



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA  
INDOAMÉRICA**

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

**CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**TEMA:**

---

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA  
RESILIENCIA PSICOLÓGICA DE LOS ADOLESCENTES DE LA  
FUNDACIÓN PROYECTO DON BOSCO FASE 1**

---

Trabajo de titulación previo a la obtención del Título de Psicólogo General.

**Autor**

Altamirano Pazmiño Carlos Antonio

**Tutor**

Ps. Cl. Jorge Luis Cisneros Bedón. Mg.

AMBATO - ECUADOR

2018

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

Yo, Altamirano Pazmiño Carlos Antonio, declaro ser autor del Proyecto de Tesis titulado "LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA RESILIENCIA PSICOLÓGICA DE LOS ADOLESCENTES DE LA FUNDACIÓN PROYECTO DON BOSCO FASE 1", 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 veinte y nueve días del mes de Marzo del 2018, firmo conforme:

Autor: Altamirano Pazmiño Carlos Antonio

Firma: 

Número de Cédula: 1804315206

Dirección: Huachi Chico

Correo Electrónico: altamiranocaap@gmail.com

Teléfono: 0984508209

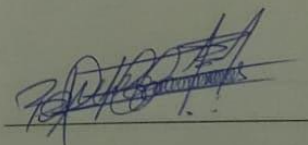
### APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA RESILIENCIA PSICOLÓGICA DE LOS ADOLESCENTES DE LA FUNDACIÓN PROYECTO DON BOSCO FASE 1” presentado por Jorge Luis Cisneros Bedon, 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, 29 de marzo del 2018

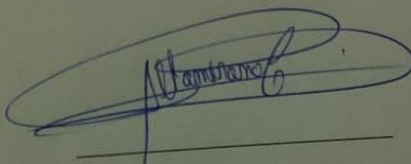


Ps. Cl. Jorge Luis Cisneros Bedón Mg.

### 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, 29 de marzo del 2018



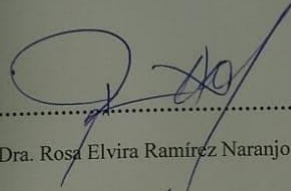
Altamirano Pazmiño Carlos Antonio

1804315206

### 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 RESILIENCIA PSICOLÓGICA DE LOS ADOLESCENTES DE LA FUNDACIÓN PROYECTO DON BOSCO FASE 1", previo a la obtención del Título de Psicólogo General, reúne los méritos suficientes para ser sometido a disertación pública.

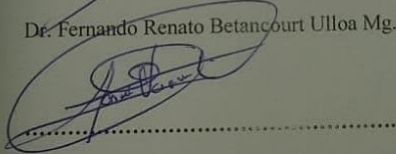
Ambato, 29 de marzo del 2018



.....  
Dra. Rosa Elvira Ramírez Naranjo Mg.



.....  
Dr. Fernando Renato Betancourt Ulloa Mg.



.....  
Ps. Cl. Mónica Maribel Vasco Álvarez Mg.

## **DEDICATORIA**

Quiero dedicar este trabajo a mi querida abuela materna, quien, con su cariño, enseñanzas, paciencia y amor, me acompaño en mi formación espiritual y académica; a mis padres y hermanas por el apoyo que me han brindado en todo el trascurso de mi vida.

## **AGRADECIMIENTO**

A mis padres; Fabián y Eulalia quienes con su arduo trabajo han logrado darme una educación basada en principios y valores, de igual forma a mi tía Narcisa quien ha sido un apoyo incondicional para mi familia, de igual forma a los docentes que con paciencia y entrega han transmitido sus conocimientos en mi formación profesional.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

Portada.....	i
Autorización para el repositorio digital .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Aprobación del tutor .....	ii
Declaración de autenticidad .....	iii
Aprobación tribunal .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Dedicatoria .....	vi
Agradecimiento.....	vii
Índice de contenido .....	viii
Indice de tablas.....	x
Indice de gráficos .....	xi
Abstract .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Introducción .....	1

### CAPITULO I

EL PROBLEMA.....	3
Contextualización.....	3
Antecedentes .....	5
Fundamentaciones.....	7
Fundamentación Epistemológica .....	7
Fundamentación Psicológica.....	7
JUSTIFICACIÓN .....	8
OBJETIVOS .....	9
Objetivo General .....	9
Objetivos Específicos.....	9
MARCO CONCEPTUAL.....	10
INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	10
Definición de inteligencia emocional .....	11
Habilidades en la inteligencia emocional.....	12
Modelos de la inteligencia emocional.....	15
Competencias emocionales .....	21
Estructura neuroanatómica de la Inteligencia Emocional.....	23
RESILIENCIA .....	24
Antecedentes e importancia. ....	24



Pilares de la resiliencia.....	25
Componentes de la resiliencia.....	25
Factores de la resiliencia. ....	28

## **CAPITULO II**

METODOLOGÍA .....	33
Descripción de los Instrumentos de investigación.....	35
Test Inteligencia Emocional.....	35
Test de Resiliencia JJ63 .....	36
Procedimientos para obtención y análisis de datos .....	37

## **CAPITULO III**

ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	39
INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	39
RESILIENCIA .....	46
CÁLCULO DEL CHI CUADRADO .....	50
Decisión general.....	60

## **CAPÍTULO IV**

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	62
CONCLUSIONES .....	62
RECOMENDACIONES .....	63
DISCUSIÓN .....	64

## **CAPITULO V**

PROPUESTA.....	66
TEMA DE LA PROPUESTA.....	66
JUSTIFICACIÓN .....	66
OBJETIVO GENERAL.....	66
ESPECÍFICOS .....	66
DESARROLLO TALLER 1 .....	70
DESARROLLO DEL TALLER II .....	75
DESARROLLO DEL TALLER III .....	79
BIBLIOGRAFÍA .....	82
ANEXOS .....	84

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población evaluada de la Fundación Don Bosco Fase 1 .....	34
Tabla 2. Atención Emocional- Hombres.....	39
Tabla 3. Atención Emocional- Mujeres .....	40
Tabla 4. Claridad Emocional-Hombres.....	41
Tabla 5. Claridad Emocional-Mujeres .....	42
Tabla 6. Reparación De Las Emociones-Hombres .....	44
Tabla 7. Reparación De Las Emociones-Mujeres.....	45
Tabla 8. Resiliencia- Hombres .....	46
Tabla 9. Resiliencia-Mujeres .....	47
Tabla 10. Frecuencias Observadas.....	49
Tabla 11. Frecuencias Esperadas. ....	49
Tabla 12. Calculo del Chi Cuadrado.....	50
Tabla 13. Frecuencias Observadas.....	51
Tabla 14. Frecuencias Esperadas. ....	51
Tabla 15. Calculo del Chi Cuadrado.....	52
Tabla 16. Frecuencias Observadas.....	53
Tabla 17. Frecuencias Esperadas. ....	53
Tabla 18. Calculo del Chi Cuadrado.....	54
Tabla 19. Frecuencias Observadas.....	55
Tabla 20. Frecuencias Esperadas. ....	55
Tabla 21. Calculo del Chi Cuadrado.....	56
Tabla 22. Frecuencias Observadas.....	57
Tabla 23. Frecuencias Esperadas. ....	57
Tabla 24. Calculo del Chi Cuadrado.....	58
Tabla 25. Frecuencias Observadas.....	59
Tabla 26. Frecuencias Esperadas. ....	59
Tabla 27. Calculo del Chi Cuadrado.....	60
Tabla 28. Chi Cuadrado general.....	61

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1.</b> Población acorde al Género .....	34
<b>Gráfico 2.</b> Atención emocional- hombres .....	39
<b>Gráfico 3.</b> Atención emocional- mujeres .....	40
<b>Gráfico 4.</b> Claridad Emocional-Hombres.....	42
<b>Gráfico 5.</b> Claridad Emocional-Mujeres .....	43
<b>Gráfico 6.</b> Reparación De Las Emociones-Hombres .....	44
<b>Gráfico 7.</b> Reparación De Las Emociones-Mujeres.....	45
<b>Gráfico 8.</b> Resiliencia-Hombres .....	46
<b>Gráfico 9.</b> Resiliencia-Mujeres .....	48

## ÍNDICE DE CUADROS

<b>Cuadro 1.</b> Plan operativo. ....	67
<b>Cuadro 2.</b> Taller 1 .....	69
<b>Cuadro 3.</b> Taller 2 .....	74
<b>Cuadro 4.</b> Taller 3 .....	78

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

**TEMA:** “LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LA RESILIENCIA PSICOLÓGICA DE LOS ADOLESCENTES DE LA FUNDACIÓN PROYECTO DON BOSCO FASE 1”

**AUTOR:** Altamirano Pazmiño Carlos Antonio

**TUTOR:** Ps Cl. Jorge L. Cisneros B. Mg.

**RESUMEN**

La presente investigación, tiene como finalidad analizar la inteligencia emocional y su influencia en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1. Para la recolección de datos se aplicaron dos tipos de reactivos psicométricos que recopilaban información relacionada con la variable independiente, inteligencia emocional, para el cual se aplicó el TMMS-23 que evalúa los componentes de la IE los cuales son: atención emocional(AE), Claridad emocional (CE) y la reparación de las emociones (RE). Para la variable dependiente, resiliencia, se usó el Test de resiliencia JJ23 que evalúa funcionalidad familiar, autoestima, asertividad, impulsividad, afectividad, adaptabilidad a situaciones nuevas, tareas adolescentes, creatividad y capacidad de pensamiento crítico. Los participantes fueron 31 estudiantes de diversos colegios del cantón Ambato que se inscribieron en la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1. Los resultados fueron analizados por medio del CHI cuadrado, donde se pudo concluir que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica de los adolescentes, del cual se desprendió la propuesta enfocada a la resiliencia psicológica. Desde el enfoque cognitivo conductual, proponiendo tres talleres que permitan mejorar la resiliencia psicológica de los adolescentes pertenecientes a la institución.

**DESCRIPTORES:** experiencias, inteligencia emocional, resiliencia, sobreponerse.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA  
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
CARRERAS DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

**THEME:** "EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ITS INFLUENCE ON THE PSYCHOLOGICAL RESILIENCE IN ADOLESCENTS AT DON BOSCO PROJECT FOUNDATION PHASE 1"

**AUTOR:** Altamirano Pazmiño Carlos Antonio

**TUTOR:** Ps Cl. Jorge L. Cisneros B. Mg.

**ABSTRACT**

The purpose of this research is to analyze emotional intelligence and its influence on the psychological resilience in adolescents at Don Bosco Project Foundation Phase 1. For data collection, two types of psychometric reagents were applied which collected information related to the independent variable, emotional intelligence, so the TMMS-23 test was applied; which evaluates the EI components which are: Emotional Attention (EA), Emotional Clarity (EC) and the Mood Repair (MR). On the other hand, the psychological reagent was used for the dependent variable, resilience, so the JJ23 Resilience Test was applied to evaluate familiar functionality, self-esteem, assertiveness, impulsivity, affectivity, adaptability to new situations, adolescents tasks, creativity and critical thinking capacity. The participants were 31 students from different high schools in Ambato who enrolled at Don Bosco Project Foundation Phase 1. The results were analyzed using the chi-square test, so as a result emotional intelligence has no influence on the psychological resilience in adolescents, which demonstrated the proposal focused on psychological resilience. From the cognitive behavioral theory, three workshops are proposed in order to improve the psychological resilience in adolescents who belong to the institution.

**KEYWORDS:** emotional intelligence, experiences, overcome, resilience.



## INTRODUCCIÓN

Actualmente en la sociedad se han presentado una diversidad de cambios conductuales y emocionales, donde el conocer e identificar las emociones cumplen un papel muy importante al momento de experimentar una situación problemática y el sobreponerse a la misma, es por eso el interés frente a la presente investigación, la cual radica en conocer los niveles de inteligencia emocional y respectivamente el nivel de resiliencia en los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase1.

Para esto, la inteligencia emocional (IE) es tomada como la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, así como la habilidad para manejarlos, esto es propuesto por el pionero en este tema que es Goleman (como se citó en Anchorena, 2015) quien define a la IE y con él toma auge. Hay que considerar que todas las personas somos diferentes tanto en el área biológica, psicológica y social, por la misma razón la respuesta emocional será distinta en cualquier situación experimentada.

La resiliencia y la inteligencia emocional aparecen en los eventos problemáticos que viven las personas, donde se dan emociones y el individuo posee desarrolla la capacidad resiliente o no, y el ser humano en sí, está expuesto a experimentar y expresar emociones según el contexto y la situación en que se encuentre, por consiguiente buscará adaptarse y sobreponerse al evento no deseado.

En el primer capítulo de la presente investigación, se realiza una descripción del problema, los antecedentes, contextualización y detalle teórico-conceptual de las dos variables de estudio, la justificación y los objetivos que se pretenden con el presente trabajo.

En el segundo capítulo se describe el marco metodológico en donde la investigación es bibliográfica - documental y de campo, ya que se realiza directamente en la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.

En el tercer capítulo se realiza el análisis e interpretación de resultados, donde se describen los datos obtenidos producto de la aplicación de instrumentos, la población de estudio, además se incluyen datos cuantitativos y cualitativos de los resultados obtenidos, relacionados con la teoría, se añade la comprobación de la hipótesis, la misma que se desarrolla por medios estadísticos .

En el cuarto capítulo se muestran las conclusiones y recomendaciones de la investigación en relación a los resultados obtenidos al finalizar la investigación.

El quinto capítulo refiere directamente el diseño de la propuesta con justificación y objetivos, a más de la argumentación teórica y el diseño técnico de la misma.

## **CAPITULO I**

### **EL PROBLEMA**

La inteligencia emocional en las últimas décadas ha tomado un gran papel en el desarrollo de los individuos y su interactuar social, en donde se ha visto la eficiencia de saber determinar los sentimientos y emociones que puede experimentar los individuos, dando paso a una mejor relación interpersonal, todas la experiencia que el individuo tenga fortalecerán las habilidades y competencias en el manejo de sus emociones, al no poseer desarrolladas estas capacidades, se generan problemas en las relaciones sociales y los acontecimientos en los que se vea involucrado el sujeto, determinando que se adopten conductas poco resilientes, dificultando el poder sobreponerse a eventos adversos de forma saludable, aquí se puede evidenciar la dificultad para la toma de decisiones por la falta de recursos, especialmente de los adolescentes, para enfrentar situaciones difíciles a nivel emocional, lo que es frecuente en la Fundación Proyecto Don Bosco fase 1.

#### **Contextualización**

Se debe considerar que el ser humano está expuesto a varios factores que pueden intervenir en su desarrollo, dicho esto, la resiliencia puede ser modificada por el contexto social y las experiencias de cada individuo, además la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) afirma que en las edades comprendidas entre los 10 a 19 años, es considerada una etapa de riesgos, donde el contexto social puede tener gran influencia y ser un determinante para los adolescentes que se ven sometidos a presiones para formar parte de un grupo social y al no poseer una adecuada resiliencia, más la exposición a situaciones problemáticas como; consumo de alcohol, drogas, relaciones sexuales prematuras, embarazos no planificados y con ello enfermedades de transmisión sexual; difícilmente se sobrepondrán a dichos



problemas y experimentarán cambios en sus comportamientos y actitudes que los ponen en riesgo.

Para América Latina, en una investigación desarrollada por (Veloso, 2015) se consideró el tema “La relación de inteligencia emocional percibida con satisfacción vital, felicidad subjetiva y resiliencia”, y concluye que; la inteligencia emocional evidenció una correlación positiva con resiliencia. Cabe destacar que ésta variable fue la que presentó las correlaciones más altas con ambas medidas de inteligencia emocional percibida. Por tanto, es de esperar que aquellas personas que presentan la habilidad para percibir, asimilar y manejar las emociones propias y detectar e interpretar las emociones de los demás, presenten un mayor nivel de resiliencia.

Como ya se mencionó la resiliencia se encuentra en situaciones problemáticas que los adolescentes experimentan, y una de ellas se encuentra en las emociones, mismas que van a variar según el momento, la situación en que se encuentren, pues cuando el individuo tiene la habilidad de identificar, comprender, interpretar, expresar y dar un significado a las emociones, en ese momento podrá tener la capacidad de sobreponerse a situaciones adversas con más facilidad.

En el Ecuador la investigación sobre la resiliencia llevada a cabo por Bravo (2017) se puede determinar que “La resiliencia tiene relación con la estabilidad emocional, lo que implicaría que los altos puntajes en este rasgo de personalidad se caracterizarían por la tendencia a ser serenos, tranquilos, a tener un humor estable (criterios BFQ-NA)” (p.51). El saber reconocer e identificar las emociones da la capacidad al individuo de poder analizar el evento problemático, por consiguiente seleccionara la conducta más adecuada en respuesta a la situación, la emoción que se experimente debe ser conocida para ser controlada, es ahí donde radica el conocer, como un equilibrio; esto se debe a que el sujeto reconoce que experimenta una emoción, después la identifica, le da un significado y busca una respuesta conductual más favorable para el evento problemático.

El contexto donde se realizó la presente investigación, que es la ciudad de Ambato provincia del Tungurahua y en la institución, no existen indicio o evidencia de haber sido realizado un estudio considerando las variables propuestas es por ello que dicha investigación genera gran expectativa local y nacional.

### **Antecedentes**

La inteligencia emocional forma una parte fundamental en el diario vivir de los seres humanos, puesto que en cada actividad o experiencia a la que estén expuestos experimentarán una emoción, la misma que modificará su conducta, la cual se dará por el conocimiento y la interpretación que el individuo da a un evento. En las siguientes investigaciones se tomará en cuenta respectivamente a las variables de la presente investigación.

Echavarría (2012) realizó una investigación de pregrado en Lima-Perú que se enfocó en las *“Estrategias de afrontamiento al estrés en relación con la inteligencia emocional en niños de 7 a 12 años de edad víctimas de desastre”* donde se puede concluir que *“Existe una relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y el cociente emocional total”* (p.176). Con el paso del tiempo el ser humano va integrando la capacidad resiliente según los eventos que este experimente, cada individuo por el mismo hecho de ser único reaccionará de forma diferente a los demás, dando paso a la creación de estrategias de afrontamiento hacia la situación problemática, en este proceso se toma en consideración la identificación y reconocimiento de las emociones que se puedan manifestarse en dicho evento, en donde se podrá controlar la respuesta conductual después de dar un significado a lo experimentado.

Rodríguez y Velásquez (2017) realizaron una investigación de pregrado en Cuenca-Ecuador sobre *“Los niveles de resiliencia que poseen los adolescentes de la Unidad Educativa Particular Liceo Americano Católico”*, una vez obtenidos los resultados del reactivo se puede demostrar que el nivel escolar y el género no influyen en la conducta resiliente, su conclusión indica:

La presencia de la capacidad resiliente que poseen los adolescentes de 12 a 16 años de edad de la entidad educativa abordada, debido a que evidenciaron la capacidad resiliente en un porcentaje de 92.5%, considerando dicho dato como un factor de protección frente a estados de crisis, teniendo presente que las crisis son inevitables y necesarias para el progreso y evolución del individuo (p.25).

