Expreso adecuadamente las emociones a nivel verbal y no verbal	15 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón.	Investigadora
<b>Resolución</b>	Exponer sobre la importancia de ser empático	Beneficios de una persona empática	15 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón.	Investigadora
<b>Cierre</b>	Dinámica	Piensa en alguien	5 minutos	Salón	Investigadora

**Fuente:** Investigación Bibliográfica

**Elaborado por:** La investigadora

## Desarrollo de actividades

**Tema:** Inteligencia Emocional

**Taller N° 2** “Me pongo en tu lugar aprendiendo a ser empático”

**Objetivo:** Percibir las emociones y perspectivas ajenas e interesarse activamente por los demás.

**Material:** Computadora, proyector, audiovisuales, salón, hojas de papel, esferos.

### Desarrollo

**Introducción:** El presente taller tiene como finalidad lograr que el individuo pueda sentir lo que otra persona está sintiendo y de esta manera pueda ver la vida desde diferentes perspectivas, permitiéndole darse cuenta del estado emocional de la otra persona de forma racional y eficaz.

Para lo que se necesitará trabajar con los estudiantes en un salón apartado para que la investigadora de inicio a los talleres y explique adecuadamente cada objetivo que se ha planteado.

Se realizará una dinámica llamada “**El espejo espejito** “Esta dinámica nos va a ayudar a observar objetivamente las emociones de los demás.

- ✓ La investigadora dará inicio a la dinámica.
- ✓ Los estudiantes deberán ponerse en parejas.
- ✓ Y cada pareja deberá interactuar con su compañero con el fin de conocer sus, virtudes, cualidades y características.
- ✓ Terminado el tiempo establecido, los estudiantes deberán expresar lo que sintieron al realizar la dinámica

Para el desarrollo del segundo taller se deberá realizar una introducción sobre lo tratado anteriormente con el tema “**Manejando mis emociones** “el cual es fundamental para ejecutar una discusión grupal.

**Caldeamiento:** Para el presente taller se realizará una exposición con diapositivas acerca de la empatía, sus beneficios y las aptitudes sociales logrando de esta manera que el individuo pueda desarrollar ciertas habilidades que le permita sentir lo que

otra persona experimenta en una situación determinada y de esta forma se logre una mayor conexión emocional con las otras personas.

**Discusión:** “Me pongo en tu lugar aprendiendo a ser empático” el cual ayuda a identificar los beneficios de sentir afinidad hacia las demás personas y que de esta manera se involucre la expresión correcta sin dañar a nadie emocionalmente, identificando las emociones positivas, a nivel verbal y no verbal.

Se utilizará la técnica de “modelado” esta técnica se utiliza para que el individuo pueda aprender nuevas conductas e inhibir o desinhibir patrones comportamentales y que de esta manera ayude a facilitar respuestas y aumentar efectos de los estímulos o incrementar la activación emocional en cada una de las personas aquí presentes, la atención es la actividad del observador que va a consistir en concentrarse en lo que se modela en este caso presentare un video “Aprendiendo a ser empático Me pongo en tu lugar “ de esta forma los observadores van a tener una codificación simbólica, o lingüística y una organización cognitiva que presenta el video y para la representación se realizara grupos de trabajo que participen con algunas de las partes del video que más le llamo la atención .

<https://www.youtube.com/watch?v=eeLF5M-iyIs>



Se realizará un conversatorio con todos los participantes, preguntándoles cómo se sintieron al realizar la dramatización y cuál fue su aprendizaje y de esta forma se deberá realizar un pequeño resumen del video presentado. Tendrá una duración de 20 minutos; de la misma manera se receptará sugerencias para el siguiente taller.

**Resolución:** Se deberá llegar a determinadas conclusiones sobre el taller y se trabajará en grupo en donde se explicaran los beneficios de la empatía para que de

esta manera se logre entender a los demás y pueda manejar las emociones positivas que le van a ayudar al individuo a tener una mejor calidad de vida.

**Cierre:** Se realizará un ejercicio llamada “**piensa en alguien**” que tiene como objetivo que cada estudiante pueda desarrollar la empatía.

- ✓ Para el desarrollo de este ejercicio es necesario informar a los estudiantes que tienen que pensar en alguien a quien te gustaría entender mejor.
- ✓ Elige alguna situación concreta en la que te hubiera gustado poder comunicarte con esa persona de manera más eficaz.
- ✓ Recuerda esa situación y repasa las ideas que se te pasaron por la cabeza, tus emociones en aquel momento, las cosas que dijiste y que te dijeron etc.
- ✓ Ahora vuelve a recordar la misma situación, pero esta vez desde el punto de vista de la otra persona.
- ✓ Imagínate que eres esa persona.
- ✓ Imagínate que te estás viendo a ti mismo desde los ojos de esa otra persona.
- ✓ Entra en la piel de esa persona e imagínate sus sentimientos acerca de esa situación y acerca de ti mismo. ¿Qué pensaba esa persona? ¿Cuál era su punto de vista acerca de la situación?
- ✓ Al terminar este ejercicio la investigadora va a pedir que se junten en parejas entre la persona que más se llevan y le exprese los aspectos negativos de su carácter.
- ✓ Y de esta forma el estudiante va a aceptar lo que es cierto y rechazar lo que no sea, pero siempre desde una postura de apertura y tranquilidad

Por medio de esta dinámica se podrá cerrar con una rueda para compartir y dar espacio a lo que ha sentido cada uno.