Cada individuo reacciona de diferente forma frente a una situación problemática, es ahí donde la capacidad de sobreponer a una adversidad o resiliencia se la toma como un factor de protección, ya que cada vez que el sujeto experimenta situaciones problemáticas aprende y crea nuevas estrategias de afrontamiento, el estar expuesto a estos eventos mejoran la capacidad resiliente y a su vez reduce la probabilidad de que el evento o situación afecte de la misma intensidad que la primera vez, hay que tener en cuenta que cada individuo asigna un significado a los eventos que experimente.

Fuentes (2013) en su investigación de pregrado realizada en Guatemala-México, la cual consistió en *“Resiliencia en los adolescentes entre 15 y 17 años de edad que asisten al juzgado de primera instancia de la niñez y adolescencia del área metropolitana”*, donde se concluye que los adolescentes del rango de edad establecido presentan un nivel de resiliencia alto, considerando como un factor de protección y a la vez de riesgo a la familia, ya que la unión y la presencia de la misma favorece a la resiliencia de los niños, niñas y adolescentes, por otro lado al existir la ausencia o separación familiar la toman como un suceso catastrófico donde la capacidad de sobreponerse a las adversidades se ve afectada.

## **Fundamentaciones**

### **Fundamentación Epistemológica**

La naturaleza humana es inherente a sufrir cambios en su estado emocional y afectivo, como producto de sus experiencias de vida, es así que para entender a la humanidad se han generado conocimientos sobre su accionar, determinando términos como inteligencia y emoción, de esto se desprenden nuevos conceptos como inteligencia emocional cuyos pioneros fueron Peter Salovey y John Mayer (1990), quienes la integran como la capacidad de un individuo para la comprensión de las emociones. Desde este punto la IE es diferenciada, y comenzó a tomar auge hasta la actualidad, pues por otro lado aparece la palabra resiliencia que fue ocupada por la psicóloga Emmy Werner (1993) que desglosa el término resiliente para describir la reposición del individuo luego de un evento traumático y que reconoce el proceso del cómo la persona enfrenta el evento generador de estrés o conflicto. El ser humano por ser un ente social se encuentra inmerso en experiencias positivas y negativas que darán el resultado de estados emocionales cambiantes que buscan mantener un bienestar.

### **Fundamentación Psicológica**

Esta investigación se desarrollará bajo los parámetros de la corriente cognitiva conductual que según Albert Ellis (como se citó en Magaña, 2017) se trabaja con lo observable que viene a ser la conducta y lo no observable que son las emociones y los pensamientos, ya que pretende determinar a la resiliencia como un factor que predispone a la práctica de la inteligencia emocional como elemento de acción para enfrentar situaciones psicológicas que generan estrés o tensión en el individuo y que puede ser de naturaleza psicológica o somática, sabemos que esta corriente determina; que los pensamientos se traducen en conductas y estas en acciones que generan experiencias placenteras o displacenteras y que a nivel del psique puede afectar la salud mental del individuo.

## JUSTIFICACIÓN

La importancia de la presente investigación se fundamenta en las consideraciones sobre la adolescencia como una etapa del desarrollo donde se presentan varias dificultades, una de ellas se encuentra en el área de la inteligencia emocional, donde permitirá determinar los factores que influyen en la resiliencia psicológica, esto nos dará una mejor visión del desarrollo de los adolescentes en el área de la inteligencia emocional.

El aporte a la ciencia psicológica que genera la presente investigación, radica en el estudio de varios fenómenos emocionales y conductas humanas que influyen en el desarrollo saludable de los adolescentes que impide una adecuada adaptación, dificultando dar respuestas óptimas frente a una situación difícil.

La investigación es factible por que se cuenta con el apoyo de la institución, la Fundación Proyecto Don Bosco, así como por parte de sus autoridades además se cuenta con el material bibliográfico y técnicas científicas que ayudaran a la recopilación e interpretación de la información en coordinación con los profesionales especializados en la temática.

Como directos beneficiarios de este estudio están los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase 1 quienes podrán aprender y entender nuevas formas de afrontamiento a sus situaciones de conflicto pudiendo superarlas satisfactoriamente y generando un desarrollo emocional y afectivo.

Es original, puesto que no se han encontrado trabajos similares referentes a la investigación propuesta dentro de la fundación, por lo cual se muestra de forma novedosa e incluyendo una perspectiva actual de la problemática planteada, tomando en cuenta.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General**

Identificar si la inteligencia emocional influye en la resiliencia psicológica en los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.

### **Objetivos Específicos**

- Indicar el componente más representativo de la inteligencia emocional en los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.
- Definir el nivel de resiliencia psicológica en los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.
- Diseñar una propuesta para el problema identificado.

## **MARCO CONCEPTUAL**

### **INTELIGENCIA EMOCIONAL**

La importancia de la inteligencia emocional comienza en la infancia y es un complemento necesario en el desarrollo mental, intelectual y social; que regula el desempeño del ser humano y va marcando el modo en cómo se realice el control de las emociones, dando como resultado un mejor desenvolvimiento, con mayor confianza y seguridad favoreciendo la salud mental.

En el proceso del desarrollo del individuo hay que tener en cuenta que la inteligencia emocional no se basa en que tan inteligente es un individuo, sino en cómo reacciona ante un evento, por lo cual Gallego y Alonso (citados por López y Medina, 2015) proponen tres tipos de habilidades en el ser humano: cognitiva, conductual y emocional, que se utilizaran para hacer frente y establecer una solución en función de la toma adecuada de decisiones. Un ejemplo claro se da en una persona emocionalmente equilibrada quien posee la habilidad de reconocer sus propias emociones, cognitivamente tiene la capacidad de comprender las emociones de los demás, respetar su forma de pensar y a su vez las diferencias que puedan existir, por último, conductualmente el individuo es capaz de resistir a las influencias negativas.

López y Medina (2015) afirman que la emoción puede ser el resultado de aspectos propios del ser humano entre ellos mencionaremos los sentimientos y por otro lado los sentidos que se verán afectados por la percepción de cada ser humano, por lo que se considera a una emoción un estado que todo ser humano experimenta, la cual reacciona subjetivamente al ambiente por medio de los sentidos, que da como producto cambios orgánicos de origen innatos que son modificados por la experiencia, al no existir un estímulo netamente ambiental que produzca una sensación se considera lo cognitivo ya que el pensar o imaginar un evento, situación

o lugar podrá desencadenar algún tipo de sentimiento. Así mismo la intervención de los psicólogos frente a la inteligencia emocional, se enfoca desde el área cognitivo, donde utilizando las capacidades mentales superiores como memoria, razonamiento lógico y demás acciones que involucren un proceso cognitivo dando la capacidad al individuo para poder identificar una emoción o sentimiento en un evento o situación, por consecuente proporcionando la selección de la conducta más idónea para la resolución de problemas, esto enfatiza solo elementos intelectivos, pero Wechsler (citado por Mogollón, 2012) definiendo a la inteligencia como una capacidad general donde el individuo tiene la posibilidad de generar una conducta por voluntad de sí mismo, incluyendo el pensar, entender y elegir la conducta más adecuada o favorable. Es así que la inteligencia netamente no va a estar enfocada al progreso académico, sino que también se integra la capacidad de desenvolvimiento e interacción del individuo en el medio en donde se desarrolla, dándole la libertad de pensar y comportarse de manera racional y acorde con el lugar en que se encuentre.

### **Definición de inteligencia emocional**

Salovey y Mayer (como se citó en Bisquerra, 2017) mencionan que la inteligencia emocional es la habilidad que puede ser forjada con el paso del tiempo, con la finalidad de mejorar el manejo de los sentimientos y emociones, para regular la respuesta conductual de cada ser humano, entendiendo de esta forma que cada sujeto tendrá una valoración diferente de cada situación en relación a lo que el mismo ya haya experimentado.

Para Meyer y Salovey (como se citó en Porcayo, 2013) menciona que la inteligencia emocional:

Incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional, y la habilidad



para regular las emociones, para promover crecimiento emocional e intelectual (p.19).

Cuando los individuos poseen un correcto desarrollo de la inteligencia emocional se puede decir que han adquirido la capacidad de analizar una situación, teniendo en cuenta el lugar y las personas, identificando los sentimientos y las emociones que se puedan generar dándoles un significado y valoración respectiva, la valoración que se les da a los sentimientos y emociones es dado por las experiencias del individuo, es decir el conocimiento previo esto facilitara la comprensión y regulación de las mismas modificando la respuesta conductual del individuo. Goleman (citado por Cabrera, 2014) definió a la inteligencia emocional como una capacidad del ser humano, que facilita el reconocimiento de las emociones de sí mismo y de las personas que lo rodean, lo que permitirá mantener un equilibrio en las relaciones sociales que este pueda tener. La inteligencia emocional se da por las experiencias, las cuales se adquieren con el paso del tiempo, creando un ente competente con la capacidad y destrezas suficientes de adoptar una conducta, la misma que estará acorde a la información emocional previamente obtenida, dando paso a la selección de la respuesta conductual más idónea al evento experimentado.

### **Habilidades en la inteligencia emocional**

Las habilidades en general que el ser humano va adquiriendo en el transcurso de su vida antiguamente se tomaba en cuenta como una ejecución práctica, es decir solo intervenía el proceso motor, esta ideología fue cambiando con los años, donde diversos autores proponían una definición distinta para una habilidad, es así que Maximota (como se citó en Ortiz, 2016) menciona que la habilidad es “un sistema complejo de acciones conscientes las cuales posibilitan la aplicación productiva o creadora de los conocimientos y hábitos en nuevas condiciones en correspondencia con su objetivo” (p.141).

Tomando en cuenta la ejecución de la acción se integra un proceso consciente el cual refiere que debe haber existido un conocimiento previo el mismo que se convertirá en un ámbito, esto va direccionado a la ejecución de cualquier acción en forma de habilidad, a su vez el psicólogo Petrovski (como se citó en López, 2015) define que una habilidad “es lograr un dominio de un sistema complejo de actividades psíquicas y prácticas, necesarias para la regulación conveniente de la actividad, de los conocimientos y de los hábitos que posee el sujeto” (p.4). En el proceso del desarrollo de la persona se menciona una habilidad cuando existe la facilidad en realizar una actividad de forma eficiente o correctamente donde se incluye el dominio de la misma, en la cual ya no interviene únicamente la práctica si no también la parte psíquica del ser humano, donde ya tiene la capacidad de saber para qué, cómo, y cuándo utilizar la actividad que domina.

Las habilidades en la inteligencia emocional cumplen un papel muy importante en el desarrollo del ser humano, ya que pueden mejorar la capacidad para identificar y manejar sus emociones, con una mejor regulación en el área psicológica, social y laboral, así se integran los modelos de varios autores con el fin de proponer uno más estructurado, para poder desarrollar las mencionadas habilidades.

Nelis, Quoidbach, Mikolajczak y Hansenne (como se citó en López, 2015) plantearon un protocolo de intervención el cual tenía como principio el desarrollo de habilidades emocionales en personas adultas, manteniendo como objetivo el fortalecimiento y la integración de habilidades de acuerdo a las actividades que realizan cotidianamente, con un previo aprendizaje para el desarrollo de la capacidad de identificación y reconocimiento de las emociones que experimenten. Este programa toma como base el modelo de habilidades de Mayer y Salovey quienes propusieron cuatro áreas; la primera área consta de percibir, apreciar y expresar emociones, la segunda menciona la asimilación de las emociones, la tercera se refiere al entender y analizar emociones, por último, es reflexionar y regularizar las emociones para promover el desarrollo, más adelante se explicará en el modelo de habilidades a detalle cada una de las áreas.

Por otro lado, en una de las intervenciones de Goleman (como se citó en López, 2015) propone la alfabetización emocional en los programas de prevención de drogodependencia dirigidos a jóvenes entre 14 y 18 años de varias escuelas, dio como resultado los componentes que son realmente significativos y eficaces para los programas, los cuales son: habilidades emocionales, cognitivas y conductuales. En lo que respecta a las habilidades emocionales determino que el identificar y etiquetar sentimientos era el primer paso, por consiguiente tener la capacidad de expresarlos teniendo en cuenta la intensidad con que se presentaban, para que así se pueda controlar los sentimientos y a su vez la respuesta conductual evitando o controlando los impulsos, este proceso demostró que ayudaba a reducir el estrés y saber las diferencias entre los sentimientos y las acciones que básicamente era el control sobre los sentimientos para no dar paso a que los sentimientos controlen al sujeto. En las habilidades cognitivas se refirió que un diálogo interno es una forma de afrontar una situación que cause malestar, lo cual nos ayudara a determinar si se refuerza o se elimina la conducta frente al evento, esto añadirá el saber leer e interpretar los indicadores sociales, es decir que reconocerá la conducta que debe adoptar frente a la comunidad como un miembro de la misma, al mismo tiempo añade la toma de decisiones y la resolución de problemas dando alternativas, estableciendo objetivos para así poder anticipar alguna consecuencia. El comprender cuales son las normas de conducta aceptable en la sociedad es muy importante ya que crea conciencia en uno mismo dando paso a respetar tanto el punto de vista como integridad de las demás personas. Por ultimo las habilidades conductuales que están influenciadas por el área cognitiva del sujeto pero hay que tener en cuenta la reacción no verbal como el contacto visual, expresión facial o cualquier gesto que implique enviar un mensaje sin uso del lenguaje oral, por otro lado la parte verbal enfatiza el ser claros y concisos en el momento de hablar con la capacidad de saber escuchar, cabe recalcar que debe respetar el espacio personal de cada sujeto.

## **Modelos de la inteligencia emocional**

Los modelos de la inteligencia emocional se han dado al largo de la historia, los que se tomaran en cuenta son los mixtos que se caracterizan por una variedad de contenidos con un enfoque directo y aplicativo el cual fue desarrollado por Goleman; mientras que los modelos de habilidad expuesto por Salovey y Mayer tienen como finalidad el análisis del proceso del pensamiento acerca de los sentimientos, hay que tener en cuenta que otros modelos solo tomaban en cuenta la percepción y regulación de estos (Huapaya, 2013).

En lo referente al modelo mixto Goleman (como se citó en López y Medina, 2015) propone la existencia de un Cociente Emocional el cual se consideraba la contraparte del Cociente Intelectual, dicha consideración era algo erróneo y Goleman lo explicó en uno de sus estudios, tomando en cuenta una población de niños alumnos con un rendimiento académico excelente, promedio y bajo, donde lo esperado sería que los niños con excelente rendimiento académico fuesen adultos profesionales y exitosos, pero el resultado no se dio de manera, ya que se demostró que en su mayoría los alumnos con un rendimiento promedio e incluso bajo tenían la capacidad de establecerse en el área profesional con mucho más éxito, es ahí donde se puede decir que no solamente se necesita ser inteligente para la funcionalidad de la personal en el área profesional y social, sino que también hay que tener en cuenta los componentes de la Inteligencia Emocional, entonces podemos decir que el Cociente Intelectual propuestos por Goleman y Cociente Emocional no son opuesto sino más bien ambos funcionan como un complemento. Los componentes que establecen la Inteligencia Emocional desde la perspectiva de Goleman son: conciencia de uno mismo, autorregulación, motivación, empatía y las habilidades sociales. Para hacer una referencia que nos permite entender mejor señalamos que la conciencia de uno mismo se encuentra integrada por las capacidades intrapersonales de la persona, para ser conscientes de sus estados internos que experimentan siendo capaces de identificar sus debilidades y fortalezas en cualquier evento o situación sea o no problemático que se encuentren la persona y así poder buscar una reacción conductual adecuada a la situación o evento. En

cambio, la autorregulación mantiene como base fundamental el control de los estados internos de la persona, al ser más específicos desde el punto de vista de la Inteligencia Emocional se la menciona como la capacidad de regulación de los estados emocionales y a su vez el control de los impulsos. La Motivación se encuentra íntimamente relacionada con las emociones puesto que para cumplir un objetivo se necesita la predisposición interna de la persona, por lo cual toda conducta que integre un estado emocional hacia un objetivo o beneficio será acompañada de la motivación para el cumplimiento u obtención exitosamente de los deseado. Por otro lado, Weissinger (como se citó en López, 2015) propone la existen cuatro fuentes de motivación; la primera fuente se encuentra en nosotros mismo y hace hincapié en “Nuestros pensamientos, nuestra respuesta, nuestro comportamiento. Debemos aprender a pensar de forma positiva, utilizar reafirmaciones motivadoras, realizar juegos mentales, emplear imágenes mentales, hacer autocríticas constructivas, establecer metas significativas, de modo que nos estimulemos y transformemos ese estímulo en energía” (p.134). La principal fuente de motivación se encuentra en el sujeto, es ahí donde el mismo realiza un análisis interno tanto de la conducta como de su parte cognitiva, puesto que idealizar el objetivo crea vínculos que fortalecerán significativamente la motivación, teniendo en cuenta el cómo lo realiza y que herramientas o técnicas debe ocupar para llegar a su objetivo. La segunda fuente de motivación la ubica en los amigos comprensivos, quienes son una fuente de donde buscar otro tipo de criterio respecto a los objetivos que se ha planteado, un amigo puede ayudar mucho, ya que da otro punto de vista referente a la meta que se ha planteado y lo que lo impulsa a su cumplimiento, es decir; se puede tener la predisposición y motivación enfocadas en la meta, pero una perspectiva externa nos puede aclarar ciertas dudas e incluso decirnos si presentamos o no carencias en las herramientas necesarias para poder cumplirla. Como puede ser un gran apoyo también nos puede hacer ver cómo es la realidad. La tercera fuente motivacional es aquella que se establece en un mentor, que puede ser real o ficticio, no importa qué tipo de persona sea; si fue un excelente deportista, buen profesional, un familiar o incluso un súper héroe de historietas, mientras el sujeto mantenga, obtenga y refuerce su motivación en relación al objetivo será beneficioso para su cumplimiento (López y Medina, 2015).

Con el tiempo la definición de empatía se involucró en el área de la psicología con Lipps (como se citó en López, 2014) donde define que “la empatía es la tendencia natural a sentirse dentro de lo que se percibe o imagina, tendencia que permite, en primer lugar, reconocer la existencia de otro” (pág.38). La determina como la capacidad de reconocer, comprender y ponerse en el lugar de la otra persona teniendo en cuenta sus sentimientos, necesidades, preocupaciones entre otros aspectos que se puedan evidenciar.

Según Del Prette (como se citó en Betina, 2012) define: “Las habilidades sociales son comportamientos de tipo social disponibles en el repertorio de una persona, que contribuyen a su competencia social, favoreciendo la efectividad de las interacciones que éste establece con los demás” (pag.65). Se menciona como la capacidad y comportamiento que tiene cada persona para poder relacionarse en el medio en donde se desarrolla, de esta forma mantiene como eje principal la comunicación y por otro lado la expresión de las emociones para que las relaciones sociales se den adecuadamente siendo estas una recopilación de un sinnúmero de habilidades que tiene a disposición el sujeto social.

En lo referente al modelo mixto propuesto por Bar On quien en el año 1997 describe algo referenciado por Goleman y de forma igual, tienen una base no cognitiva, por lo cual este modelo se basa específicamente el área social de la persona donde integra a la IE con la finalidad que el individuo se desarrolle y adquiera habilidades sociales, las cuales pueda usar como herramientas para la resolución de problemas y así poder tener un desenvolvimiento adecuado en el contexto social. Desde el enfoque de la Inteligencia Emocional Bar On propone una estructura en base a: componente intrapersonal, componente interpersonal, componente de adaptabilidad, componente del manejo del estrés y componente del estado de ánimo en general (Pineda, 2012).

Para mencionar el Componente Intrapersonal en el modelo de Bar On hay que tener en cuenta que está estructurado por capacidades y en su totalidad se hará referencia a lo que Gil'Adi (como se citó en Mogollón, 2012) menciona que es la

posibilidad de “comprender los propios sentimientos, emociones, motivaciones y deseos. Sirve para el crecimiento personal, para superarse a uno mismo. Es propia de personas preocupadas por su propio desarrollo espiritual” (p.8). Hay que tomar en cuenta que un buen desarrollo interno del sujeto asegura una mejor interacción con la sociedad, por lo cual es necesario primero comprenderse a uno mismo para que después se pueda comprender a los demás para lo cual el modelo presente incluyendo ciertas capacidades como la comprensión emocional de sí mismo, el asertividad, el auto concepto, la autorrealización y la independencia, la misma que intervienen en el desarrollo emocional de la persona.

La persona tiene la capacidad de entender y comprende tanto sus sentimientos como emociones, identificándolos y dándoles significado donde el sujeto estará en la capacidad de poder comprenderlos, se puede considerar que se incluye un proceso cognitivo, todo esto se logra con la interacción del sujeto y la acumulación de situaciones experimentadas. Otra de las capacidades es la Asertividad que (Chalaquiga) 2016, menciona en su explicación del modelo de Bar On como “la capacidad el individuo para expresar sus ideas, opiniones sin perjudicar los sentimientos de otras personas, defiende su punto de vista con argumentos sustentables” (p.45). Donde el individuo puede expresar sus deseos, criterios, ideas u opiniones de manera sutil y respetuosa, sin dejar de lado y respetando lo propuesto por los demás, este es inicio para poder entablar buenas relaciones sociales.

Al hablar del auto concepto se lo puede determinar como la capacidad de la persona para dar una opinión, aceptarse y comprenderse a sí mismo donde el individuo se proveerá de información sobre las debilidades y fortalezas definiendo sus limitaciones, esto da paso a tener un estrecho vínculo con la autorrealización donde el sujeto utiliza sus potencialidades con la finalidad de completar un logro u objetivos planteados, y por último se menciona la Independencia que se refiere a la capacidad que tiene el sujeto para tomar sus propias decisiones, valerse por sí mismo y sentirse seguro, tal como, desde el punto de vista de la IE se enfoca en tener la capacidad de evitar la dependencia emocional. El componente interpersonal

alberga ciertas capacidades que según el modelo mixto se enfoca más en el área social y la interacción de la persona con la misma, estas capacidades son: empatía, relaciones interpersonales y responsabilidad social las cuales son tomadas en cuenta por Bar On con la finalidad de que la persona pueda integrarse a un grupo social y desarrollarse no solo como individuo sino también como parte del ambiente en donde interactúe. Al hablar de la empatía como capacidad del componente interpersonal se hace hincapié en la habilidad de la persona en comprender, identificar y reconocer los sentimientos de los demás en donde se toma en cuenta la conducta que se adoptara frente a la emoción que se esté presenciado, por lo cual podemos mencionar que la empatía posee aspectos cognitivos y emocionales, en lo cognitivo por la habilidad que se va adquiriendo para identificar y dar un significado a una emoción, por último en lo emocional puesto que toda relación bien sea interpersonal como intrapersonal estarán envueltas por las emociones (Chalaquinga, 2016).

Desde el punto de vista de la inteligencia emocional las relaciones interpersonales poseen un vínculo de carácter emocional el cual se va estableciendo con el paso del tiempo y las experiencias que la persona tenga independientemente si el vínculo es satisfactorio o no, a su vez las relaciones interpersonales son las que se establecen cuando existe la interacción con otras personas las cuales generan una experiencia, despendiendo de estas se crearan vínculos emocionales los cuales desembocan en responsabilidades sociales las mismas que el sujeto debe cumplir como el cooperar, contribuir, apoyar entre otras que estén inmersas en el grupo social en que se encuentre. En el Componente de adaptabilidad Bar On ya incluye algo más estructurado teniendo en cuenta las definiciones anteriores propuestos por Goleman y diversos autores que se han menciona, por consecuente es aquí donde el sujeto evalúa la auto identificación general de sí mismo, la autoconciencia emocional, el asertividad, la autorrealización e independencia emocional y la autoconciencia todo esto con la finalidad de integrarse o adaptarse al medio social. El Componentes del manejo de estrés basa su principio en la tolerancia al estrés, donde el sujeto puede experimentar situaciones estresantes o adversas dando como resultado emociones como la ira, el enojo entre otras que puedan desencadenar una



reacción conductual desfavorable para sí mismo y los demás, es ahí donde se integra el control de los impulsos el cual dará la capacidad de controlar y resistir la reacción consecuente a cada emoción que se pueda experimentar (Chaquinga, 2016).

El modelo de habilidades creado por Salovey y Mayer (como se citó en Fragoso-Luzuriaga, 2015) donde mencionan que se mantiene procesos cognitivos con relación al procesamiento de la información emocional es decir se considera una habilidad netamente cognitiva que se utiliza para la resolución de problemas adaptándose la situación o cualquier evento, por lo cual proponen un modelo basado en cuatro tipos de habilidad: Percepción y expresión emocional, Facilitación emocional, Conocimiento emocional y Regulación emocional.

Salovey y Mayer (como se citó en Fragoso-Luzuriaga, 2015) mencionan a la percepción y expresión emocional como la identificación de las emociones en uno mismo y a su vez en otros individuos, también hay que tener en cuenta que serán acompañadas con respuestas físicas y cognitivas dependiendo de la emoción que se experimente, también se añade la capacidad de poder expresarlas en el momento y lugar de forma adecuada teniendo en cuenta que forma parte de un grupo social. La segunda habilidad propuesta es la facilitación emocional tiene como principio la capacidad del sujeto de generar sentimientos mismos que facilitarían pensamientos, esto netamente será usado para la resolución de problemas teniendo como factor principal el procesamiento de la información, se puede mencionar que las emociones siempre van a estar presentes en todo aquello que nos llame la atención. Como tercera habilidad se considera el conocimiento emocional la cual nos permite la categorización correcta de las emociones, a su vez da la capacidad al sujeto de comprenderla y asignar su correspondiente significado, esto ayuda de manera significativa al desarrollo y evolución de las emociones. La cuarta habilidad propuesta es la regulación emocional en donde la persona está expuesta a emociones positivas como negativas, aquí interviene la reflexión emocional, que es la habilidad del sujeto para procesar información y reconocer emociones internas, sabiendo cómo controlarlas y si son útiles o innecesarias para el evento que experimente.

## **Competencias emocionales**

En este apartado se hablará sobre el cómo se generan las competencias a nivel emocional mismas que buscan mejorar las relaciones interpersonal e intrapersonal, a estas se la denomina competencias emocionales y su objetivo es proporcionar buenos resultados en la interacción de las personas que quieren sentirse bien consigo mismo y con su entorno, el manejar las emociones de forma apropiada permite entender que la persona tiene un equilibrio en las esferas cognitivas y afectiva que armonizan los comportamientos y facilitan la creación de estrategias de afrontamiento como poder generar emociones positivas. Las competencias emocionales por tanto se estructuran con una serie de procesos psíquicos que pueden dar como resultado una gran diversidad comportamientos, en las relaciones interpersonales como intrapersonales en donde se tendrán en cuenta los conocimientos, habilidades y actitudes para poder entender, identificar y expresar adecuadamente los fenómenos emocionales propios y de los demás (Bisquerra, 2013). Además, un factor muy importante de las competencias emocionales es la denominación, que es el poder nombrar ya que así podrá determinar un nombre para la emoción y por consecuente su expresión, incluyendo la comprensión, identificación y expresión tanto verbal como no verbal.

Con el paso del tiempo van aumentado las emociones que permiten experimentar múltiples experiencias, es decir, todo lo que le sucede a la persona en su diario vivir da como resultado final la madurez emocional, que va estructurando con la participación de las competencias emocionales que se manifiestan cada una de sus acciones y actitudes, modificando el producto e este accionar a nivel cognitivo donde se involucran la conciencia y el razonamiento que permiten la de las habilidades que permiten comprender el estado emocional interno y que no siempre corresponde a la expresión externa. Para eso hay que tener la capacidad de regulación emocional en donde el autocontrol influirá en las emociones negativas creando habilidades de afrontamiento, con el fin de autorregularse para que mejore la intensidad y duración de los estados emocionales negativos para poder

autogenerar emociones positivas y tener la capacidad de auto gestionarse el bienestar subjetivo.

Para poder llegar al estado de autogestión hay que poseer ciertas características, como la actitud positiva ante la vida, responsabilidad y el analizar críticamente las normas sociales, dentro de esto se suman la capacidad para buscar ayuda y los recursos emocionales adecuados para encaminarse rumbo a un auto ajuste de emociones. Es así como la autoestima ayuda a estructurar una visión positiva de sí mismo, provocando un estado de satisfacción consigo mismo, manteniéndose optimista frente al afrontamiento de resto y problemas diarios, de la misma forma, la capacidad de auto motivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas en el ámbito social, familiar, escolar o donde el individuo se desarrolle, esto será marcado por la responsabilidad con la que se asuma la toma de decisiones, al ser la adecuada se evidenciara comportamientos seguros, saludables y éticos. Por otro lado, en el momento de analizar el evento y seleccionar la reacción después de haber identificado y reconocido la emoción, es necesario saber evaluar críticamente el mensaje social, cultura y de los demás teniendo en cuenta las normas sociales y comportamientos personales. Al referirse a la autoeficacia emocional se toma en cuenta la percepción de la persona de sí mismo y la importancia que le da, dando paso a cómo se siente consigo mismo y como se desearía sentir, esto nos dará a conocer la aceptación que se tiene de sí mismo y de las modificaciones que puede tener, la cultura y la sociedad son parte de la modificación del individuo dando apertura a las creencias las cuales influenciaran en el equilibrio emocional. También se encuentra la inteligencia interpersonal o también conocida como social, la cual toma como principio el dominio de las habilidades sociales como la comunicación, actitudes pro sociales, asertividad y empatía con la finalidad de poder desarrollarse en cualquier contexto donde se desenvuelva la persona fortaleciendo actividades como el escuchar, respetar, saludar, pedir ayuda o expresarse las cuales se dan en la vida cotidiana (Bisquerra, 2013).

## **Estructura neuroanatómica de la Inteligencia Emocional.**

En lo que respecta a la estructura neuroanatomía Saavedra, Díaz, Zúñiga, Navia, y Zamora (2015) mencionan que en una conducta emocional intervienen todas las áreas del sistema nervioso, participan en algún grado e intervenir en la conducta emocional, siendo el sistema nervioso autónomo el encargado de esa participación. Este incluye al tálamo, al hipotálamo y a la amígdala, como parte de la formación reticular, el tronco cerebral y la corteza cerebral. La amígdala representa el principal centro emocional, donde desempeña un papel muy importante como es el desarrollo de las emociones, también es el depósito de la memoria emocional. Existe una coordinación con el hipocampo que proporciona una memoria perfecta y vital para el significado emocional. Mientras el hipocampo recuerda los datos simples, la amígdala retiene el clima emocional. El hipocampo es crucial para reconocer que un rostro determinado es el de alguien, y el cerebro utiliza un método sencillo pero ingenioso para que los recuerdos emocionales queden grabados con fuerza. La corteza prefrontal entra en acción cuando alguien siente miedo y rabia, pero controla el sentimiento de la situación inmediatamente. Las zonas prefrontales junto a los lóbulos prefrontales, gobiernan las reacciones emocionales desde el principio y además son quienes administran la emoción y expiden señales por la activación emitida desde la amígdala. Dentro de la corteza prefrontal los dos lóbulos, cumplen con esta regulación, tanto el prefrontal izquierdo que es el que desconecta la emoción, regulan emociones desagradables, controla emociones no elaboradas dentro del funcionamiento emocional. También cumple con la función de desactivar las emociones impulsivas ya que la amígdala propone y dispone el actuar de la persona, y el prefrontal derecho se encarga de los sentimientos negativos con temor y agresión. Así, las personas a manera de ejemplo cuando presentan lesiones en el lóbulo prefrontal izquierdo, son propensas a preocupaciones y temores catastróficos, como resultado de la implicación evidente de las estructuras cerebrales en la expresión de los afectos y su representación en las conductas relacionadas a ellos.

## **RESILIENCIA**

### **Antecedentes e importancia.**

La resiliencia en el desarrollo del ser humano favorece en los procesos adaptativos, lo que permite la preparación de cada etapa que debe experimentar; es sustancial desde la niñez ya que influirá en la capacidad de sobreponerse a una situación incómoda o desagradable. Calderón Rojas (citado por Lasso, 2014) menciona que una vez que se evidenciaba la existencia de problemas psicológicos, también se podía observar aspectos que permitían que el sujeto afrontara las dificultades de manera positiva, es decir, no todos los individuos tienen el mismo reaccionar o actuar lo que hace el proceso adaptativo un factor esencial. Una de las características resilientes es el lapso de tiempo en el que el ciudadano afronta la problemática, ya que consiente en conocer cuánto le toma sobreponerse, el reconocer que está pasando y así poder crear estrategias para la resolución de dificultades.

El estudio del tema arroja variabilidades de términos, Llobet (citado por Segura, 2016) da a conocer la resiliencia como un proceso social e intrapsíquico que favorecen el enfrentamiento triunfante ante la adversidad. El reponerse al infortunio exitosamente no solo consta en resolver los problemas consigo mismo, sino también en el mantener un equilibrio emocional para la toma de decisiones adecuadas frente al evento presentado; en sí es la capacidad que tiene el ser humano en adaptarse, sobreponerse y reanimarse con éxito ante las dificultades. En el desarrollo del individuo está expuesto varios eventos adversos, que permite la mejora potencial de adaptación a la fatalidad y de la misma forma buscar cómo recuperarse, esto da como resultado el potenciar las competencias sociales y adquirir nuevas habilidades que se podrán utilizar a futuro para la resolución eficaz de un evento adverso.

## **Pilares de la resiliencia.**

Una vez que se conoció sobre que es la resiliencia, posteriormente se descubre que está conformada por pilares esenciales divididos en personales y sociales. El primer pilar en referencia al personal, es aquel que sostienen una actitud resiliente con la capacidad de autoindagarse para poder poner una efectiva distancia emocional sin caer en el aislamiento y dar paso a establecer vínculos emocionales con otras personas, que deben estar basados en el bienestar de sí mismo y de los demás con el afán de integrar nuevas conductas resilientes que ayuden a la autosuperación y la autoestima. El pilar social se refiere a la perspectiva comunitaria que se tiene de la resiliencia es decir de la una estructura grupal cohesionada que brinda inclusión donde los individuos crean grupos de apoyo, estos pueden tener diferentes estructuras, pero se busca la misma finalidad, la cual, es apoyar y responder con eficacia para poder sobreponerse de una adversidad; entendida como la creencia de poder actuar conjuntamente y lograr el efecto esperado dando un sentido de compromiso activo del individuo con la sociedad (Uriarte, 2013).

## **Componentes de la resiliencia.**

De los estudios generados sobre la resiliencia se destacan dos componentes que lo conforman, la noción de adversidad y la adaptación positiva o superación de la adversidad, cada uno con sus elementos característicos y situacionales. Infante (como se citó en Cueva, 2012) da a conocer que son factores de riesgo que se encontraran en el proceso de desarrollo del individuo, es decir, que toma en cuenta todas las etapas donde se presentaran un sin número de situaciones, la cuales el sujeto debe saber resolverlas, superarlas dando paso a una experiencia y formación de la resiliencia. En lo referente a la adaptación positiva o superación del infortunio; Saavedra, Melillo, Rodríguez y Girard (como se citó en Cueva, 2012) mencionan en sus modelos los siguientes elementos; autoestima, la creatividad como capacidad, espiritualidad, trascendencia, redes sociales y sentido de pertenencia. De igual forma ya se incluye la autoestima lo que Woli descartó en los elementos de la

noción de la adversidad. Entonces se puede mencionar que los componentes de la resiliencia son dos y cada uno posee compendios que ayudan a que se desarrolle el individuo de una manera sana.

La noción a la adversidad consta de los elementos mencionados como introspección, independencia, capacidad de relacionarse, iniciativa, humor, creatividad y la moralidad. Según Wolin y Wolin (como se citó en Cueva, 2012) la introspección lo dan a conocer como el arte de preguntarse uno mismo y darse una autorespuesta honesta, manteniendo una postura del ser conscientes de los procesos mentales tanto en pensamientos, sentimientos y emociones que se puedan experimentar. En referencia a la segunda característica indica a la posibilidad de mantener la distancia emocional y física, sin llegar a aislarse; teniendo en cuenta como una habilidad de la cual se podrá utilizar contra los factores de riesgo sin dejar de lado la parte social ni sentimental, es decir, tiene autonomía para la resolución de problemas sin deslindarse de ninguna de las áreas, también menciona que la facultad de relacionarse es una destreza para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas. La iniciativa hace referencia a la carga de hacerse cargo de los problemas presentes en sí mismos; se podría decir, que es una respuesta frente a una situación o problemática que se esté experimentando, donde se dará el primer paso haciendo cargo y en la solución; el exigirse y ponerse a prueba gradualmente favorece, ya que con la experiencia va adquiriendo el sujeto en el transcurso de su vida nuevas capacidades para la resolución de eventos, trabajos o situaciones problemáticas con mayor facilidad (Cueva, 2012). Por otro lado, al humor lo considera como un elemento situacional ya que no siempre puede estar presente en todas las situaciones que el sujeto experimente, es así, que se lo conoce como una capacidad cognitiva de transformar lo trágico en lúdico, donde implica tener sentido del humor, saber apreciar y disfrutar; se puede determinar como el tomar en cuenta el lado bueno de las cosas, pero no hay que separarse tanto de la realidad por que pueden existir algunos eventos relevantes en donde el humor sería tomado como algo inapropiado. Al hablar de la creatividad como la capacidad de transformar la realidad, en la infancia se expresa en la creación y los juegos, que son las vías para expresar la soledad, los miedos, el enojo y la desesperanza, se

establecen como mecanismo de defensa ante factores de riesgo, por último, se encuentra la moralidad que es la capacidad de comprometerse con valores y de discriminar entre lo bueno y lo malo. Es aquí donde se implicará ciertos parámetros culturales, sociales y religiosos los cuales integran un estilo de vida dentro de los parámetros de cada uno de ellos y adaptándose a los mismos para poder ser parte de un grupo social.