### Taller 3

**Cuadro N°5:** Controlando mis emociones

<b>Elementos</b>	<b>Actividad</b>	<b>Detalle</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable</b>
<b>Introducción</b>	Dinámica  Introducción  Evaluación colectiva	“El lazarillo”  Los estudiantes deberán participar todo lo explicado desde la inteligencia emocional, y la temática “me pongo en tu lugar aprendiendo hacer empático”	15 minutos	Hojas de papel esferos	Investigadora
<b>Caldeamiento</b>	Exposición informativa.	Presentación de diapositivas Con el tema Técnica de autocontrol emocional Definición de la técnica del autocontrol emocional Estrategias de autocontrol Tipos de autocontrol emocional	20 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón.	Investigadora

<b>Discusión</b>	Técnica psicológica  Discusión de la Técnica de Autocontrol emocional	En qué situación se puede practicar el autocontrol emocional.  Cuáles son los métodos generales de un autocontrol emocional.	20 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón.	Investigadora
<b>Resolución</b>	Exponer sobre el autocontrol emocional por medio de un trabajo en grupo	Para poder concluir con este taller se realizará un trabajo en grupo en donde se explicarán los beneficios de manejar las emociones sin perder el control	10 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón.	Investigadora
<b>Cierre</b>	Dinámica	El semáforo	5 minutos	Salón	Investigadora

**Fuente:** Investigación Bibliográfica

**Elaborado por:** La investigadora



## Desarrollo de actividades

**Tema:** Inteligencia emocional

**Taller N° 3** Controlando mis emociones

**Objetivo:** Aplicar las técnicas de autocontrol para gestionar de manera adecuada las emociones

**Material:** Computadora, proyector, audiovisuales, salón, hojas de papel, esferos.

### Desarrollo

**Introducción:** El presente taller tiene como finalidad que el individuo pueda regular los impulsos de manera voluntaria para que pueda alcanzar un mayor equilibrio personal proporcionando la serenidad y la lucidez necesaria para afrontar situaciones estresantes.

Se necesitará trabajar con los estudiantes en un salón apartado para que la investigadora de inicio a los talleres y explique adecuadamente cada objetivo que se ha planteado.

Se realizará la dinámica llamada “**El lazarillo**” que tiene como objetivo ayudar al individuo a actuar conscientemente. Esta dinámica consiste en que la mitad de los estudiantes del grupo tengan los ojos vendados y estén agrupados de dos en dos (un ciego y un guía).

- ✓ Los guías eligen a los ciegos sin ser identificados. Durante unos minutos los lazarillos conducen a los ciegos, después de un rato, se cambian los papeles.
- ✓ Los nuevos guías vuelven a elegir a su ciego sin ser vistos.
- ✓ Después se hablará de las emociones y sus sentimientos que cada estudiante presento en ese momento.

Para el desarrollo del tercer taller se deberá realizar una introducción sobre lo tratado anteriormente con el tema “**Me pongo en tu lugar aprendiendo hacer empático**” El cual es fundamental para ejecutar una discusión grupal sobre los beneficios de realizarla para que de esta forma se logre una mejor calidad de vida en los estudiantes.

**Caldeamiento:** Para el presente taller se realizará una exposición grupal sobre la técnica del autocontrol emocional, para que los estudiantes adquieran estrategias que les permitan controlar las emociones ante diversas dificultades que se presenten en la vida cotidiana.

**Discusión:** Este espacio requiere de la estructuración de grupos de discusión sobre la técnica del autocontrol emocional y posteriormente se realizará la técnica del autocontrol emocional y del rol playing que consiste en realizar dos grupos de trabajo y ponerles varias situaciones a los participantes que les genere ira en lo cual se va a determinar si ellos durante ese trayecto de dramatización han logrado controlar sus emociones, deberán determinar los del otro grupo que es ocurrió mediante su observación.

**Cierre:** Se deberá practicar una dinámica llamada “El semáforo” esta dinámica tiene como objetivo que los estudiantes puedan aprender a controlar las emociones y de esta forma lograr que todos los estudiantes puedan participar del taller.

- ✓ Para el desarrollo de la dinámica es necesario informar a los estudiantes que vamos a jugar al semáforo en lo cual el color rojo va a indicar que debemos parar, el color amarillo que nos preparamos para continuar y el color verde que podemos avanzar con la dinámica.
- ✓ La investigadora deberá sacar un semáforo.
- ✓ Los estudiantes deberán visualizar cuando el semáforo se ponga en color rojo deberán parar, respirar, y pensar cómo se sienten y cuando el semáforo cambie al color amarillo los individuos deben pensar que puede hacer, y cuando se ponga en verde lo hace.”
- ✓ La investigadora va a realizar varias veces el cambio de un color y va a pedir que todos sigan las consignas. Al finalizar el juego los estudiantes llegaran a una conclusión y de igual forma se les explicara la importancia de aplicar esta técnica en momentos difíciles

## Taller 4

### Cuadro N°6: Respiración profunda

Elementos	Actividad	Detalle	Tiempo	Recursos	Responsable
<b>Introducción</b>	Dinámica  Introducción	“La cebolla”  Grupos de discusión sobre la temática tratada anteriormente con el tema “controlando mis emociones”	5 minutos	Computadora	Investigadora
<b>Caldeamiento</b>	Exposición informativa.	Presentación de diapositivas de la Inteligencia emocional Con el tema: Técnicas de Respiración Profunda. Cuál es la función de la respiración en las emociones. Fases de la respiración para gestionar de una manera adecuada tus emociones. Manejo de la ira a través de la respiración.	20 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón	Investigadora

<b>Discusión</b>	Técnica psicológica  Técnica de respiración profunda.	¿Cuáles son las fases de la respiración profunda?  De qué forma la respiración cambia según la emoción que predomina nuestra mente.  Utilización de la técnica respiración profunda.	15	Computadora, proyector, audiovisuales, salón	Investigadora
<b>Resolución y conclusión</b>	Exponer sobre la importancia de la utilización de la técnica de respiración profunda y sus beneficios.	Conclusiones sobre el manejo de la técnica de la respiración profunda para evitar una sobrecarga emocional.	5 minutos	Computadora, proyector, audiovisuales, salón	Investigadora
<b>Cierre</b>	Dinámica	Orden en el barco	5 minutos	Salón	Investigadora

**Fuente:** Investigación Bibliográfica

**Elaborado por:** La investigadora

## Desarrollo de actividades

**Tema:** Inteligencia Emocional

**Taller N° 4** Respiración profunda

**Objetivo:** Aplicar la técnica de respiración profunda para evitar una sobre carga emocional en situaciones estresantes.

**Material:** Computadora, proyector, audiovisuales, salón, hojas de papel, esferos.

### Desarrollo

**Introducción:** El presente taller tiene como propósito la utilización de la técnica de respiración profunda con el fin de poder evitar en el organismo una sobrecarga emocional y evitar conflictos probablemente innecesarios.

Para lo que se necesitará trabajar con los estudiantes en un salón apartado para que la investigadora de inicio a los talleres y explique adecuadamente cada objetivo que se ha planteado.

Se realizará una dinámica llamada **La Cebolla**. Esta dinámica nos va a ayudar a fomentar la conexión del grupo.

- ✓ Se elegirá a una persona voluntaria entre el grupo que sea el/la granjero/a, mientras que el resto de los estudiantes serán la cebolla.
- ✓ Los estudiantes que forman la cebolla deben disponerse todos juntos de forma concéntrica, como formando las capas de una cebolla y el/la granjero/a debe intentar separarlos para “ir pelando la cebolla”.
- ✓ Cada vez que un integrante de la cebolla sea separado del grupo se convierte en granjero/a y debe ayudar a pelar la cebolla.
- ✓ Cuando se termine la dinámica debe darse un tiempo para que el grupo exprese qué le ha parecido la actividad y qué ha sentido mientras la realizaba.

Para el desarrollo del cuarto taller se deberá realizar una introducción sobre lo tratado anteriormente con el tema “ Controlando mis emociones “lo cual es fundamental para ejecutar una discusión grupal sobre esta técnica ya que nos va a ayudar a afrontar situaciones difíciles, mantener la calma, y mejorar la relación con los demás.

Caldeamiento: Para el presente taller se realizará una exposición con diapositivas acerca de la empatía, sus beneficios y las aptitudes sociales logrando de esta manera que el individuo pueda desarrollar ciertas habilidades que le permita sentir lo que otra persona experimenta en una situación determinada y de esta forma se logre una mayor conexión emocional con las otras personas..

**Caldeamiento:** Para el presente taller se realizará una exposición grupal acerca de la utilización de la técnica de respiración profunda y cuáles son las fases de la respiración en las emociones y cómo manejar la ira a través de la respiración para que de esta manera los estudiantes logren gestionar las emociones.

**Discusión:** Estas actividades requieren de trabajo grupal en donde los estudiantes deberán utilizar las fases de la respiración profunda y de esta manera aplicar esta técnica por ejemplo se va iniciar diciéndoles a los estudiantes que:

- ✓ Inspire profundamente mientras cuentan mentalmente hasta 5
- ✓ El individuo debe mantener la respiración mientras cuentan mentalmente hasta 4
- ✓ Y deberán soltar el aire mientras cuentan mentalmente hasta 10 y así (Repetir varias veces hasta que se sientan más relajados) y que de esta manera el individuo pueda lograr una respiración más lenta y un poco más intensa que nuestra respiración normal.

**Resolución:** Se determinará los beneficios que tiene el aplicar la técnica de respiración profunda ya que le ayuda al individuo a controlar las emociones como reacciones fisiológicas, antes, durante y después de que se hayan enfrentado a situaciones emocionalmente intensas que presentan los estudiantes en su vida cotidiana.

**Cierre:** Se realizará una dinámica llamada “**baile de emociones**” esta dinámica tiene como objetivo que cada estudiante pueda expresar cualquier

emoción de tal manera que se logre gestionar nuestro mundo interior y que los estudiantes puedan participar.

- ✓ Para el desarrollo de la dinámica es necesario informar a los estudiantes que cada uno debe confeccionar una máscara donde se representaran las emociones y una vez terminada cada uno se debe poner y se debe ir desplazando al son de la música por todo el espacio.
- ✓ Cuando la investigadora lo indique, al cruzarse con otra máscara, primero uno y luego el otro muestran mediante su baile la emoción que le sugiere a la máscara de la otro estudiante como la (alegría, miedo, tristeza, enfado, etc.).
- ✓ Al finalizar el baile, los participantes se juntan por parejas y se susurran de uno a otro al oído la emoción que les provoca la máscara del compañero.