El segundo componente de adaptación positiva o superación de la adversidad, donde posee elementos como la autoestima, la creatividad como capacidad, la espiritualidad, trascendencia, redes sociales y sentidas de pertenencia. La autoestima entendida como la percepción, apreciación o valoración que tiene un individuo de sí mismo, es decir, la forma como se ve, teniendo en cuenta fortalezas y debilidades, que implicara su desarrollo frente a la sociedad conociéndose a sí mismo en que puede y no realizar, es así que las redes sociales y sentido de pertenencia hacen que el individuo como ente social desarrolle vínculos e incluso se identificara con diversos grupos sociales, dándole la capacidad de involucrase entre sí y buscando un punto de apoyo con los mismos, cuando el sujeto siente que sus recursos individuales se han agotado para enfrentar el problema, aparece la red de apoyo, hay que recordar que los seres humanos siempre buscan un apoyo, en este caso se puede mencionar que cuando la problemática sale del control de ellos, buscan inmediatamente un consejo, ayuda o alguien que les facilite el sobreponerse a cualquier tipo de dificultad buscando esto en los grupos sociales que se encuentren interactuando (Cueva, 2012). Por otro lado se menciona a la creatividad que es una cualidad original de la mente humana, la capacidad de pensar sobre los propios pensamientos de generar nuevos conceptos, apreciaciones, posibilidades de acción con lo que incrementa sustancialmente la facultad de desenvolverse en el mundo. En lo concerniente a la espiritualidad las personas resilientes incluyen ciertas características como un efecto multidimensional de la experiencia humana que incluye perspectivas, creencias, valores, actitudes y emociones, es decir una dimensión propia de la vida humana. De la misma forma la trascendencia según Saavedra la toma en cuenta como una característica de adaptación, ya que con el



paso del tiempo y experiencias construye un significado para los eventos ya vivenciales, en donde se adaptará y buscará solucionar (Cueva, 2012).

### **Factores de la resiliencia.**

Al momento de hablar de factores hacemos referencias a una situación, evento, persona o cosa que modifique a la actitud resiliente que el sujeto pueda tener o que ya la haya adquirido, Rodríguez en su manual de promoción de la resiliencia infantil y adolescente, propone dos factores; el primer factor es de riesgo, el cual se define por exponer a situaciones o eventos de riesgo al sujeto, por otro lado el segundo factor es de protección el cual mantiene la postura de cuidar el desarrollo del ser humano donde se ve inmersas el contexto social donde se desarrolla dando cualidades a cada grupo social en que se encuentre para el desarrollo de la resiliencia (Rodríguez, 2015).

Al mencionar los factores de riesgo se está tomando en cuenta que el individuo estará inmerso en varias dificultades en el transcurso de su vida, las mismas que ayudarán al desarrollo de la resiliencia y a su vez el crecimiento personal por medio de las experiencias, dicho esto hay que tener en cuenta que los conceptos que se tomará más adelante están enfocados en la adaptación de Brooks, Goldstein, Dougherty, Master y Narayan (como se citó en Rodríguez y Medina, 2015) los cuales mencionan que los factores de riesgo van a estar dados por; la adversidad, factores de riesgo, riesgos acumulativos, vulnerabilidad riesgo distal, hitos y tareas en el desarrollo de los individuos.

El primer factor considera la adversidad donde se incluye las experiencias que el sujeto tenga con relación a las adversidades de tipo naturales, se menciona las alteraciones o desastres naturales como adversidades ya que el sujeto no posee la capacidad de controlar ningún tipo de desastre natural sino más bien adaptarse, a este factor se añade conflictos políticos que directa o indirectamente afectaran el desarrollo de un sistema social y por consecuente a los miembros del mismo, desembocando en problemas sociales como la pobreza, explotación infantil entre

otros. Otro factor que se considera es el riesgo, el cual se enfoca en la probabilidad que aparezca un problema indeseado, según esto se puede tomar en cuenta algún tipo de enfermedad como por ejemplo; cáncer, esquizofrenia o algún tipo degenerativa, la cual no solo afecta directamente a quien la padece sino también a los familiares o personas con algún vínculo emocional, estos sujetos se verán afectados en el área emocional debido a que compartieron o comparten sentimientos y emociones con la persona que está padeciendo algún tipo de enfermedad, también se toma en cuenta el tiempo que utilizan para visitar o atender a dicho sujeto donde omitirán ciertas actividades de su vida cotidiana para pasar a su lado y por último la parte económica que se enfoca más al tipo de tratamiento de la enfermedad que se presente (Rodríguez y Medina, 2015). Mencionan también que los factores de riesgo serán de carácter cuantitativo esto quiere decir que las características de las personas se pueden medir, esto se va a dar según la situación que tengan en el sistema social ya que se puede reflejar resultado negativo predecible porque se consideran criterios específicos, dicho esto se toma en cuenta los nacimientos prematuros, divorcios de los padres, la pobreza, el maltrato y situación socioeconómica. Al hablar del riesgo acumulativo estamos tomando en cuenta el aumento gradual de los riesgos en que pueda estar inmerso el sujeto, esto se puede dar debido a la presencia de múltiples factores de riesgo, los cuales se manifiestan de diferentes formas y según la situación en que se encuentra el individuo, un ejemplo claro es cuando en una familia monoparental por divorcio económicamente no puede solventar las necesidades básicas de sus hijos como la alimentación, educación, vestimenta, vivienda y salud debido a que el salario que gana es muy bajo para la manutención del hogar, el primer factor se considera el divorcio, esto desencadenará un problema económico que vendría a ser el segundo factor de pobreza, teniendo en cuenta los factores anteriores que se incluirá el factor de adversidad hacia los hijos ya que no pueden controlar la situación y se convertirá en un problema social, como se puede ver plasmado en el ejemplo anterior un solo factor de riesgo puede desencadenar muchos más factores y a su vez integrar nuevos sujetos propensos a padecer distintos factores de riesgo, es ahí donde se habla de un riesgo acumulativo.

En el momento que Rodríguez y Medina (2015) hablan de vulnerabilidad está dando a conocer que el sujeto está en predisposición o susceptibilidad padecer resultados indeseables, esto se puede ver marcado en la parte biológica como; el ser propensos algún tipo de enfermedad o necesidades especiales, alergias, malestar orgánico al realizar actividad física, entre otros relacionados a las parte organiza, también se toma en cuenta la parte psicológica incluyendo ya la salud mental y el estado mental en que se pueda encontrar el sujeto, esto nos dará un referente en cómo se dará la interacción social de la persona, si será excluido o incluido teniendo en cuenta los miembros del contexto social donde deseara interactuar. Al mencionar el factor de riesgo proximal se está dando a conocer que el sujeto se encuentra experimentando directamente el factor de riesgo, es decir lo vive directamente, para entender mejor se tomara en cuenta el ejemplo anterior de la familia monoparental, para ser concisos el sujeto será uno de los hijos el cual experimentara directamente los factores de riesgo desencadenados por el factor divorcio. El riesgo distal se encuentra relacionado e influye en los riesgos proximales, esto nos quiere decir que el riesgo distal da como resultado los riesgos proximales por que se encuentra el nivel macro comunitario en lo referente a un país viene a ser las personas que se encuentran en el poder político, económico y social, en donde las decisiones que tomen afectaran a todas la persona que se encuentren en el país, hay que tener en cuenta también la ubicación geográfica del individuo, tomando nuevamente el ejemplo de la familia monoparental por divorcio se podría mencionar que en el lapso de tiempo de separación los gobernantes del país dieron a conocer que el país ha entrado en un estado de recesión económica por la mala administración de gobernantes anteriores, este acontecimiento disminuye los empleos e incluso los salarios, esto afecta a todos quienes se encuentran en el país en el caso del ejemplo el tutor de los niños no tiene la estabilidad económica para solventar las necesidades básicas. Si nos referimos a los hitos y tareas en el desarrollo de los individuos estamos tomando en cuenta el desarrollo evolutivo que debe cumplir el sujeto, esto nos quiere decir que a determinada edad debe cumplir determinadas tareas, eso se podría denominar un proceso de desarrollo evolutivo normal como el aprender a caminar el control de esfínteres el aprendizaje de la lectura y escritura entre otras actividades (Rodríguez, 2015).

En el momento que se toma en cuenta los factores protectores Aguilar y Acle-Tomasini (2012) dan a entender que son elementos que velaran por la protección y desarrollo del niño en su transcurso de su vida, hay que tener en cuenta que en el desarrollo del sujeto se integraran ciertas características las cuales van a ser dadas por las experiencias y el medio en donde interactúe, se puede tomar en cuenta; características del niño, características familiares, características de la comunidad y el desarrollo en escuela, por último se puede mencionar que el sujeto siempre va a estar inmerso en un sinnúmero de situaciones es ahí donde las características que sean nombrado se irán desarrollando. Las principales características que va a tener el niño son las capacidades cognitivas, la resolución de problemas y el funcionamiento ejecutivo, a su vez se integra la capacidad de adaptación social dando como resultado una habilidad para crear y mantener relaciones sociales, se toma en cuenta como punto base la autoestima y la autoeficacia ya mencionadas anteriormente en la inteligencia emocional. Otro de los factores protectores son las características valoradas por la sociedad es muy importante que el niño joven o adulto se sienta valorado por la comunidad es todo un sentimiento de aceptación lo cual va a dar una perspectiva positiva de la vida y una capacidad para darle sentido a la vida en un minuto que se establece esto también viene de la mano el poder establecer metas y expectativas realistas estas metas y expectativas realistas dan a conocer la perseverancia que va a tener el sujeto en torno a llegar a la meta esta perseverancia nos dará la oportunidad de seguir adelante esto mientras se pueda ayudar a los demás sin tener una actitud egocéntrica aprendiendo tanto del éxito como del fracaso. En cuanto al entorno familiar, dichas características establecen que el ambiente que va a existir en el contexto parental, debe ser adecuado el sentirse querido y cuidado por la familia, sin dejar de lado el establecer normas y límites para su diario vivir, teniendo también una inclusión positiva con las relaciones con la familia extensa, se toma muy en consideración el nivel académico de los padres para tener una perspectiva del valor que le dan a la educación. Una de las bases fundamentales en el desarrollo del sujeto es la escuela, ya que es en donde va a integrar los primeros conocimientos académicos, ahí donde los padres siempre buscan que todo profesor que imparta alguna materia a sus hijos sea competente y tenga excelentes referencias, incluyendo que la infraestructura

escolar sea la adecuada para que el niño se sienta a gusto en el momento de estudiar y cumplir con las necesidades especiales que requiera para que pueda generar un aprendizaje (Aguilar y Acle-Tomasini, 2012).

## **CAPITULO II**

### **METODOLOGÍA**

La presente investigación estará orientada por el paradigma crítico propositivo ya que al ser mencionada la manera en cómo influye la inteligencia emocional en la resiliencia de adolescentes se busca cumplir con el propósito de formular opciones de solución al presente problema de estudio.

También, tendrá un carácter cualitativo y cuantitativo, cualitativo porque se utilizarán métodos de observación, guiadas en la formulación y comprobación de hipótesis. El enfoque cuantitativo se refiere a la utilización de instrumentos psicológicos de carácter psicométricos que permitirán la obtención de resultados numéricos que puede utilizarse a nivel estadístico.

Por otro lado la modalidad de la investigación es de tipo bibliográfica documental por la utilización de varios enfoques teorías y contribuciones científicas tomadas de libros, revistas, artículos; relacionadas con el tema, y se constituyen en fuentes bibliográficas, también se presentara una metodología de campo, ya que se realizó un acercamiento directo a los niños, niñas, adolescentes y personal de la institución encargados de los mismos facilitando datos significativos para la verificación de la hipótesis planteada en el presente trabajo, donde se cumplió con la exploración y recolección de información de datos que permiten hacerlo descriptivo para llegar a conocer las situaciones, costumbres, y actitudes predominantes de las actividades, con la finalidad de identificar las relaciones que existen entre las variables.

El tipo de investigación es no probabilístico ya que de la población establecida de 100 adolescentes, se tomó en cuenta una muestra de 31 participantes ya que en su totalidad no cumplían con los siguientes criterios; la edad cronológica,

edad mental y la asistencia a la institución, para que se pueda aplicar los reactivos de cada variable y ser tomados en cuenta como parte de la muestra dejando un total de 31 adolescentes entre hombres y mujeres.

**Tabla 1. Población evaluada de la Fundación Don Bosco Fase 1**

Adolescentes	Frecuencia	Porcentaje
Hombres	12	39%
Mujeres	19	61%
<b>Total</b>	<b>31</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Investigación.

**Elaborado por:** El Investigador.

**Gráfico 1. Población acorde al Género**



**Fuente:** Investigación.

**Elaborado por:** El Investigador.

## **Descripción de los Instrumentos de investigación**

### **Test Inteligencia Emocional**

El TMMS-23 es el resultado de la adaptación española del TMMS-24 para población adolescente, de igual forma que sus predecesoras tanto la versión original inglesa como la adaptación española está compuesta por tres dimensiones diferentes estas son; atención emocional, claridad emocional y reparación de las emociones. La administración del test puede ser individual o colectiva, la edad de aplicación va desde los 12 a 17 años de edad, la duración aproximada es de 5 a 7 minutos. Para corregir y obtener una puntuación en cada uno de los factores, se suman los ítems del 1 al 8 para el componente atención emocional, los ítems del 9 al 16 para el componente claridad emocional y del 17 al 24 para el componente reparación de las emociones. Se muestran los puntos de corte para hombres y mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos.

Considerando los tres componentes y tomando en consideración la atención emocional se la puede con la dimensión denominada poco que significa que existe la ausencia significativa de comprensión y regulación de las emociones por lo cual no se puede acceder a la información emocional que estas nos proporcionan, también se considera la dimensión adecuada que hace referencia a que existe el acompañamiento de regulación y comprensión emocional lo que facilita la utilización de la información obtenida de sus emociones y por última dimensión se encuentra demasiada la cual se asocia con la presencia de problemas emocionales y tendencia a sentirse abrumado por sus emociones. En la claridad emocional se da una valoración similar donde poco se refiere a que existe la ausencia significativa de identificación, descripción y el hacer referencia de las emociones, por otro lado adecuada significa que utiliza más recursos cognitivos para identificar, describir y hacer referencia de las emociones creando estrategias de afrontamiento por medio de la información emocional y por ultimo excelente donde el adolescente utiliza menos recursos cognitivos ya que posee la habilidad para identificar, describir y hacer referencia de las emociones, dando como resultado estrategias de afrontamiento efectivas como alternativas de acción. El ultimo componente de la



reparación emocional se establece con poco que se asocia con la presencia continua de emociones negativas que afectan de forma directa a la salud mental, por otro lado adecuada hace referencia a la necesidad de usar técnicas específicas de regulación para la mantención e incremento de emociones positivas y por ultimo excelente que se asocia con el bienestar psicológico y ajuste social ya que mantiene e incrementa el ánimo positivo reduciendo así las emociones negativas para modular la respuesta emocional. En lo referente a la confiabilidad y la consistencia interna de cada una de las dimensiones fue establecida mediante el coeficiente de alfa de Cronbach, donde lo valores de cada componente fueron de 0.84, 0.82 y 0.81 los cuales permitieron llegar a la conclusión que la consistencia interna en todas las dimensiones sobrepasaron el punto de corte de 0.75 lo cual es aceptado para instrumentos relacionados con ciencias de la salud. En la validez el análisis de las propiedades psicométricas y la elaboración de baremos de la versión reducida del TMMS para la población adolescente se llevaron a cabo con una muestra de 1497 adolescentes todos ellos pertenecientes a diversos centros de enseñanza de secundaria de la provincia de Málaga, donde se dividió por sexo y edad, con el fin de examinar la dimensionalidad de la escala la cual se llevó a cabo el análisis de componentes principales con la rotación Varimax antes de realizar el estudio, se calcularon la medida de adecuación en la muestra de Kaiser-Meyer-Olkin y el test específicamente de Bartlett donde arrojó un valor igual a 0.90 el cual resultó estadísticamente significativo concluyendo que el análisis de componentes principales resultaba pertinente (Balluerka, 2011).

### **Test de Resiliencia JJ63**

El autor del test es Julio Alfredo Jaramillo Oyervide, dicho instrumento denominado JJ63, es un test de Resiliencia que mide el grado de formas de afrontamiento que utilizan los adolescentes basados en 9 variables; funcionalidad familiar, autoestima, asertividad, impulsividad, afectividad, adaptabilidad a situaciones nuevas, tareas adolescentes, creatividad, capacidad de pensamiento crítico y como consecuente posee un puntaje total que es la sumatoria de los 9 variables ya mencionadas. El Test de resiliencia JJ63 consiste en una serie de

situaciones que puede experimentar o no el adolescente, en relación al contexto donde se encuentra y como lo interioriza, obteniendo un total de 63 ítems, respectivamente con 7 preguntas en cada una de las 9 variables que mide el instrumento, existe la sumatoria total donde se considera la resiliencia con los siguientes valores; de 315 a 253 puntos es resiliente donde el adolescente tiene capacidad de sobreponerse, adaptarse y recuperarse con éxito frente a una adversidad, de 252 a 190 puntos es moderadamente resiliente donde se menciona que existe la capacidad de sobreponerse, adaptarse y recuperarse con éxito frente a una adversidad pero con cierto grado de dificultad, y de 189 a 126 puntos levemente resiliente donde se menciona que existe poca o casi nula la capacidad de sobreponerse a una situación adversa a la que un individuo la superaría con normalidad. En lo referente a la confiabilidad del reactivo inicialmente se contaba con 10 ítems, el décimo denominado roles el mismo que en el primer análisis de datos realizado en Epi Dat 3.1 el ítem Roles resultó innecesario ya que se obtuvo 0.7827 y fue quitado del test, de esta manera mejoró el índice Alfa de Cronbach a 0.8103. Para la validez el instrumento fue aplicado en el Colegio Técnico Salesiano del Cantón Cuenca, Provincia del Azuay, donde la población era de 1891 estudiantes matriculados para el año lectivo 2009 – 2010, se utilizó el Programa Epi Info para seleccionar aleatoriamente 30 estudiantes entre los 10-19 años de edad (Jaramillo Julio 2010).