Por medio de esta dinámica se podrá cerrar con una rueda de preguntas para compartir y dar espacio a lo que han sentido cada uno y contrastar la intención con la que ha hecho su máscara y lo que le han mostrado y dicho los demás.

### **Retroalimentación (Evaluación)**

Se realizará una retroalimentación a los estudiantes de bachillerato a través de un conservatorio sobre los temas tratados durante la ejecución de los talleres, y así obtener el nivel de comprensión de las temáticas impartidas, mediante el Feedback.

## BIBLIOGRAFÍA

- Belloch, A., Sandín, B. y Ramos, F.: (1995) "Manual de Psicopatología", vol. 1, McGraw-Hill/Interamericana de España, Madrid.
- Berenzon, S. (2007). Riesgo Asociado al consumo de alcohol durante el embarazo en mujeres alcohólicas de la Ciudad de México. Mexico: Estudio piloto.
- Betancourt, W. (2007). Liberando mi Inteligencia Emocional. Guayaquil
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García, E., López, E., Pérez, J., y otros. (2012) ¿Cómo educar las Emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. Esplugues de Llobregat, Barcelona: Hospital San Joan de Deu.
- Caballo, V. (202). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. S. XXI.
- Caetano R. (2013-2016). Exposure of Hispanic youth to alcohol advertising. Obtenido de [www.camy.org](http://www.camy.org)
- Caruso, D.R. (2006). Emotional intelligence. In s. rogelberg(Ed), *encyclopedia of industrial/organizational Psychology*, 355-376. Thousand Oaks CA: Sage.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M.(1995). Human autonomy: The basis for true self-esteem. In M. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency, and self-esteem*, 31-49. Plenum.
- Etkin, J. R. (2012). Gestión de la complejidad en las organizaciones. La estrategia frente a lo imprevisto y lo impensado. Buenos Aires: Granica.
- Ferragut, M., Fierro, A., (2012) Inteligencia Emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de psicología*, 44(3), 95-114. Recuperado en <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80525022008>.
- Garza, S. (2010). Detección temprana de jóvenes universitarios en riesgo por su consumo de alcohol. *Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes Mexicana*. Mexico.
- Goleman, D.(1996). Inteligencia emocional. Kairos.
- Goleman, D. (1999). La práctica de la inteligencia emocional. Kairos.
- Golan Cuervas. (2012). Historia, teorías y técnicas de la psicoterapia cognitiva. Barcelona: Paidós.
- González R., Hidalgo G., Salazar J. (2014). Calidad de vida en el trabajo: un término de moda con problemas de conceptualización. México. Recuperado Marzo de 2011.
- Gutiérrez, R. (1996). Bases de datos sobre estadísticas de alcohol. Mexico: Mexico City.



- Hambleton, R. (1996). Adaptación de tests para su uso en diferentes idiomas y culturas: fuentes de error, posibles soluciones y directrices prácticas. Madrid: Universitas.
- López, R. (s.f.). La teoría de las Inteligencias Múltiples. Obtenido de Google Académico: [http://www.institutoconstruir.org/centrosuperacion/La%20Teor%EDa%20de%20las%20Inteligencias%20M%FAltiples%20\(cortad\).pdf](http://www.institutoconstruir.org/centrosuperacion/La%20Teor%EDa%20de%20las%20Inteligencias%20M%FAltiples%20(cortad).pdf)
- Luzuria, R. (2015). La inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior. ¿Un mismo Concepto? Scielo, 116
- Martinez, D. C. (2011). Habito de consumo de alcohol y su relacion con la condicion fisica saludable en adolescentes de la region de Murcia . Murcia : no publicado .
- Maslow, Abraham Harold (2013). Según Maslow: una visión humanista para la empresa de hoy. Barcelona: Editorial Paidós Ibérica.
- Maslach citado por Gonzales Albanesi S (2015). Calidad de vida profesional. Argentina
- Minuchin, Salvador (1982). Familias y Terapia Familiar. Editorial Cedisa, Primera Edición, Buenos Aires.
- Montoya, B. (2014) Conductas sociales (ed. 2da) Editorial Colpex Bogotá-Colombia. 73.
- Moreno, J. (24 de 07 de 2015). Los países que más beben en América Latina. Obtenido de la dramática radiografía del consumo de alcohol en la región: [http://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/07/150723\\_consumo\\_alcohol\\_latinoamerica\\_muertes\\_paises\\_jm](http://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/07/150723_consumo_alcohol_latinoamerica_muertes_paises_jm)
- Munguía, O. L. (2008). La Inteligencia emocional y las estrategias de aprendizaje como predictores del rendimiento académico en estudiantes universitarios . Lima: no publicado .
- Poveda, L. (2012) La inteligencia emocional (ed. 1era) Editorial Don Bosco, Cuenca-Ecuador. 45.
- Psicóloga del DECE de la Unidad Educativa Los Andes del cantón Píllaro.
- Regner, E. (2010). Validez convergente y discriminante del inventario de cociente emocional (EQ-i). Interdisciplinaria, 25(1), 29-51.
- R Caetano, A. W. (2003-2004). Exposure of Hispanic youth to alcohol advertising. Obtenido de [www.camy.org](http://www.camy.org)
- Salas, A. & García, A. (2010). Perfil de inteligencia emocional y carreras universitarias en estudiantes de la Universidad Simón Bolívar. Revista de Ciencias Sociales
- Subiría, M. (2013) La motivación (ed. 2da) Editorial Fénix, Bogotá-Colombia 62-63.
- Yankovic, B., (2011) Emociones, sentimientos, afecto. El desarrollo Emocional. Chile, 1-

## **Linkografía**

Anónimo. (9/7/2015).Respira control de emociones

<https://inteligenciaemocionalyproductividad.com/2015/09/07/respira-control-de-emociones/>

Aumad, M; Arroyo, M; Ballesteros, L; et al. (21/9/2012).

Emociones.<https://es.slideshare.net/lollyp092/emociones-2313156>

Cetecic. (27/07/2012). ¿Qué Es La Terapia Cognitivo

Conductual?<https://www.psyciencia.com/que-es-terapia-cognitivo-conductual/>

Lic. Minici A, Lic. Rivadeneira C. & Lic. Dahab J. Que es la terapia cognitiva conductual,

<http://www.cognitivoconductual.org/content.php?a=7>

Llorente, E. (22/11/2015) Juegos para desarrollar la empatía

<http://emocionesbasicas.com/2015/11/22/juegos-para-desarrollar-la-empatia/>

Martín, A. (12/4/2014).10 Técnicas de Autocontrol

Emocional<https://www.lifeder.com/10-tecnicas-de-autocontrol/>

Montero, L; Huallpa, M; & Mendez L.(26/4/2012). “LAS EMOCIONES UN

LENGUAJE” [https://es.slideshare.net/ada\\_laura/emociones-y-sentimientos-15059438](https://es.slideshare.net/ada_laura/emociones-y-sentimientos-15059438)

Olguín, J.(28/8/ 2014) Inteligencia

Emocional.<http://www.grupoelron.org/autoconocimientoysalud/inteligenciaemocional.htm>

Rodríguez, C. (13/10/ 2014). Portal De Educación Infantil Y Primaria

<https://www.educapeques.com/recursos-para-el-aula/juegos-para-ninos/juego-educativo-juego-del-semaforo.html>

## ANEXOS

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA



Facultad de Ciencias  
Humanas y de la Salud

Ambato, 20 de diciembre del 2016

Lcda.  
Enma de Lourdes Mayorga Escobar  
**DIRECTORA DISTRICAL 18DOS SANTIAGO DE PILLARO**  
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 **“LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA CONDUCTA DE RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ANDES”** realizado por la señorita **Valle Salazar Jennifer Cristina**, los datos recabados se manejarán con total confidencialidad.

Segura de contar con su aceptación a este pedido, me permito agradecer y reiterar a usted mi sentimiento de consideración y estima.

Atentamente,

Dra. Norma Escobar  
**COORDINADORA FCHS**



	Ministerio de Educación
DIRECCIÓN DISTRITAL 18D05 SANTIAGO DE PILLARO - EDUCACIÓN	
<b>RECIBIDO</b>	
FECHA: 22-12-16	
RESPONSABLE:	
UNIDAD DISTRITAL DE ATENCIÓN CIUDADANA	

13:08



**DIRECCION DISTRITAL 18D05  
SANTIAGO DE PÍLLARO – EDUCACION**

Avda. Rumiñahui y las Dalias  
Teléfono: 032 875054 Email: [distrito5pillaro@gmail.com](mailto:distrito5pillaro@gmail.com) RUC 1865039960001



Of. N° 003-DLR-ASRE-17.

Píllaro, 13 de enero de 2017

Dra.  
Norma Escobar  
**COORDINADORA FCHS DE LA UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMERICA**  
Presente.

De mi consideración:

En referencia al oficio N° S/N, de fecha 20 de diciembre de 2016 en el que manifiesta: *"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 "LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA CONDUCTA DE RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ANDES" realizado por la señorita Valle Salazar Jennifer Cristina, los datos recabados se manejarán con total confidencialidad"*.

Por lo expuesto y luego de expresarle un respetuoso saludo tengo a bien informar que su requerimiento ha sido atendido favorablemente. Cabe señalar que la Unidad DECE Distrital debe conocer y coordinar conjuntamente todas las actividades a realizarse en su Proyecto de Investigación, por lo que solicito muy comedidamente entrevistarse con la Psicóloga Cristina Poveda Líder de la Unidad DECE del Distrito 18D05 Santiago de Píllaro previo al inicio del proceso solicitado.

Con sentimientos de consideración y estima.

Atentamente

  
Licenciada Lourdes Mayorga  
**DIRECTORA DEL DISTRITO 18D05  
SANTIAGO DE PÍLLARO – EDUCACIÓN**



Píllaro, 13 de enero del 2017

Lic.

Jenny Tobar

**RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ANDES**

Presente.-

De mis consideraciones:

Yo, Jenifer Cristina Valle Salazar portadora de la C.I. 180541849-6 estudiante de la Universidad Tecnológica Indoamérica del Octavo Semestre de la Carrera de Psicología, por medio de la presente le hago llegar un atento y cordial saludo a usted y a la vez augurarle el mejor de los éxitos en sus funciones.