### **Procedimientos para obtención y análisis de datos**

Como primer punto a tomar en consideración se acudió al centro en donde hubo el primer contacto, donde se realizó conjuntamente con la coordinación con las autoridades de la Fundación Proyecto Don Bosco fase 1 con respecto a la aproximación a los adolescentes para que se pueda llevar a cabo la respectiva evaluación psicológica, cabe recalcar que para el proceso de la investigación se usó un consentimiento institucional, además se podrá indagar mayor información y se podrá conocer la parte de su realidad y diario vivir, después como segundo procedimiento se planificara previamente los tiempos y fechas de la aplicación de los reactivos psicológicos para la recolección de información de cada variable, del

mismo modo se pudo especificar y adecuar el área donde se dará el proceso de aplicación muestre un ambiente adecuado sin ningún tipo de distractor externo que distorsione la información. Por último se tuvo el segundo encuentro en donde específicamente se realizará la aplicación en los tiempos y fechas establecidos.

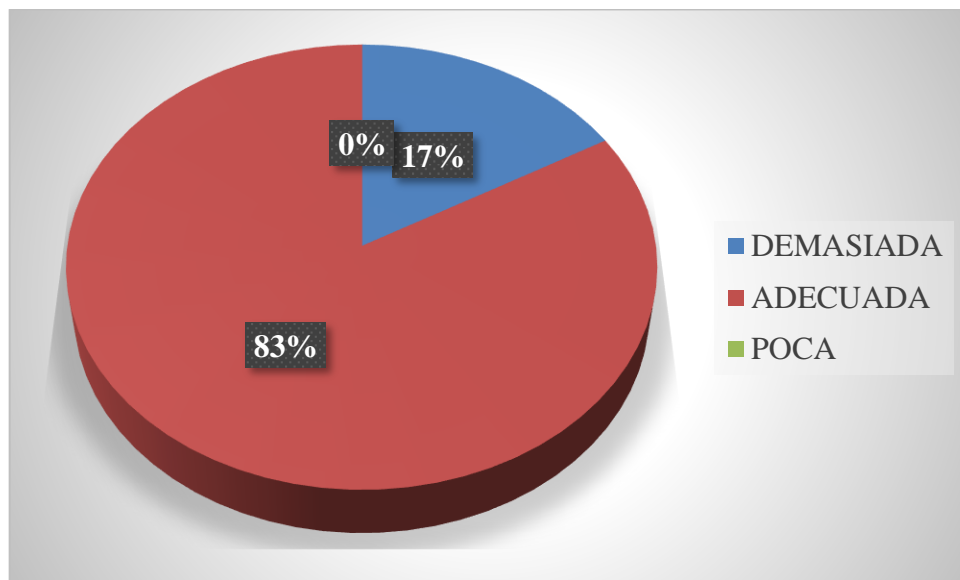
**CAPITULO III**  
**ANÁLISIS DE RESULTADOS**  
**INTELIGENCIA EMOCIONAL**

**Tabla 2.** Atención Emocional- Hombres

<b>ATENCIÓN EMOCIONAL- HOMBRES</b>			
<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Demasiada</b>	2	0,17	16,67 %
<b>Adecuada</b>	10	0,83	83,33 %
<b>Poca</b>	0	0	0
<b>Total</b>	12	1,00	100 %

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** Investigación de campo



**Gráfico 2.** Atención emocional- hombres

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** El TMMS-23

### Análisis e interpretación

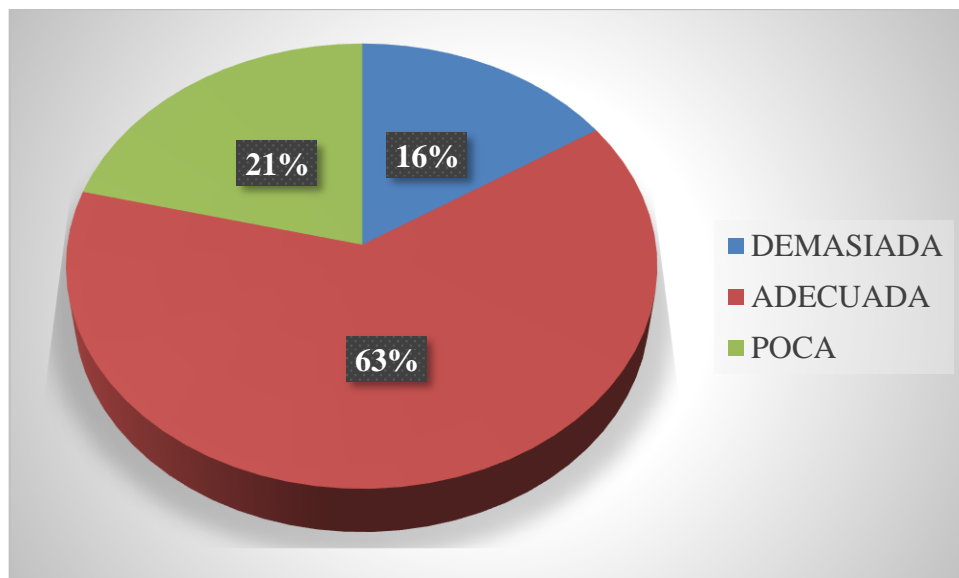
De los datos obtenidos del componente de atención emocional, se evidencio que la mayor parte de la muestra presentan una adecuada AE, esto indica que en los adolescentes evaluados existe el acompañamiento, la regulación y comprensión emocional, lo que facilita la utilización de la información obtenida de sus emociones, siendo así la dimensión con más frecuencia, por otro lado poco menos de la quinta parte de los adolescentes evaluados puntuaron con demasiada atención emocional, esto se asocia con la presencia de problemas emocionales y tendencia a sentirse abrumado.

**Tabla 3.** Atención Emocional- Mujeres

ATENCIÓN EMOCIONAL- MUJERES			
Alternativas	Frecuencia Absoluta	Frecuencia relativa	Porcentaje
Demasiada	3	0,16	15,79 %
Adecuada	12	0,63	63,16 %
Poca	4	0,21	21,05 %
Total	19	1,00	100 %

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Investigación de campo



**Gráfico 3.** Atención emocional- mujeres

Elaborado por: El Investigador

Fuente: El TMMS-23

## **Análisis e interpretación**

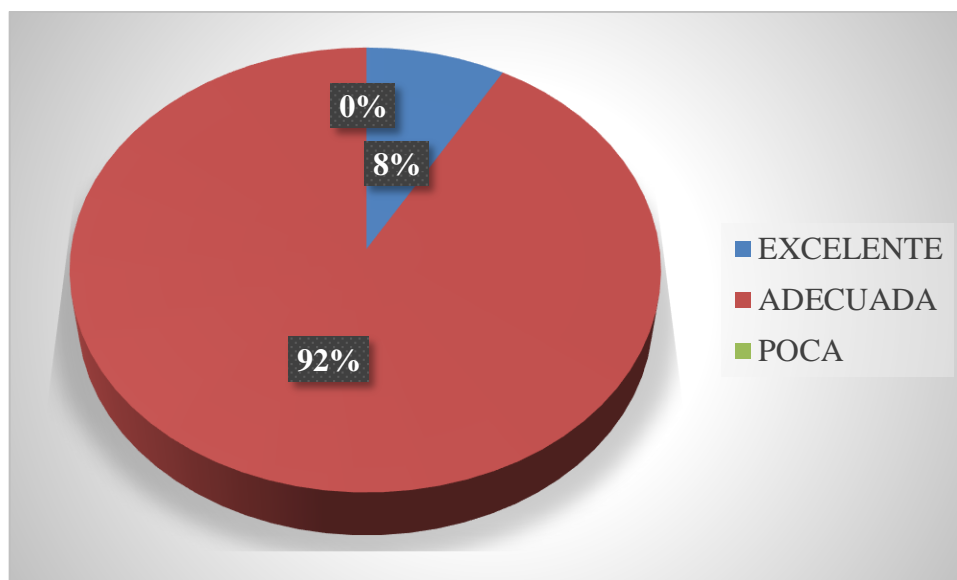
En lo referente a la atención emocional, de la muestra evaluada, en este caso mujeres, se encontró que poco más de las dos terceras partes puntuaron como adecuada, esto indica que en las adolescentes existe el acompañamiento de regulación y comprensión emocional, lo que facilita la utilización de la información obtenida de sus emociones, siendo esta la dimensión con más frecuencia, por otro lado un poco más de la quinta parte de las evaluadas presentaron poca AE, esto nos indica la ausencia significativa de la comprensión y regulación de las emociones, por lo cual no podrán acceder a la información emocional que estas proporcionan, por último meno de una quinta parte de las participantes resultaron con demasiada A.E lo que se asocia con la presencia de problemas emocionales y tendencia a sentirse abrumado por sus emociones.

**Tabla 4.** Claridad Emocional-Hombres

<b>CLARIDAD EMOCIONAL-HOMBRES</b>			
<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Excelente</b>	1	0,08	8,33 %
<b>Adecuada</b>	11	0,92	91,67 %
<b>Poca</b>	0	-	-
<b>Total</b>	12	1,00	100 %

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** Investigación de campo



**Gráfico 4.** Claridad Emocional-Hombres

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** El TMMS-23

### **Análisis e interpretación**

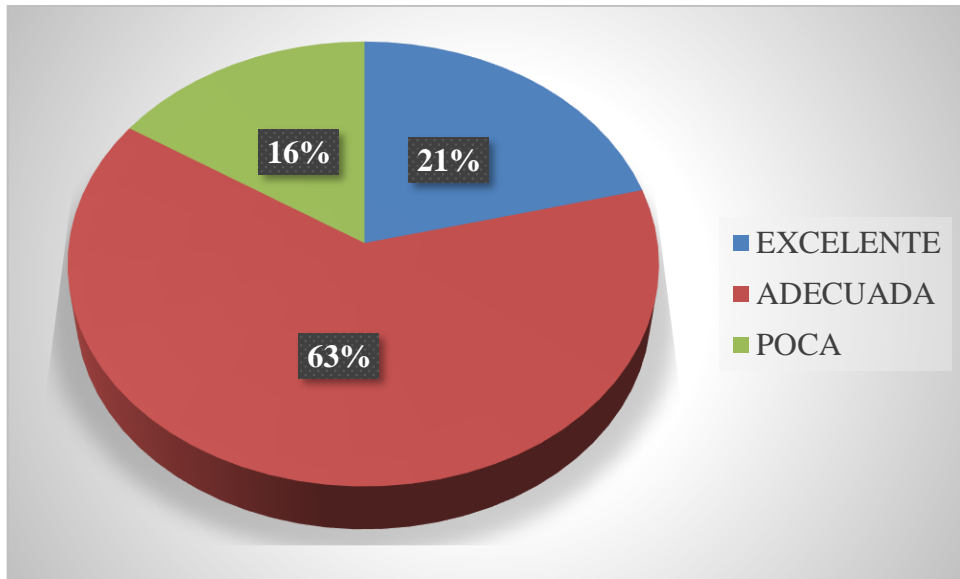
En lo referente a la claridad emocional, la mayoría de los participantes puntuaron en una adecuada CE, que significa, que utilizan más recursos cognitivos para identificar, describir y hacer referencia de las emociones creando estrategias de afrontamiento por medio de la información emocional, siendo así la dimensión con más frecuencia, por otro lado menos de la décima parte de los hombre poseen una excelente CE lo que nos indica que utilizan menos recursos cognitivos, ya que posee la habilidad para identificar, describir y hacer referencia de las emociones, dando como resultado estrategias de afrontamiento efectivas como alternativas de acción.

**Tabla 5.** Claridad Emocional-Mujeres

<b>CLARIDAD EMOCIONAL-MUJERES</b>			
<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Excelente</b>	4	0,21	21,05 %
<b>Adecuada</b>	12	0,63	63,16 %
<b>Poca</b>	3	0,16	15,79 %
<b>Total</b>	19	1,00	100 %

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** Investigación de campo



**Gráfico 5.** Claridad Emocional-Mujeres  
**Elaborado por:** El Investigador  
**Fuente:** El TMMS-23

### **Análisis e interpretación**

En componente de claridad emocional poco menos de las dos terceras partes de las mujeres puntuaron con adecuada CE, que significa que utilizan más recursos cognitivos para identificar, describir y hacer referencia de las emociones creando estrategias de afrontamiento por medio de la información emocional, siendo así la dimensión con más frecuencia de este componente, por otro lado más de una quinta parte de las adolescentes poseen una excelente claridad emocional lo que nos indica que utilizan menos recursos cognitivos, ya que posee la habilidad para identificar, describir y hacer referencia de las emociones, dando como resultado estrategias de afrontamiento efectivas como alternativas de acción, por último menos de la quinta parte de las evaluadas poseen poca CE esto indica que existe la ausencia significativa de identificación, descripción y el hacer referencia de las emociones.

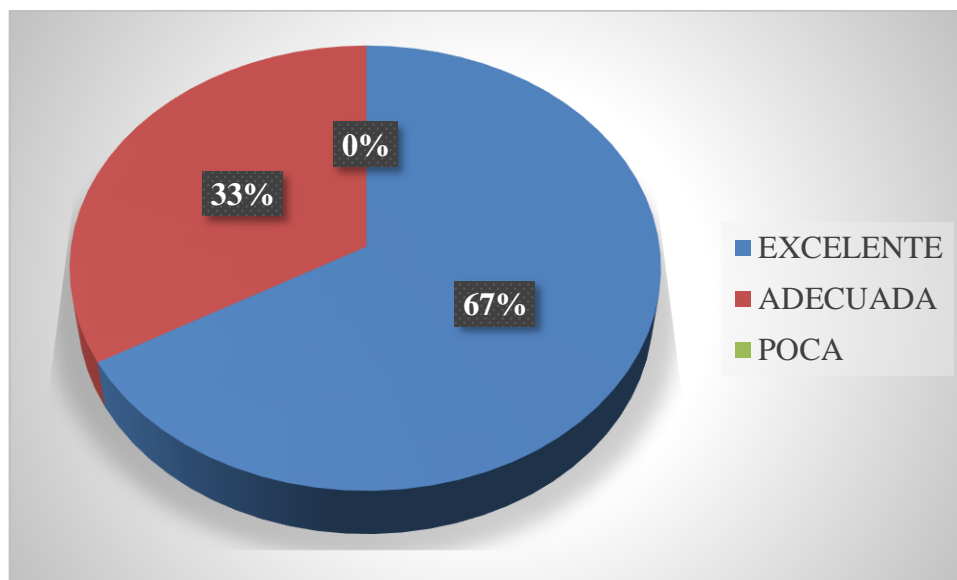


**Tabla 6.** Reparación De Las Emociones-Hombres

<b>REPARACIÓN DE LAS EMOCIONES-HOMBRES</b>			
<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Excelente</b>	8	0,67	66,67 %
<b>Adecuada</b>	4	0,33	33,33 %
<b>Poca</b>	0	-	-
<b>Total</b>	12	1	100 %

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** Investigación de campo



**Gráfico 6.** Reparación De Las Emociones-Hombres

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** El TMMS-23

### **Análisis e interpretación**

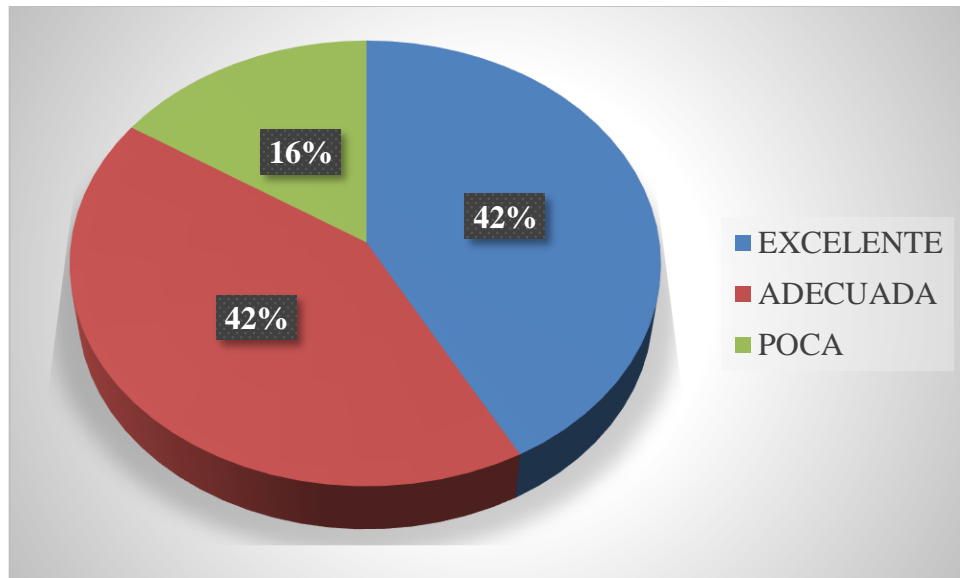
En lo que respecta a la reparación de las emociones más de las dos terceras partes de los hombre puntuaron con una excelente R.E, esto se asocia con el bienestar psicológico y ajuste social ya que mantiene e incrementa el ánimo positivo reduciendo así las emociones negativas para modular la respuesta emocional, siendo así la dimensión con más frecuencia, por otro lado menos de una tercera parte de los participantes poseen una adecuada R.E, lo que significa, que tienen la

necesidad de usar técnicas específicas de regulación para la mantención e incremento de emociones positivas.

**Tabla 7.** Reparación De Las Emociones-Mujeres

<b>REPARACIÓN DE LAS EMOCIONES-MUJERES</b>			
<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Excelente</b>	8	0,42	42,11 %
<b>Adecuada</b>	8	0,42	42,11 %
<b>Poca</b>	3	0,16	15,79 %
<b>Total</b>	19	1	100 %

**Elaborado por:** El Investigador  
**Fuente:** Investigación de campo



**Gráfico 7.** Reparación De Las Emociones-Mujeres

**Elaborado por:** El Investigador  
**Fuente:** El TMMS-23

### **Análisis e interpretación**

Del total de las evaluadas en reparación emocional poco más de las dos quintas partes puntuaron con excelente R.E, esto se asocia con el bienestar psicológico y ajuste social ya que mantiene e incrementa el ánimo positivo reduciendo así las emociones negativas para modular la respuesta emocional, por otro lado coincidiendo con poco más de las dos quintas partes de las adolescentes poseen una adecuada R.E, lo que significa, que tienen la necesidad de usar técnicas

específicas de regulación para la mantención e incremento de emociones positivas, por ultimo menos de la quinta parte de las mujeres presentaron poca reparación de las emociones lo que significa la presencia continua de emociones negativas que afectan de forma directa a la salud mental.