El motivo de la presente es para solicitar de la manera más comedida se me permita aplicar unos test a los estudiantes de Bachillerato en vista que me encuentro realizando el Proyecto de Investigación con el Tema "**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA CONDUCTA DE RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA LOS ANDES**", dando a conocer que la Lic. Lourdes Mayorga Directora del Distrito 18D05 me otorgó la debida autorización para realizar dicho trabajo, pedido que lo hago en vista que es un requisito indispensable dentro de la carrera universitaria.

Por la favorable atención que se digne dar a mi pedido desde ya le hago extensivo mis debidos agradecimientos.

Atentamente,



Srta. Jenifer Cristina Valle Salazar

C.I. 180541849-6

**ESTUDIANTE**



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La inteligencia emocional y su influencia en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes de la provincia de Tungurahua  
 INSTRUMENTO A VALIDAR: Inventario de Círculo Emocional y Escala de Bases (ICE)

OBJETIVO GENERAL: Investigar la influencia de la inteligencia emocional en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"  
 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:


1. Evaluar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
2. Determinar el nivel de la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
3. Proponer una solución al problema encontrado en la Institución Educativa "Los Andes"

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 METODOLÓGICA	<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: Esthela del Rocío Tibanquiza Lozano  
 PROFESION: Psicóloga Clínica  
 OCUPACION: Psicóloga Clínica  
 FIRMA DEL EVALUADOR: [Firma]  
 FECHA: 7-01-2017


 Ministerio de Salud Pública  
 Pst. Clia. Esthela Tibanquiza Lozano  
 C. I. 180 6222017  
 Cod. MSP. N° 276



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La inteligencia emocional y su influencia en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes" de la provincia de Tigray, cantón Pillaro  
 INSTRUMENTO A VALIDAR: Cuestionario de alcohol (CAVID)

OBJETIVO GENERAL: Investigar la influencia de la inteligencia emocional en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"  
 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Evaluar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
2. Determinar el nivel de la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
3. Proponer una solución al problema encontrado en la Institución Educativa "Los Andes"

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 METODOLÓGICA	<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: Esthela del Rocío Tibanquiza Luano  
 PROFESION: Psicología Clínica  
 OCUPACION: Psicología Clínica  
 FIRMA DEL EVALUADOR: Psic. Esthela Tibanquiza  
 FECHA: 7-01-2017

Ministerio de Salud Pública  
 C. I. 1403472537  
 Cod. MSP: N°276



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: la inteligencia emocional y su influencia en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes de la provincia de Tungurahua cantón Pitare  
 INSTRUMENTO A VALIDAR: Inventario de creencia emocional y Social de Barris (I-CE)

OBJETIVO GENERAL: Investigar la influencia de la inteligencia emocional en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"  
 OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Evaluar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
2. Determinar el nivel de conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
3. Proponer una solución al problema encontrado en la Institución Educativa.

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 METODOLÓGICA	<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: Jorge Cisneros

PROFESION: Psicólogo Clínico

OCCUPACION: Docente UTE

FIRMA DEL EVALUADOR:

FECHA: 7-01-2017





FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: la inteligencia emocional y su influencia en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes de la provincia de Tungurahua cantón Pillaro.  
 INSTRUMENTO A VALIDAR: Cuestionario de alcohol (AUDIT)

OBJETIVO GENERAL: Investigar la influencia de la inteligencia emocional en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Evaluar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
2. Determinar el nivel de conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
3. Proponer una solución al problema encontrado en la Institución Educativa.

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: Jorge Cisneros

PROFESION: Psicólogo Clínico

OCCUPACION: Docente UTE

FIRMA DEL EVALUADOR:

FECHA: 7-01-2017



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La inteligencia emocional y su influencia en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes de la provincia de Tungurahua  
 INSTRUMENTO A VALIDAR: Inventory de Cociente emocional y Social de Barso (I-CE)

OBJETIVO GENERAL: Investigar la influencia de la inteligencia emocional en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes

- OBJETIVOS ESPECIFICOS:
1. Analizar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes
  2. Determinar el nivel de la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes
  3. Proponer una solución al problema encontrado en la institución Educativa

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 validacion recomienda el manejo del presente instrumento  SI  NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Carolina Márquez  
 PROFESION: Psicóloga Clínica  
 OCUPACION: Docente  
 FIRMA DEL EVALUADOR: [Firma manuscrita]  
 FECHA: 7-01-2017



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La inteligencia emocional y su influencia en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de la Unidad Educativa Los Andes, de la provincia de Tungurahua Cantón  
 INSTRUMENTO A VALIDAR: Cuestionario de alcohol (AUDIT)

OBJETIVO GENERAL: Investigar la influencia de la inteligencia emocional en la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes del Bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes.  
 OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Evaluar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
2. Determinar el nivel de la conducta de riesgo de consumo de alcohol en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa "Los Andes"
3. Preparar una solución al problema encontrado en la Institución Educativa.

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 Carolina Márquez  
 PROFESION Psicóloga Clínica  
 OCUPACION Docente

FIRMA DEL EVALUADOR Carolina Márquez

FECHA: 7-01-2017



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



TEST: BARON (I-CE)

CURSO:

CÓDIGO:

109

**OBJETIVO:** Evaluar el potencial para el desempeño de conciliadores extrajudiciales a través de los diferentes factores de la inteligencia emocional.