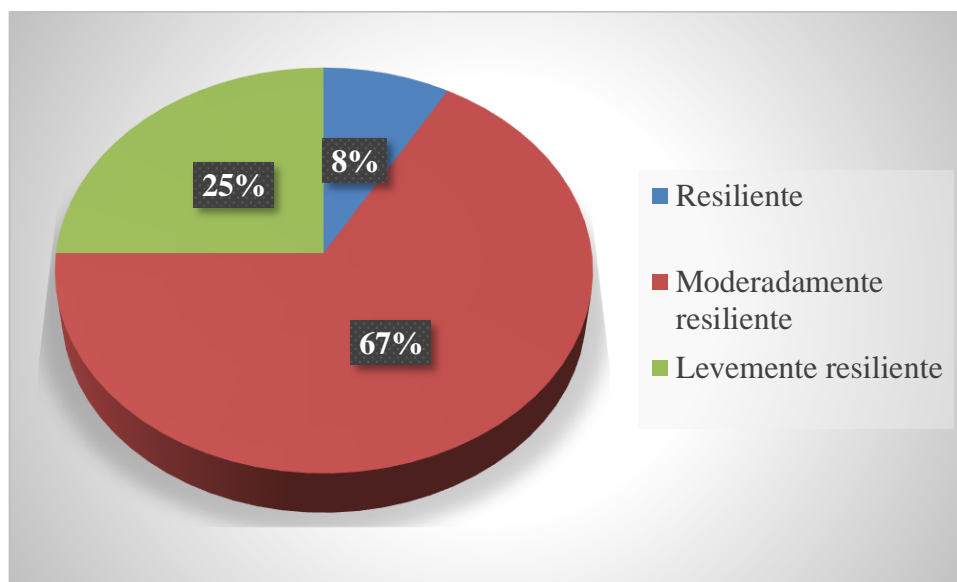
## RESILIENCIA

**Tabla 8.** Resiliencia- Hombres

<b>RESILIENCIA-HOMBRES</b>			
<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
	<b>Absoluta</b>	<b>relativa</b>	
<b>Resiliente</b>	1	0,08	8,33 %
<b>Moderadamente resiliente</b>	8	0,67	66,67 %
<b>Levemente resiliente</b>	3	0,25	25,00 %
<b>Total</b>	12	1	100 %

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** Investigación de campo



**Gráfico 8.** Resiliencia-Hombres

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** JJ 63 Resiliencia.

## **Análisis e interpretación**

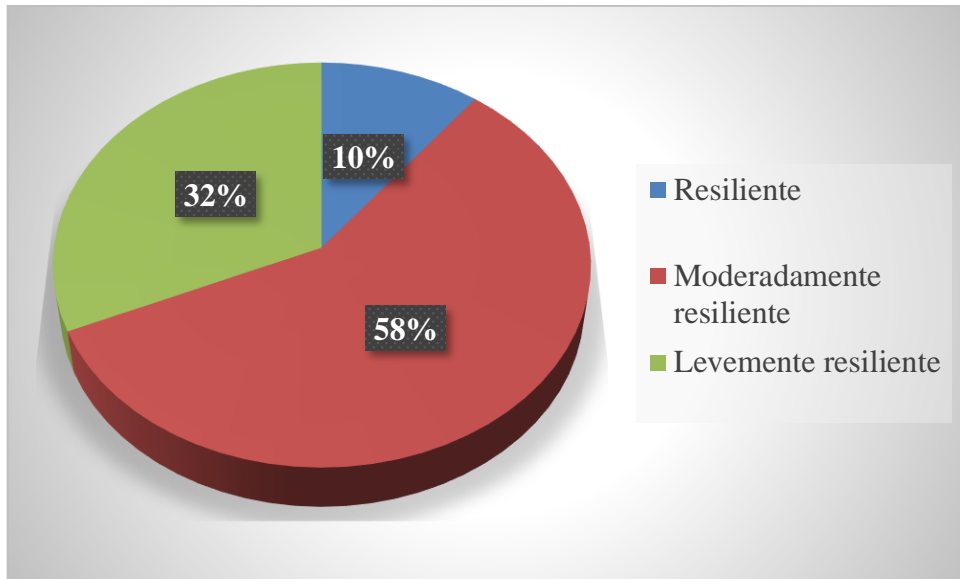
Los resultados obtenidos en la investigación, demostraron que más de las dos terceras partes de los adolescentes presentan una actitud moderadamente resiliente, lo que quiere decir que existe la capacidad de sobreponerse, adaptarse y recuperarse con éxito frente una adversidad pero con cierto grado de dificultad, siendo así la dimensión representativa, por otro lado una cuarta parte de los evaluados puntuaron con levemente resiliente lo que indica, que existe poca o casi nula la capacidad de sobreponerse a una situación adversa a la que un individuo la superaría con normalidad, por ultimo menos de un décimo de los hombres presentan una actitud resiliente, es decir que poseen la capacidad de sobreponerse, adaptarse y recuperarse con éxito frente una adversidad.

**Tabla 9.** Resiliencia-Mujeres

<b>RESILIENCIA-MUJERES</b>			
<b>Alternativas</b>	<b>Frecuencia Absoluta</b>	<b>Frecuencia relativa</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Resiliente</b>	2	0,11	10,53 %
<b>Moderadamente Resiliente</b>	11	0,58	57,89 %
<b>Levemente Resiliente</b>	6	0,32	31,58 %
<b>Total</b>	19	1	100 %

**Elaborado por:** El Investigador

**Fuente:** Investigación de campo



**Gráfico 9.** Resiliencia-Mujeres  
**Elaborado por:** El Investigador  
**Fuente:** JJ 63 Resiliencia.

### **Análisis e interpretación**

Los resultados obtenidos en la investigación, demostraron menos de las tres quintas partes de las evaluadas puntuaron con moderadamente resiliente, lo que quiere decir que existe la capacidad de sobreponerse, adaptarse y recuperarse con éxito frente una adversidad pero con cierto grado de dificultad, siendo así la dimensión más representativa, por otro lado menos de las dos terceras partes de las evaluadas puntuaron con levemente resiliente lo que indica, que existe poca o casi nula la capacidad de sobreponerse a una situación adversa a la que un individuo la superaría con normalidad, por último la décima parte de las mujeres presentan una actitud resiliente, es decir que poseen la capacidad de sobreponerse, adaptarse y recuperarse con éxito frente una adversidad.

**Tabla 10.** Frecuencias Observadas.

<b>Atención</b>	<b>Resiliencia</b>			<b>Total</b>
	<b>Resiliente</b>	<b>Moderadamente</b>	<b>Levemente</b>	
<b>Emocional</b>		<b>Resiliente</b>	<b>Resiliente</b>	
<b>Demasiado</b>	0	2	0	2
<b>Adecuada</b>	1	6	3	10
<b>Poca</b>	0	0	0	0
<b>Total</b>	1	8	3	12

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

**Tabla 11.** Frecuencias Esperadas.

<b>Atención</b>	<b>Resiliencia</b>			<b>Total</b>
	<b>Resiliente</b>	<b>Moderadamente</b>	<b>Levemente</b>	
<b>Emocional</b>		<b>Resiliente</b>	<b>Resiliente</b>	
<b>Demasiado</b>	0,17	1,33	0,50	2
<b>Adecuada</b>	0,83	6,67	2,50	10
<b>Poca</b>	0	0	0	0
<b>Total</b>	1	8	3	12

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

## CÁLCULO DEL CHI CUADRADO

Tabla 12. Calculo del Chi Cuadrado.

	FO	FE	FO-FE	(FO-FE) <sup>2</sup>	(FO-FE) <sup>2</sup> /FE
<b>D-R</b>	0	0,17	-0,17	0,03	0,17
<b>A-R</b>	1	0,83	0,17	0,03	0,03
<b>P-R</b>	0	0	0	0	0,00
<b>D-M</b>	2	1,33	0,67	0,45	0,34
<b>A-M</b>	6	6,67	-0,67	0,45	0,07
<b>P-M</b>	0	0	0	0	0,00
<b>D-L</b>	0	0,50	-0,50	0,25	0,50
<b>A-L</b>	3	2,25	0,75	0,56	0,25
<b>P-L</b>	0	0	0	0	0,00
<b>TOTAL</b>					<b>1,36</b>

Elaborado por: El Investigador.

Fuente: Procesamiento estadístico de datos.

### Grados de Libertad

$$GL=(F-1) (C-1)$$

$$(3-1) (3-1)$$

$$(2)(2)$$

$$4= 9,48$$

### Decisión

Considerando los valores obtenidos en el cálculo del chi cuadrado se determina que la Hipótesis Alternativa (Hi) se rechaza, debido a que  $X^2$  experimental 1,36 es menor que  $X^2$  critico 9,48 y la Hipótesis Nula (Ho) se acepta, por lo tanto, se concluye que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica en los adolescentes de la fundación Don Bosco fase 1.

**Tabla 13.** Frecuencias Observadas.

<b>Atención</b>	<b>Resiliencia</b>			<b>Total</b>
	<b>Resiliente</b>	<b>Moderadamente</b>	<b>Levemente</b>	
<b>Emocional</b>		<b>Resiliente</b>	<b>Resiliente</b>	
<b>Demasiado</b>	0	3	0	3
<b>Adecuada</b>	2	7	3	12
<b>Poca</b>	0	1	3	4
<b>Total</b>	2	11	6	19

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

**Tabla 14.** Frecuencias Esperadas.

<b>Atención</b>	<b>Resiliencia</b>			<b>Total</b>
	<b>Resiliente</b>	<b>Moderadamente</b>	<b>Levemente</b>	
<b>Emocional</b>		<b>Resiliente</b>	<b>Resiliente</b>	
<b>Demasiado</b>	0,32	1,74	0,95	3
<b>Adecuada</b>	1,26	6,95	3,79	12
<b>Poca</b>	0,42	2,32	1,26	4
<b>Total</b>	2	11	6	19

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.



## CÁLCULO DEL CHI CUADRADO

Tabla 15. Calculo del Chi Cuadrado.

	FO	FE	FO-FE	(FO-FE) <sup>2</sup>	(FO-FE) <sup>2</sup> /FE
<b>D-R</b>	0	0,32	-0,32	0,10	0,32
<b>A-R</b>	2	1,26	0,74	0,55	0,43
<b>P-R</b>	0	0,42	-0,42	0,18	0,42
<b>D-M</b>	3	1,74	1,26	1,59	0,91
<b>A-M</b>	7	6,95	0,05	0,00	0,00
<b>P-M</b>	1	2,32	-1,32	1,74	0,75
<b>D-L</b>	0	0,95	-0,95	0,90	0,95
<b>A-L</b>	3	3,79	-0,79	0,62	0,16
<b>P-L</b>	3	1,26	1,74	3,03	2,40
<b>TOTAL</b>					<b>6,36</b>

Elaborado por: El Investigador.

Fuente: Procesamiento estadístico de datos.

### Grados de Libertad

$$GL=(F-1) (C-1)$$

$$(3-1) (3-1)$$

$$(2)(2)$$

$$4= 9,48$$

### Decisión

Considerando los valores obtenidos en el cálculo del chi cuadrado se determina que la Hipótesis Alternativa (Hi) se rechaza, debido a que  $X^2$  experimental 6,36 es menor que  $X^2$  crítico 9,48 y la Hipótesis Nula (Ho) se acepta, por lo tanto, se concluye que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.

**Tabla 16.** Frecuencias Observadas.

<b>Claridad</b>	<b>Resiliencia</b>			<b>Total</b>
	<b>Resiliente</b>	<b>Moderadamente</b>	<b>Levemente</b>	
<b>Emocional</b>		<b>Resiliente</b>	<b>Resiliente</b>	
<b>Excelente</b>	0	1	0	1
<b>Adecuada</b>	1	7	3	11
<b>Poca</b>	0	0	0	0
<b>Total</b>	1	8	3	12

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

**Tabla 17.** Frecuencias Esperadas.

<b>Claridad</b>	<b>Resiliencia</b>			<b>Total</b>
	<b>Resiliente</b>	<b>Moderadamente</b>	<b>Levemente</b>	
<b>Emocional</b>		<b>Resiliente</b>	<b>Resiliente</b>	
<b>Excelente</b>	0,08	0,67	0,25	1
<b>Adecuada</b>	0,92	7,33	2,75	11
<b>Poca</b>	0	0	0	0
<b>Total</b>	1	8	3	12

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

## CÁLCULO DEL CHI CUADRADO

**Tabla 18.** Calculo del Chi Cuadrado.

	FO	FE	FO-FE	(FO-FE) <sup>2</sup>	(FO-FE) <sup>2</sup> /FE
<b>D-R</b>	0	0,08	-0,08	0,01	0,08
<b>A-R</b>	1	0,92	0,08	0,01	0,01
<b>P-R</b>	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>D-M</b>	1	0,67	0,33	0,11	0,16
<b>A-M</b>	7	7,33	-0,33	0,11	0,01
<b>P-M</b>	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>D-L</b>	0	0,25	-0,25	0,06	0,25
<b>A-L</b>	3	2,75	0,25	0,06	0,02
<b>P-L</b>	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>TOTAL</b>					<b>0,54</b>

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

### Grados de Libertad

$$GL=(F-1) (C-1)$$

$$(3-1) (3-1)$$

$$(2)(2)$$

$$4= 9,48$$

### Decisión

Considerando los valores obtenidos en el cálculo del chi cuadrado se determina que la Hipótesis Alternativa (Hi) se rechaza, debido a que  $X^2$  experimental 0,54 es menor que  $X^2$  critico 9,48 y la Hipótesis Nula (Ho) se acepta, por lo tanto, se concluye que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.

**Tabla 19.** Frecuencias Observadas.

<b>Claridad</b>	<b>Resiliencia</b>			<b>Total</b>
	<b>Resiliente</b>	<b>Moderadamente</b>	<b>Levemente</b>	
<b>Emocional</b>		<b>Resiliente</b>	<b>Resiliente</b>	
<b>Excelente</b>	0	4	0	4
<b>Adecuada</b>	1	7	4	12
<b>Poca</b>	1	0	2	3
<b>Total</b>	2	11	6	19

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

**Tabla 20.** Frecuencias Esperadas.

<b>Claridad</b>	<b>Resiliencia</b>			<b>Total</b>
	<b>Resiliente</b>	<b>Moderadamente</b>	<b>Levemente</b>	
<b>Emocional</b>		<b>Resiliente</b>	<b>Resiliente</b>	
<b>Excelente</b>	0,42	2,32	1,26	4
<b>Adecuada</b>	1,26	6,95	3,79	12
<b>Poca</b>	0,32	1,74	0,95	3
<b>Total</b>	2	11	6	19

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

## CÁLCULO DEL CHI CUADRADO

**Tabla 21.** Calculo del Chi Cuadrado.

	FO	FE	FO-FE	(FO-FE) <sup>2</sup>	(FO-FE) <sup>2</sup> /FE
<b>D-R</b>	0	0,42	-0,42	0,18	0,42
<b>A-R</b>	1	1,26	-0,26	0,07	0,05
<b>P-R</b>	1	0,32	0,68	0,46	1,45
<b>D-M</b>	4	2,32	1,68	2,82	1,22
<b>A-M</b>	7	6,95	0,05	0,00	0,00
<b>P-M</b>	0	1,74	-1,74	3,03	1,74
<b>D-L</b>	0	1,26	-1,26	1,59	1,26
<b>A-L</b>	4	3,79	0,21	0,04	0,01
<b>P-L</b>	2	0,95	1,05	1,10	1,16
<b>TOTAL</b>					<b>7,31</b>

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

### Grados de Libertad

$$GL=(F-1) (C-1)$$

$$(3-1) (3-1)$$

$$(2)(2)$$

$$4= 9,48$$

### Decisión

Considerando los valores obtenidos en el cálculo del chi cuadrado se determina que la Hipótesis Alternativa (Hi) se rechaza, debido a que  $X^2$  experimental 7,31 es menor que  $X^2$  critico 9,48 y la Hipótesis Nula (Ho) se acepta, por lo tanto, se concluye que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.

**Tabla 22.** Frecuencias Observadas.

Reparación de las Emociones	Resiliencia			Total
	Resiliente	Moderadamente Resiliente	Levemente Resiliente	
Excelente	1	7	0	8
Adecuada	0	1	3	4
Poca	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>12</b>

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

**Tabla 23.** Frecuencias Esperadas.

Reparación de las Emociones	Resiliencia			Total
	Resiliente	Moderadamente Resiliente	Levemente Resiliente	
Excelente	0,67	5,33	2,00	8
Adecuada	0,33	2,67	1,00	4
Poca	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>8,00</b>	<b>3</b>	<b>12</b>

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

## CÁLCULO DEL CHI CUADRADO

Tabla 24. Calculo del Chi Cuadrado.

	FO	FE	FO-FE	(FO-FE) <sup>2</sup>	(FO-FE) <sup>2</sup> /FE
<b>D-R</b>	1	0,67	0,33	0,11	0,16
<b>A-R</b>	0	0,33	-0,33	0,11	0,33
<b>P-R</b>	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>D-M</b>	7	5,33	1,67	2,79	0,52
<b>A-M</b>	1	2,67	-1,67	2,79	1,04
<b>P-M</b>	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>D-L</b>	0	2,00	-2,00	4,00	2,00
<b>A-L</b>	3	1,00	2,00	4,00	4,00
<b>P-L</b>	0	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>TOTAL</b>					<b>8,06</b>

Elaborado por: El Investigador.

Fuente: Procesamiento estadístico de datos.

### Grados de Libertad

$$GL=(F-1) (C-1)$$

$$(3-1) (3-1)$$

$$(2)(2)$$

$$4= 9,48$$

### Decisión

Considerando los valores obtenidos en el cálculo del chi cuadrado se determina que la Hipótesis Alternativa (Hi) se rechaza, debido a que  $X^2$  experimental 8,06 es menor que  $X^2$  critico 9,48 y la Hipótesis Nula (Ho) se acepta, por lo tanto, se concluye que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.

**Tabla 25.** Frecuencias Observadas.

Reparación de las Emociones	Resiliencia			Total
	Resiliente	Moderadamente Resiliente	Levemente Resiliente	
Excelente	0	7	1	8
Adecuada	2	3	3	8
Poca	0	1	2	3
<b>Total</b>	<b>2</b>	<b>11</b>	<b>6</b>	<b>19</b>

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

**Tabla 26.** Frecuencias Esperadas.

Reparación de las Emociones	Resiliencia			Total
	Resiliente	Moderadamente Resiliente	Levemente Resiliente	
Excelente	0,84	4,63	2,53	8
Adecuada	0,84	4,63	2,53	8
Poca	0,32	1,74	0,95	3
<b>Total</b>	<b>2</b>	<b>11</b>	<b>6</b>	<b>19</b>

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.



## CÁLCULO DEL CHI CUADRADO

Tabla 27. Calculo del Chi Cuadrado.

	FO	FE	FO-FE	(FO-FE) <sup>2</sup>	(FO-FE) <sup>2</sup> /FE
<b>D-R</b>	0	0,84	-0,84	0,71	0,84
<b>A-R</b>	2	0,84	1,16	1,35	1,60
<b>P-R</b>	0	0,32	-0,32	0,10	0,32
<b>D-M</b>	7	4,63	2,37	5,62	1,21
<b>A-M</b>	3	4,63	-1,63	2,66	0,57
<b>P-M</b>	1	1,74	-0,74	0,55	0,31
<b>D-L</b>	1	2,53	-1,53	2,34	0,93
<b>A-L</b>	3	2,53	0,47	0,22	0,09
<b>P-L</b>	2	0,95	1,05	1,10	1,16
<b>TOTAL</b>					<b>7,04</b>

Elaborado por: El Investigador.