**INSTRUCCIONES:** En este cuadernillo encontrará 133 afirmaciones sobre maneras de sentir, pensar o actuar. Léalas atentamente y decida en qué medida cada una describe o no su verdadero modo de ser. Existen cinco posibilidades de respuestas para cada frase.

1. Rara vez o Nunca
2. Pocas veces
3. Algunas veces
4. Muchas veces
5. Muy frecuentemente o Siempre

1. Para superar las dificultades que se me presentan actuó paso a paso.
2. Me resulta difícil disfrutar de la vida
3. Prefiero un tipo de trabajo en el cual me indiquen casi todo lo que debo hacer.
4. Sé cómo manejar los problemas más desagradables.
5. Me agradan las personas que conozco.
6. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.
7. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.
8. Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).
9. Entro fácilmente en contacto con mis emociones.
10. Soy incapaz de demostrar afecto.

11. Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de las situaciones.
12. . Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza.
13. Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.
14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.
15. Frente a una situación problemática obtengo la mayor cantidad de información posible para comprender mejor lo que está pasando.
16. Me gusta ayudar a la gente.
17. . Me es difícil sonreír.
18. Soy incapaz de comprender como se sienten los demás.
19. Cuando trabajo con otras personas, tiendo a confiar más en las ideas de los demás que en las mías propias .
20. Creo que tengo la capacidad para poder controlar las situaciones difíciles.
21. . No puedo identificar mis cualidades, no sé realmente para que cosas soy bueno(a)
22. No soy capaz de expresar mis pensamientos.
23. . Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos.
24. No tengo confianza en mí mismo(a)
25. Creo que he perdido la cabeza.
26. Casi todo lo que hago, lo hago con optimismo.
27. . Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.
28. En general, me resulta difícil adaptarme a los cambios.
29. Antes de intentar solucionar un problema me gusta obtener un panorama general del mismo.
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.
32. Prefiero que los otros tomen las decisiones por mí.
33. Puedo manejar situaciones de estrés sin ponerme demasiado nervioso(a)
34. Tengo pensamientos positivos para con los demás.
35. Me es difícil entender como me siento.
36. He logrado muy poco en los últimos años.
37. Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.

38. He tenido experiencias extrañas que son inexplicables.
39. Me resulta fácil hacer amigos(as).
40. . Me tengo mucho respeto.
41. Hago casas muy raras.
42. Soy impulsivo(a) y esto me trae problemas.
43. Me resulta difícil cambiar de opinión.
44. Tengo la capacidad para comprender los sentimientos ajenos.
45. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.
46. A la gente le resulta difícil confiar en mí.
47. Estoy contento(a) con mi vida.
48. Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).
49. No resisto el estrés.
50. . En mi vida no hago nada malo.
51. No disfruto lo que hago.
52. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.
53. La gente no comprende mi manera de pensar.
54. En general, espero que suceda lo mejor.
55. Mis amistades me confían sus intimidades.
56. No me siento bien conmigo mismo(a).
57. Percibo cosas extrañas que los demás no ven.
58. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.
59. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.
60. Frente a una situación problemática, analizo todas las opciones y luego opto por la que considero mejor.
61. Si veo a un niño llorando me detengo a ayudarlo a encontrar a sus padres, aunque en ese momento tenga otro compromiso.
62. Soy una persona divertida.
63. Soy consciente de cómo me siento.
64. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.
65. Nada me perturba.
66. No me entusiasman muchos mis intereses.

67. Cuando no estoy de acuerdo con alguien siento que se lo puedo decir.
68. Tengo una tendencia a perder contacto con la realidad y a fantasear.
69. . Me es difícil relacionarme con los demás.
70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.
71. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.
73. Soy impaciente.
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.
77. Me deprimó.
78. Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.
79. Nunca he mentado.
80. En general, me siento motivado(a) para seguir adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.
81. Trato de seguir adelante con las cosas que me gustan.
82. Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo.
83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.
84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.
85. Me siento feliz conmigo mismo(a)
86. Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar.
87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.
88. Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a)
89. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.
90. Soy respetuoso(a) con los demás.

91. No estoy muy contento(a) con mi vida.
92. Prefiero seguir a otros, a ser líder.
93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.
94. Nunca he violado la ley.
95. Disfruto de las cosas que me interesan.
96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.
97. Tengo tendencia a exagerar.
98. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.
99. Mantengo buenas relaciones con la gente.
100. Estoy contento(a) con mi cuerpo.
101. Soy una persona muy extraña.
102. Soy impulsivo(a).
103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres.
104. Considero que es importante ser un ciudadano(a) que respeta la ley.
105. Disfruto las vacaciones y los fines de semana.
106. En general, tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surjan inconvenientes.
107. Tengo tendencia a apegarme demasiado a la gente.
108. Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.
109. No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.
110. Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan.



111. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.
112. Soy capaz de dejar de fantasear para inmediatamente ponerme a tono con la realidad.
113. Los demás opinan que soy una persona sociable.
114. Estoy contento(a) con la forma en que me veo.
115. Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.
116. Me es difícil describirlo que siento.
117. Tengo mal carácter.
118. Por lo general, me trabo cuando analizo diferentes opciones para resolver un problema.
119. Me es difícil ver sufrir a la gente.
120. Me gusta divertirme.
121. Me parece que necesito de los demás, más de lo que ellos me necesitan.
122. Me pongo ansioso.
123. Nunca tengo un mal día.
124. Intento no herir los sentimientos de los demás.
125. No tengo idea de lo que quiero hacer en mi vida.
126. Me es difícil hacer valer mis derechos.
127. Me es difícil ser realista.
128. No mantengo relación con mis amistades.
129. Mis cualidades superan a mis defectos y esto me permite estar contento(a) conmigo mismo(a).

130. Tengo una tendencia de explotar de rabia fácilmente.

131. Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me será difícil adaptarme nuevamente.

132. En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación que voy a fracasar.

133. He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.



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

TEST: AUDIT

CURSO:

CÓDIGO

108

**OBJETIVO:** Detectar problemas relacionados con el comienzo del consumo de alcohol, antes de que se presenten dependencia física y otros problemas crónicos asociados.

**INSTRUCCIONES:** Lea las preguntas tal como están escritas. Registre las respuestas cuidadosamente, ponga el número de la respuesta adecuada en el recuadro de la derecha.

<p>1. ¿Con qué frecuencia consume alguna bebida Alcohólica?</p> <p>(0) Nunca (Pase a las preguntas 9-10) (1) Una o menos veces al mes (2) De 2 a 4 veces al mes (3) De 2 a 3 veces a la semana (4) 4 o más veces a la semana</p> <input type="text"/>	<p>6. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?</p> <p>(0) Nunca (1) Menos de una vez al mes (2) Mensualmente (3) Semanalmente (4) A diario o casi a diario</p> <input type="text"/>
<p>2. ¿Cuántas consumiciones de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?</p> <p>(0) 1 o 2 (1) 3 o 4 (2) 5 o 6 (3) 7, 8, o 9 (3) 10 o más</p> <input type="text"/>	<p>7. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido?</p> <p>(0) Nunca (1) Menos de una vez al mes (2) Mensualmente (3) Semanalmente (4) A diario o casi a diario</p> <input type="text"/>
<p>3. ¿Con qué frecuencia toma 6 o más bebidas alcohólicas en un solo día?</p> <p>(0) Nunca (1) Menos de una vez al mes (2) Mensualmente (3) Semanalmente (4) A diario o casi a diario</p> <input type="text"/>	<p>8. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior porque había estado bebiendo?</p> <p>(0) Nunca (1) Menos de una vez al mes (2) Mensualmente (3) Semanalmente (4) A diario o casi a diario</p> <input type="text"/>

<p><b>4. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez había empezado?</b></p> <p>(0) Nunca  (1) Menos de una vez al mes  (2) Mensualmente  (3) Semanalmente  (4) A diario o casi a diario</p> <input type="text"/>	<p><b>9. ¿Usted o alguna otra persona ha resultado herido porque usted había bebido?</b></p> <p>(0) No  (2) Sí, pero no en el curso del último año  (4) Sí, el último año</p> <input type="text"/>
<p><b>5. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted porque había bebido?</b></p> <p>(0) Nunca  (1) Menos de una vez al mes  (2) Mensualmente  (3) Semanalmente  (4) A diario o casi a diario</p> <input type="text"/>	<p><b>10. ¿Algún familiar, amigo, médico o profesional sanitario ha mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?</b></p> <p>(0) No  (2) Sí, pero no en el curso del último año  (4) Sí, el último año.</p> <input type="text"/>
<p><b>TOTAL:</b></p> <input type="text"/>	

### Fotografía N° 1



Explicación previa a la aplicación del Test de Inteligencia Emocional y Conducta de Riesgo de consumo de alcohol.

### Fotografía N° 2



Aplicación del Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE) y Test de Identificación de Trastornos Relacionados con el Uso del Alcohol (AUDIT). (Primero de Bachillerato).

### Fotografía N° 3



Aplicación del Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE) y Test de Identificación de Trastornos Relacionados con el Uso del Alcohol (AUDIT). (Segundo de Bachillerato).

### Fotografía N° 4



Aplicación del Inventario de Cociente Emocional y Social de BarOn (I-CE) y Test de Identificación de Trastornos Relacionados con el Uso del Alcohol (AUDIT). (Tercero de Bachillerato).

## CERTIFICACION

LICENCIADA JENNY DEL CARMEN TOBAR CASTILLO, RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "LOS ANDES" DEL CANTON SANTIAGO DE PILLARO PROVINCIA DE TUNGURAHUA

TENGO A BIEN CERTIFICAR QUE: La Señorita JENIFER CRISTINA VALLE SALAZAR, estudiante de Octavo Semestre de la Universidad Tecnológica Indoamérica Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud, aplico el TEST a los estudiantes de Bachillerato de la Institución, con el tema: "*La Inteligencia Emocional y su Influencia en la Conducta de Riesgo de Consumo de Alcohol en los Estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Los Andes*" los días 17-18-19 de enero de 2017.

Es todo cuanto puedo certificar, autorizando a la Señorita JENIFER CRISTINA VALLE SALAZAR, hacer uso en lo que convenga sus intereses.

Pillaro, 24 de marzo de 2017.



LIC. JENNY DEL C. TOBAR C.  
Rector ( e )