Fuente: Procesamiento estadístico de datos.

### Grados de Libertad

$$GL=(F-1) (C-1)$$

$$(3-1) (3-1)$$

$$(2)(2)$$

$$4= 9,48$$

### Decisión general.

Considerando los valores obtenidos en el cálculo del chi cuadrado se determina que la Hipótesis Alternativa (Hi) se rechaza, debido a que  $X^2$  experimental 7,04 es menor que  $X^2$  critico 9,48 y la Hipótesis Nula (Ho) se acepta, por lo tanto, se concluye que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.

**Tabla 28.** Chi Cuadrado general.

<b>Cruces de variables</b>	<b>X<sup>2</sup></b>	
	X <sup>2</sup> Experimental	X <sup>2</sup> Critico
AE R H	1.36	9.48
AE R M	6.36	9.48
CE R H	0.54	9.48
CE R M	7.31	9.48
RE R H	8.86	9.48
RE R M	7.04	9.48

**Elaborado por:** El Investigador.

**Fuente:** Procesamiento estadístico de datos.

### **Decisión general**

Considerando los valores obtenidos en todos los cálculos del chi cuadrado se determina que la Hipótesis Alternativa (Hi) se rechaza, debido a que X<sup>2</sup> experimental es menor que X<sup>2</sup> critico 9,48 y la Hipótesis Nula (Ho) se acepta, por lo tanto, se concluye que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1.

## CAPÍTULO IV

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### CONCLUSIONES

1. Se identifica y comprueba desde el punto de vista estadístico en el cálculo de los diferentes cruces tanto en hombres como mujeres, que  $X^2$  experimental es menor que  $X^2$  crítico 9,48 como se puede ver en la tabla N° 27 Chi cuadrado general, por lo cual la Hipótesis Nula ( $H_0$ ) se acepta y se comprueba que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la fundación Don Bosco fase 1.
2. El componente más representativo es la claridad emocional, con los valores estadísticos en hombres de poco más de nueve décimos y mujeres con poco menos de las dos terceras partes, ubicándose en la dimensión de claridad emocional adecuada, que significa, que los participantes utilizan más recursos cognitivos para identificar, describir y hacer referencia de las emociones creando estrategias de afrontamiento por medio de la información emocional que estos obtienen, esto se puede evidenciar en: Tabla N°3: Claridad Emocional-Hombres, Grafico N°3:Claridad Emocional-Hombres, Tabla N°4: Claridad Emocional-Mujeres y Grafico N°4:Claridad Emocional-Mujeres.
3. El nivel de resiliencia, se encuentra con más de la mitad de la muestra en una actitud moderadamente resiliente tanto hombre como mujeres, lo que quiere decir que poseen la capacidad de sobreponerse, adaptarse y recuperarse con éxito frente una adversidad pero con cierto grado de dificultad, por otro lado menos de la décima parte en hombre y la décima parte en mujeres en un nivel resiliente, por último la cuarta parte de la muestra de hombres y menos de las dos terceras partes de mujeres se encuentran con un nivele levemente resiliente, lo que hace referencia a que existe poca o casi nula la capacidad de sobreponerse a una situación adversa

a la que un individuo la superaría con normalidad, esto se puede evidenciar en: Tabla N°7: Resiliencia- Hombres, Grafico N°7: Resiliencia- Hombres, Tabla N°8: Resiliencia- Mujeres y Grafico N°8: Resiliencia- Mujeres.

4. En base a todos los resultados obtenidos tomando en cuenta la realidad de la muestra, se pueden tener como base algunos aspectos de la inteligencia emocional conjuntamente con la capacidad de resiliencia para la mejora continua de los adolescentes de diferentes edades, enfocándose a la mejora y bienestar emocional que busque el equilibrio en su desenvolvimiento y manejo adecuado de las emociones frente a las situaciones estresantes que se generan en el diario convivir dentro de la fundación, por lo cual se propone cinco talleres direccionados a que los adolescentes mejore su inteligencia emocional.

## **RECOMENDACIONES**

Establecer otras investigaciones en relación a las variables investigadas, de manera conocer los diferentes factores que afecten para el desarrollo de la IE y la resiliencia psicológica.

Potenciar los componentes menos representativos de la IE, para lograr un equilibrio en la identificación y reconocimiento de las emociones que cada individuo pueda experimentar, logrando de esta forma un desarrollo y salud mental favorable.

Promocionar la resiliencia psicológica en los adolescentes, por medio de talleres, charlas y conferencias, ayudando a sobreponerse a situaciones problemáticas de una manera saludable.

Desarrollar talleres direccionados al mejoramiento de la inteligencia emocional y la resiliencia psicológica, con la finalidad identificar y reconocer emociones, de la misma manera fortalecer la sobreposición a un evento adverso o situación problemática de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase 1.

## DISCUSIÓN

Una vez que se ha culminado con todos los procesos de investigación dirigida a los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco Fase 1, respecto a las variables de inteligencia emocional y resiliencia se conoce que los rangos moderados de inteligencia emocional probablemente no están influenciando directamente en la capacidad de resiliencia que poseen los adolescentes que a pesar de sus resultados son poco significativos, las diversas técnicas psicológicas que permitirá generar cambios positivos, en ambas variables de estudio se dice que a nivel estadístico no muestra una correlación significativa pero en profundo análisis a nivel psicológico la ayuda inmediata que requiere los adolescentes es netamente en el desarrollo de habilidades emocionales, sociales que contribuya a una adecuada toma de decisiones y la capacidad de resiliencia ante las adversidades que presente conociendo al mismo rato la realidad que vive cada uno de los integrantes. Existe diferentes investigaciones parecidas en la cual se relacionan las dos variables de estudio que a pesar de no encontrar mayores dificultades en la Atención, claridad y recuperación emocional la capacidad de resiliencia es la que también se debe reforzar de alguna manera debido que las condiciones personales familiares, sociales o económicas marchan en contra donde la mayoría de veces enfrentan situaciones adversas se requiere del acompañamiento psicológico de manera continua como Echavarría (2012) en su investigación *“Estrategias de afrontamiento al estrés en relación con la inteligencia emocional en niños de 7 a 12 años de edad víctimas de desastre”*, concluye que existe una correlación estadísticamente significativa y a su vez positiva, tomando en cuenta que lo los participantes que consiguieron una puntuación alta en el cociente emocional tendrán la capacidad o preferencia de usar estrategias de afrontamiento al estrés, en relación a la presente investigación se toma en cuenta componente más representativo que es la claridad emocional en la dimensión adecuada, con los valores estadísticos en hombres del 92% y mujeres con el 63%, lo que significa que los participantes utilizan más recursos cognitivos para identificar, describir y hacer referencia de las emociones creando estrategias de afrontamiento por medio de la información emocional que estos obtienen, aun al no poseer una correlación estadística significativa entre las variables incluyen estrategias de afrontamiento

desde un componente emocional en este caso claridad emocional, otro aspecto a considerar es la población tanto la de Echavarría que son víctimas en desastre y del trabajo presente son provenientes a hogares disfuncionales, riesgo y con inicios de callejización, trabajo infantil, delincuencia juvenil, abuso sexual, delincuencia juvenil entre otras problemáticas sociales que la Fundación Don Bosco fase1 tiene como objetivo prevenir y proteger a los NNAs.

Así mismo Rodríguez y Velásquez (2017), en su investigación “*Los niveles de resiliencia que poseen los adolescentes de la Unidad Educativa Particular Liceo Americano Católico*”, donde el 92% de la población posee una capacidad resiliente, dicho esto se toma en consideración que la capacidad resiliente de los adolescente de la FPDB fase1 en relación a la muestra se encuentra; la mujeres con 58% y hombres con el 67%, entonces es evidente que para un adecuado desenvolvimiento en las diferentes esferas psicológicas como la personal social y educativa que son las principales en su formación se debe fomentar bases comportamentales a la vez tener plena conciencia de superar las adversidades que presenten donde se requiere específicamente la ayuda de un profesional de salud mental que mediante un trabajo multidisciplinario y un proceso continuo se pueda de alguna manera ayudar a superar tanto a niños y adolescentes en la modificación de sus acciones, pensamientos y emociones Por último se puede decir entonces que ambas variables tienen estrecha relación que de algún modo las dos deberán ser potenciadas las habilidades de cada integrante debido que a mayor inteligencia emocional para aceptar atender y recuperarse emocionalmente a la vez se pone en marcha que su capacidad de resiliencia será mayor debido a que la persona sabrá tomar adecuadas soluciones ante las dificultades que se presente y dependerá de cómo sea el manejo y reconocimiento emocional personal con la finalidad mantener el equilibrio de emociones y pensamientos siempre sean vistos de manera positiva cambiando sus creencias y pensamientos limitadores por aspectos que construyan al niño o adolescente.

## **CAPITULO V**

### **PROPUESTA**

#### **TEMA DE LA PROPUESTA**

Talleres de formación para la mejora de resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase I.

#### **JUSTIFICACIÓN**

Una vez concluida la presente investigación y con la obtención de datos estadísticos se pudo evidenciar que la inteligencia emocional no influye en la resiliencia psicológica, por otro lado se pudo evidenciar que gran parte de la muestra posee una resiliencia moderada, lo que hace referencia a la existencia de la capacidad de sobreponerse, adaptarse y recuperarse con éxito frente a una adversidad pero con cierto grado de dificultad, por lo cual es favorable el desarrollo de una intervención adecuada para fortalecer la resiliencia psicológica de los adolescentes de la FPDB fase 1.

#### **OBJETIVO GENERAL**

Desarrollar talleres que permitan mejorar la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase I.

#### **ESPECÍFICOS**

- Diseñar talleres con técnicas o actividades que permitan potenciar la resiliencia psicológica.
- Definir las actividades que permitan la práctica de la resiliencia psicológica.
- Valorar la propuesta considerando el alcance de la resiliencia psicológica de los adolescentes.

<b>Fase</b>	<b>Actividades</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Recursos</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
Logística.	Preparación del material y espacio adecuado.	Determinar el lugar donde se va a realizar los talleres a implementarse.	Recursos humanos Recursos materiales Espacio físico	1 hora	Investigador
Socialización.	Presentación sobre los talleres a tratar de resiliencia psicológica.	Generar interés acerca de los talleres a implementarse sobre resiliencia psicológica.	Recursos humanos Recursos materiales Espacio físico	1 hora	Investigador
<b>Taller 1</b> Conceptualización cognitiva de la problemática.	Identificar adversidades, eventos o situaciones problemáticas.	Establecer metas y posibles soluciones a las situaciones problemáticas.	Recursos humanos Recursos materiales Espacio físico	1 hora 15 min	Investigador
<b>Taller 2</b> Respuesta conductual.	Describir la conducta que adopta frente a adversidades, eventos o situaciones problemáticas.	Identificar la conducta apropiada y no apropiada según la problemática.	Recursos humanos Recursos materiales.	1 hora 15 min	Investigador
<b>Taller 3</b> Reformulación de sistema de sobreposición.	Reformulación del proceso resiliente.	Establecer nuevas faces en el proceso de sobreposición.	Espacio físico.	1 hora 40 min	Investigador

**Cuadro 1.** Plan operativo.

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Investigación de campo



### Planificación Taller I

**Tema:** Conceptualización cognitiva de la problemática.

**Objetivo:** Establecer metas y posibles soluciones a las situaciones problemáticas.

<b>Fase</b>	<b>Aspectos a trabajar</b>	<b>Técnica</b>	<b>Metas de resultados esperados</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
<b>Fase Inicial</b>	<p>Bienvenida a los adolescentes y personal de la FPDB.</p> <p>Desarrollo de empatía y rapport.</p>	<p>Dinámica “Corazones”</p>	<p>Integración a un nuevo grupo.</p>	15 min	Investigador.
<b>Fase Media</b>	<p>Brindar información relevante sobre la resiliencia psicológica.</p>	<p>Expositiva Psicoeducativa</p>	<p>Generar interés y aprendizaje sobre la temática.</p>	15 min.	Investigador.

	Conceptualización cognitiva de la problemática.	Resolución de problemas.	Identificar el proceso de sobreposición frente a eventos adversos o problemáticos.	30 min.	Investigador.
<b>Fase Final</b>	Preguntas acerca del taller. Aclarar dudas e inquietudes del contenido expuesto.	Retroalimentación.	Evaluación de la conducta	15 min.	Investigador.

**Cuadro 2.** Taller 1

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Investigación de campo.

## DESARROLLO TALLER 1

Conceptualización cognitiva de la problemática.

**Objetivo:** Establecer metas y posibles soluciones a las situaciones problemáticas.

### **FASE Inicial: Bienvenida- rapport.**

En este punto se iniciará con el saludo y bienvenida con los adolescentes y el personal de la FPDB, donde se va a dar a conocer las indicaciones acerca del taller 1 con su respectivo objetivo que se buscara cumplir teniendo en consideración lo que desean obtener mediante el desarrollo del taller, posterior a eso se pretende generar empatía y rapport con los participantes a través de la siguiente dinámica:

**Tema:** “Corazones”

**Objetivo:** Integrar a los participantes en el grupo.

**Tiempo de duración:** 15 minutos.

**Materiales:** Recursos humano, hojas y marcadores.

### **Procedimientos:**

- El facilitador dará la consigna a la mitad de los participantes, lo cuales tomaran una hoja y un marcador.
- Los participantes que tengan la hoja dibujaran un corazón con el marcador en el centro de la hoja.
- Una vez realizado el dibujo, se rasgaran las hojas en la mitad y se las mezclaran los pedazos dando así el número completo de los participantes.
- Luego se pide a los participantes que tomen una de las mitades de las hojas mezcladas y que busque la otra mitad entre los demás participantes.
- Al encontrar a la pareja con la otra mitad de la hoja se procederá a contar una experiencia problemática y como logro o no sobreponerse a dicha adversidad, el tiempo estimado es de 5 minutos.
- Al culminar el tiempo se integraran al grupo general y se dará paso a la exposición por parejas de la experiencia contada.

### **FASE Media**

**Tema:** Resiliencia psicológica.

- Que es la resiliencia psicológica
- La importancia de la resiliencia psicológica.
- Que pasa cuando no existe la resiliencia psicológica.

## **Procedimiento**

**Técnica:** Resolución de problemas.

**Objetivo:** Determinar alternativas para resolver y sobreponerse a una situación problemática.

**Material:** Recursos humanos, hojas y esferos.

**Duración:** 30 minutos.

Para el desarrollo de la técnica se necesitan los siguientes pasos:

- El facilitador pedirá a los participantes que conformen grupos equivalentes.
- Cada grupo deberá plantear un evento o situación problemática.
- Paso seguido el grupo identificará el o los problemas que se desea resolver.
- Una vez establecido el o los problemas se los detallará haciendo las siguientes preguntas; ¿Por qué quiero sobreponerme a la situación problemática?, ¿Dónde apareció el problema?, ¿Quiénes están involucrados en la situación problemática?, ¿Por qué se dio la situación problemática?, ¿Dónde ocurrió el evento problemático?, ¿es la primera vez que ocurre? y ¿Cómo puedo sobreponerme a la situación problemática?
- Al responder las preguntas se continúa con la búsqueda de posibles soluciones de como sobreponerse, mientras más criterios mejor.
- De las posibles soluciones dadas se analizará las consecuencias de cada una, desechando las soluciones menos idóneas para la sobreposición a la situación problemática.
- Una vez realizado este proceso en cada grupo se procederá a la exposición general de la situación problemática y el cómo se sobrepondrá a la misma.
- Posteriormente se analiza con todos los participantes las posibles soluciones de como sobreponerse e incluyendo criterios de los demás grupos para fortalecer el proceso resiliente.

## **FASE final**

Este punto se dará una retroalimentación y un espacio para la aclaración de dudas o sugerencias sobre cómo les pareció las actividades planteadas para el

presente taller, donde además se establece acuerdos y compromisos en los aspectos que aún falta por potenciar con el fin de establecer metas y posibles soluciones a las situaciones problemáticas.

**Tarea:** En cualquier lugar, con cualquier persona, evento o situación problemática que experimente el participante, intentar establecer los pasos de la técnica de “Resolución de problemas” para que así pueda adoptar la conducta más idónea y sobreponerse de manera favorable a dicha situación.

## Taller II

**Tema:** Respuesta conductual.

**Objetivo:** Identificar la conducta apropiada y no apropiada según la problemática.

<b>Fase</b>	<b>Aspectos a trabajar</b>	<b>Técnica</b>	<b>Metas de resultados</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
<b>Fase Inicial</b>	Bienvenida. Resumen de la sesión anterior.	Rapport Dinámica “Esto me recuerda”	Conocer aspectos relevantes de lo aprendido en el primer taller y animar a los participantes.	10 min	Investigador
<b>Fase Media</b>	Conducta	Expositiva.	Generar interés y aprendizaje sobre la temática.	15 min.	Investigador
	Tipo de conducta que adopta frente a la problemática.	Experimentos conductuales	Adoptar la conducta más idónea frente a la situación problemática.	35 min.	Investigador

<b>Fase Final</b>	Preguntas acerca de lo expuesto. Aclarar dudas e inquietudes del taller implementado.	Retroalimentación Preguntas reflexivas	Comprender la importancia sobre conocer nuestras emociones y sentimientos para crear un equilibrio interpersonal en el estudiante.	15 min.	Investigador
-------------------	--	---	--	---------	--------------

**Cuadro 3.** Taller 2

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Investigación de campo.

## **DESARROLLO DEL TALLER II**

Respuesta conductual.

**Objetivo:** Identificar la conducta apropiada y no apropiada según la problemática.

### **FASE Inicial: Bienvenida- rapport.**

Se realizara la respectiva bienvenida y saludo, previo al inicio del segundo taller al azar se escogerá un participante, al cual se le preguntara sobre la tarea enviada del primer taller, su experiencia, si tubo o no dificultades y si pudo sobreponerse a la situación adversa, una realizado eso se procederá con el segundo taller y por consecuente la dinámica.

**Tema:** “Esto me recuerda”

**Objetivo:** Animar a los participantes en el grupo.

**Tiempo de duración:** 10 minutos.

**Materiales:** Recursos humano.

### **Procedimientos:**

- El facilitador pedirá a los participantes que formen un círculo sentados.
- Se pide a un participante al azar que recuerde una situación o evento problemático.
- El resto de participantes deberán manifestar posibles opciones para sobreponerse a la situación o evento problemático.
- El participante que de la opción menos idónea para sobreponerse a dicha situación será excluido de la dinámica hasta tener un grupo considerable para cumplir una penitencia.

### **FASE Media.**

**Tema:** Conducta.

- Que es la conducta.
- La importancia de la conducta.
- Cuando es una conducta apropiada y no apropiada.

**Técnica:** Experimentos conductuales

**Objetivo:** poner a prueba las creencias, cogniciones distorsionadas de los adolescentes.



**Material:** Recursos humanos, hojas y esferos.

**Duración:** 35 minutos.

Para el desarrollo de la técnica se necesitan los siguientes pasos:

- El facilitador pedirá a los participantes que conformen grupos equivalentes
- El grupo identificara una situación o evento problemático.
- El grupo desarrolla una predicción, anticipada de lo que va a ocurrir.
- Se creara una alternativa y se dará un cierto grado de creencia en la misma.
- Desde la alternativa creada el participante detallara que hará, en que se fijó, lo que hizo en realidad incluyendo las conductas que se den.
- Los participantes evaluaran el desarrollo y cumplimiento de la predicción en relación a la alternativa creada.

#### **FASE Final.**

El investigador brindará una retroalimentación sobre la temática expuesta, despejando dudas por medio de preguntas, de la misma forma hará preguntas reflexivas en relación al taller, dando relevancia al cómo se sintieron durante la técnica y al finalizarla, también se entregara a los participantes un pedazo de hoja para que escriban cual fue el resultado de poner en practica la técnica, esto se socializará en el siguiente taller.

### Taller III

**Tema:** Reformulación de sistema de sobreposición.

**Objetivo:** Establecer nuevas fases en el proceso de sobreposición.

<b>Fase</b>	<b>Aspectos a trabajar</b>	<b>Técnica</b>	<b>Metas de resultados</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
<b>Fase Inicial</b>	Bienvenida. Resumen sesión anterior.	Rappot Dinámica “yo tengo un tic” Retroalimentación positiva	Refrescar conocimientos y motivar a los participantes	20 min	Investigador
<b>Fase Media</b>	Componentes de la resiliencia.	Expositiva	Consolidar conocimientos de los talleres antes expuestos.	20 min.	Investigador
	Proceso de sobreposición.	Sociodrama	Integrar nuevas fases en el proceso de sobreposición.	40 min.	Investigador

<b>Fase Final</b> Cierre	Preguntas acerca de lo expuesto. Intercambios de experiencias.	Dinámica “La clínica”	Comprobar el aprendizaje de los participantes.	20 min.	Investigador
-----------------------------	---	--------------------------	--	---------	--------------

**Cuadro 4.** Taller 3

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Investigación de campo.

## **DESARROLLO DEL TALLER III**

Reformulación del proceso resiliente.

**Objetivo:** Establecer nuevas fases en el proceso de sobreposición.

### **FASE Inicial: Bienvenida- rapport.**

Se da la bienvenida a los participantes y personal de la FPDB, se procede a explicar el presente taller, teniendo en cuenta que la información y el aprendizaje obtenidos en los talleres anteriores serán tomados en cuenta para el desarrollo del tercer taller, se iniciara con la siguiente dinámica:

**Tema:** “Yo tengo un tic”

**Objetivo:** Animar a los participantes en el grupo.

**Tiempo de duración:** 15 minutos.

**Materiales:** Recursos humano.

#### **Procedimientos:**

La presente dinámica permite interacción y compartir emociones entre todos los participantes con la finalidad de lograr un equilibrio emocional haciendo uso de la creatividad en los movimientos que vayan a realizarlo

Esto consiste en hacer un círculo con todos los integrantes entonces el moderador da las respectivas instrucciones mencionando para que repitan todos diciendo:

Como ejemplo El doctor me ha mandado a que mueva la mano derecha siempre al último mencionando entonces yo tengo un tic y se repite tic- tic.

#### **Introducción**

**Tema:** Componentes de la resiliencia.

- Cuáles son los componentes de la resiliencia.
- La importancia de los componentes de la resiliencia.

**Técnica:** Sociodrama.

**Objetivo:** Integrar nuevas fases en el proceso de sobreposición.

**Material:** Recursos humanos.

**Duración:** 45 minutos.

Para el desarrollo de la técnica se necesitan los siguientes pasos:

- El facilitador pedirá a los participantes que conformen grupos equivalentes.
- Se pedirá a cada grupo escoger la problemática que crean más representativa de las trabajadas en el primer y segundo taller.
- Se establecerán roles acorde a la problemática presente para el cumplimiento de la dramatización acorde al papel asignado.
- Se pedirá que se reúnan en los grupos establecidos y realicen una lluvia de ideas de la situación o evento problemático.
- Cada grupo basándose en la lluvia de ideas propuesta creara un guion contando la historia del evento o situación problemática.
- Al finalizar cada grupo su dramatización, se tomaran 5 minutos para el análisis del evento o situación problemática, donde si es necesario replantear la solución o desenlace se lo ara tomando en consideración el criterio de los demás grupos.
- Al término de las dramatizaciones con su respectivo análisis, se desarrollara un conversatorio donde se expondrán los puntos positivos y negativos del tema tratado.
- Para la culminación de la técnica se reflexionara sobre lo favorable que puede ser el cambio del sistema

#### **FASE IV-Cierre**

**Tema:** La clínica.

**Objetivo:** Comprobar el aprendizaje adquirido.

**Duración:** 20 Minutos

#### **Procedimiento:**

- El facilitador pedirá a los participantes que conformen grupos equivalentes.
- Se pedirá a cada grupo escoger un representante quien escogera las dudas más representativas.
- El investigador brindará una retroalimentación sobre la temática expuesta, despejado dudas por medio de preguntas, de la misma forma hará preguntas reflexivas en relación al taller.
- Se entregara a los participantes un pedazo de hoja para que escriban cual fue el resultado de poner en practica la técnica, donde se socializara para

poder crear un compromiso donde se mantenga el uso de la técnicas en la situaciones problemáticas que puedan experimentar.

## BIBLIOGRAFÍA

López-Cassá, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. Revista interuniversitaria de formación del profesorado [en línea]. Disponible en: [www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf) (Consulta: 22 de abril de 2014).

Goleman, D. (1996): Inteligencia Emocional. Barcelona: Kairós.

Bisquerra, R. (coord.), Punset, E., Mora, F.,

García Navarro, E., López-Cassá, E., Pérez González, J. C.

,Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P., Segovia, N y Planells, O. (2012). ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y adolescencia. Esplugues de Llobregat (Barcelona): hospital Sant Joan de Déu.[en línea]. Disponible en: <http://www.caib.es/sacmicrofront/archivopub.do?ctrl=mcrcst151zi120742&id=120742>(Consulta: 10 de abril de 2014).

Ferrándiz, C., Hernández, D., Bermejo, R., Ferrando, M. y Sáinz, M. (2012). La inteligencia emocional y social en la niñez y adolescencia: validación castellana de un instrumento para su medida. Revista de Psicodidáctica, 17 (2), 309-339.

Morales, P. (20 de mayo de 2012). Análisis de ítems en las pruebas objetivas. Universidad Pontificia Comillas, Madrid. Recuperado de: <http://web.upcomillas.es/personal/peter/otrosdocumentos/analisisitemspruebasobjetivas.pdf>

García, Pro. Pedro. (2014). ¡No tengas miedo!. Recuperado de: <http://es.catholic.net/aprendeorar/32/399/articulo.php?id=853>

<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/viewFile/5798/6984>

Goleman, D. (2008). Inteligencia emocional. Barcelona: Editorial Kairos.

Icaza, P. (2015). La inteligencia emocional como factor influyente en la conducta agresiva de los choferes y colaboradores de la compañía de transporte urbano

Latacunga S.A. situada en la ciudad de Latacunga durante el segundo semestre del año 2012. Latacunga: Universidad Técnica Indoamérica

Haro García, J. M., y García-Izquierdo, M. (2015). Inteligencia emocional y liderazgo transformacional en una muestra de directivos españoles: un estudio exploratorio. *Ansiedad y Estrés*.

Roca, E. (2013). Inteligencia emocional y conceptos afines: autoestima sana y habilidades sociales. Congreso de inteligencia emocional y bienestar.

Rodríguez, E. (14 marzo de 2014). La inteligencia emocional en el liderazgo. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/inteligenciaemocional-en-el-liderazgo/>




# ANEXOS

## Anexo 1



## Anexo 2

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

  
 INDOAMÉRICA

FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION


NOMBRE DEL PROYECTO La inteligencia emocional y su influencia en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase I  
 INSTRUMENTO A VALIDAR Test de Inteligencia Emocional TMII-23

OBJETIVO GENERAL Identificar si la inteligencia emocional influye en la resiliencia psicológica en los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase I  
 OBJETIVOS ESPECIFICOS:  
1 Indicar el componente más representativo de la inteligencia emocional en los adolescentes.  
2 Definir el nivel de resiliencia psicológica en los adolescentes  
3 Diseñar una propuesta para el problema identificado

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  
 OCUPACION Docente  
 FIRMA DEL EVALUADOR   
 FECHA: \_\_\_\_\_

Validación Test de IE

Anexo 3

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



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La inteligencia emocional y su influencia en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase I.

INSTRUMENTO A VALIDAR: Test de Inteligencia Emocional TMII-23

OBJETIVO GENERAL: Identificar si la inteligencia emocional influye en la resiliencia psicológica en los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase I.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:  
1) Indicar el componente más representativo de la inteligencia emocional en los adolescentes.  
2) Definir el nivel de resiliencia psicológica en los adolescentes.  
3) Diseñar una propuesta para el problema identificado.

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: Juan Zayas

PROFESION: Psicólogo

OCCUPACION: Terapeuta


FIRMA DEL EVALUADOR: 

FECHA: \_\_\_\_\_

Validación test de IE

Anexo 4

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



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO La inteligencia emocional y su influencia en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Progreso Don Bosco Fopei.

INSTRUMENTO A VALIDAR Test de Inteligencia Emocional TMII-23

OBJETIVO GENERAL Identificar si la inteligencia emocional influye en la resiliencia psicológica en los adolescentes de la fundación Progreso Don Bosco Fopei.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Indicar el componente más representativo de la inteligencia emocional en los adolescentes
2. Definir el nivel de resiliencia psicológica en los adolescentes
3. Diseñar una propuesta para el problema identificado.

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 Pedro Acosta

PROFESION Psicología

OCUPACION Docente

FIRMA DEL EVALUADOR 


FECHA: \_\_\_\_\_

Validación test de IE



Anexo 5

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



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La inteligencia emocional y su influencia en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase I

INSTRUMENTO A VALIDAR: Test de Resiliencia J563

OBJETIVO GENERAL: Identificar si la inteligencia emocional influye en la resiliencia psicológica en los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase I.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Indicar el componente más representativo de la inteligencia emocional en los adolescentes.
2. Definir el nivel de resiliencia psicológica en los adolescentes.
3. Diseñar una propuesta para el problema identificado.

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"/>

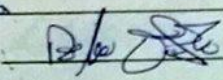
El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento  SI  NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Luis Zorrero

PROFESION: Psicólogo

OCUPACION: Compañero


FIRMA DEL EVALUADOR: 

FECHA: \_\_\_\_\_

Validación test de Resiliencia

Anexo 6

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

  
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA

FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La inteligencia emocional y su influencia en la resiliencia psico  
lógica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase 1.

INSTRUMENTO A VALIDAR: Test de Resiliencia 3363

OBJETIVO GENERAL: Identificar si la inteligencia emocional influye en la resiliencia  
psicológica en los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase 1.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Indicar el componente más representativo de la inteligencia emocional en los adolescentes.
2. Definir el nivel de resiliencia psicológica en los adolescentes.
3. Diseñar una propuesta para el problema identificado.

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"/>

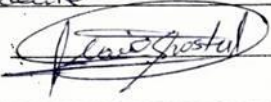
El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento  SI  NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Paul Acosta

PROFESION: Psicólogo

OCUPACION: Docente


FIRMA DEL EVALUADOR: 

FECHA: \_\_\_\_\_

Validación test de Resiliencia

Anexo 7

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

  
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA

FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La inteligencia emocional y su influencia en la resiliencia psicológica de los adolescentes de la Fundación Proyecto Don Bosco fase I.

INSTRUMENTO A VALIDAR: Test de Resiliencia JSB3

OBJETIVO GENERAL: Identificar

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Indicar el componente más representativo de la inteligencia emocional en los adolescentes.
2. Definir el nivel de resiliencia psicológica en los adolescentes.
3. Diseñar una propuesta para el problema identificado.

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"/>

SI/ NO

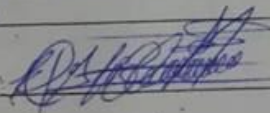
El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Jorge Cisnera

PROFESION: Psicología Clínica

OCUPACION: Docente

FIRMA DEL EVALUADOR: 

FECHA: \_\_\_\_\_

Validación test de Resiliencia

## Anexo 8

### TMMS-24.

#### INSTRUCCIONES:

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

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

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

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

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Tets de inteligencia emocional



## Anexo 9



UNIVERSIDAD DE CUENCA

PREGUNTAS	RESPUESTAS					PUNTAJE PARCIAL
	casi nunca	pocas veces	a veces	muchas veces	casi siempre	
1. ¿Cuando alguien de la familia tiene un problema, tu ayudas?						
2. ¿En tu casa predomina la armonia?						
3. ¿Puedes conversar de lo que sea sin temor dentro de tu familia?						
4. ¿Ante un problema, eres capaz de pedir ayuda a alguien de tu familia?						
5. ¿Demuestras el cariño que les tienes a los miembros de tu familia?						
6. ¿En tu familia se distribuyen las responsabilidades entre todos?						
7. ¿Aceptas los defectos de los demás miembros de tu familia?						
SUBTOTALES						
8. ¿Te sientes orgulloso/a de la persona que eres?						
9. ¿Sientes que eres cuando en casa?						
10. ¿Sientes que te apoyan en lo que te propones?						
11. ¿Te consideras atractivo/a?						
12. ¿Estás contento con la figura corporal y apariencia que tienes?						
13. ¿Quisieras cambiar alguna parte de tu cuerpo?						
14. ¿Te duelen las opiniones de tus amigos cuando están en tu contra?						
SUBTOTALES						
15. ¿Si la conducta de otra persona te molesta, le pides que cambie su comportamiento contigo?						
16. ¿Le dices a tu familia cuando te molesta algo?						
17. ¿Cuando te piden un favor que no deseas hacer, ¿dices simplemente "no" y te quedas tranquilo?						
18. ¿Expresas tus deseos de realizar algo con facilidad?						
19. ¿Expresas libremente tu enfado o descontento?						
20. ¿Reclamas algo cuando es injusto?						
21. ¿Cuando le prestas algo a alguien y olvidan devolverlo, le haces acuerdo?						
SUBTOTALES						

Test de resiliencia



PREGUNTAS	RESPUESTAS					PUNTAJE PARCIAL
	casi nunca	pocas veces	a veces	muchas veces	casi siempre	
22. Cuando sucede algo inesperado ¿lo superas rápido?						
23. ¿Cuándo algo te sale mal, lo aceptas con facilidad?						
24. ¿Si tienes problemas con tus familiares, lo resuelves rápidamente?						
25. ¿En las materias que no te gustan sacas buenas calificaciones?						
26. ¿Si tu padre/ madre pierden el trabajo, pensarías trabajar tu para ayudar?						
27. ¿Si te embrogaras en tu casa, pedirías disculpas a tus padres al día siguiente?						
28. ¿Si tuvieras que cambiarte de casa, lo aceptarías con facilidad?						
<b>SUBTOTALES</b>						
29. ¿Cuándo tengas tu profesión, vivirías solo?						
30. ¿Tomas decisiones solo/a?						
31. ¿Si tuvieras que quedarte solo en casa durante largo tiempo, cocinarías?						
32. ¿Si tuvieras que pagarte tus estudios, trabajarías?						
33. ¿Piensas en las mujeres?						
34. ¿Piensas formar un hogar planificado en un futuro?						
35. ¿Piensas sobre la carrera que seguirás en la universidad?						
<b>SUBTOTALES</b>						
36. ¿Buscas maneras para conseguir dinero cuando tus padres no te lo dan?						
37. ¿Cuándo tienes que realizar un deber, investigas en otros libros o Internet para mejorar su contenido?						
38. ¿Ayudas a otras personas cuando están en problemas sin poner en riesgo tu seguridad?						
39. ¿Cuándo realizas algún trabajo, tu aportas con ideas para que salga mejor?						
40. ¿Has mentido alguna vez para resolver un problema?						
41. ¿Cuándo quieres algo que te gusta buscas la manera de conseguirlo?						
42. ¿Improvisas para salir de un apuro?						
<b>SUBTOTALES</b>						
43. ¿Crees que tus padres y maestros son caducos y no saben lo que dicen sobre tu conducta?						
44. ¿Asumes las consecuencias de tus actos y los afrontas?						
45. ¿Cuestionas las órdenes o sugerencias de tus padres?						
46. ¿Es malo consumir alcohol o drogas?						
47. ¿Si hay algo que no entiendes, procuras investigarlo y luego dar tu punto de vista si te lo piden?						
48. ¿Cuándo escuchas noticias das tu opinión sobre las mismas?						
49. ¿Te gustaría decirles a tus profesores que están equivocados?						
<b>Subtotales</b>						

Test de resiliencia



PREGUNTAS	RESPUESTAS					PUNTAJE PARCIAL
	casi nunca	pocas veces	a veces	muchas veces	casi siempre	
50. ¿Te arrepientes cuando dices cosas inoportunas?						
51. ¿Después de que has hecho algo peligroso, te sientes mal?						
52. ¿Cuándo le gritas a alguien por cualquier motivo, le pides disculpas después?						
53. ¿Cuándo te rancas de las clases, te sientes mal?						
54. ¿Cuándo ofreces cosas que no tienes o no puedes dar, te sientes preocupado?						
55. ¿Cuando agredes a alguien verbalmente o físicamente, te sientes mal?						
56. ¿Cuándo has tomado una mala decisión, te arrepientes?						
<b>SUBTOTALES</b>						
57. ¿Te gusta hacer bromas con facilidad?						
58. ¿Ríes y disfrutas de los chistes que hacen tus amigos y compañeros?						
59. ¿Cuando te llaman la atención, te molestan?						
60. ¿Cuando recibes una noticia que tú consideras buena, saltas de alegría?						
61. ¿Crees que la vida es linda?						
62. ¿Le dices que le quieres a tu enamorada/o?						
63. ¿Hablas de tus problemas sentimentales con alguien?						
<b>SUBTOTALES</b>						

Test de resiliencia

## Anexo 10



Imagen 1 aplicación de reactivos.



**Anexo 11**



Imagen 2 aplicación de reactivos.

Anexo 12



Imagen 3 aplicación de reactivos.

Anexo 13



Imagen 4 aplicación de reactivos.

## Anexo 14



Imagen 5 aplicación de reactivos.



Anexo 15



Imagen 6 aplicación de reactivos.