



**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR**  
**HUMANO**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**TEMA:**

---

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y CALIDAD DE LA  
RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS DE  
EDAD.**

---

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología

**Autor(a)**

Chavez Larrea Paula Nicole

**Tutor(a)**

M.Sc. Paulina Pérez Pérez

QUITO – ECUADOR

2024

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

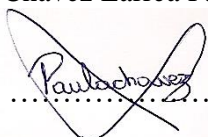
Yo, Chavez Larrea Paula Nicole, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Inteligencia emocional y calidad de la relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.”, como requisito para optar al grado de Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Indoamérica, 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 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 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 Quito, a los 27 días del mes de enero de 2024, firmo conforme:

Autor: Chavez Larrea Paula Nicole

Firma: .....

Número de Cédula: 1750483602

Dirección: Pichincha, Quito, Mena del Hierro, Barrio El Condado

Correo Electrónico: chavezpaula930@gmail.com

Teléfono: 0960135496

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “INTELIGENCIA EMOCIONAL Y CALIDAD DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS DE EDAD.” presentado por Chavez Larrea Paula Nicole para optar por el Título de Licenciada en Psicología.

### **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.

Quito, 27 de enero de 2024

M.Sc. Pérez Pérez Paulina Del Rocío

## 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 Licenciada en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 27 de enero de 2024

A handwritten signature in black ink, reading "Paula Chavez", is written over a light pink rectangular background. A horizontal dotted line is drawn across the signature.

Chavez Larrea Paula Nicole  
1750483602

## **APROBACIÓN TRIBUNAL**

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y CALIDAD DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS DE EDAD, previo a la obtención del Título de Licenciada en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 27 de enero de 2024

.....

M.Sc. Moreno Proaño Gilda Marianela  
LECTORA

.....

Dr. Iriarte Pérez Luis Alfonso  
LECTOR

## **DEDICATORIA**

Con profundo amor a mi madre y mi hermano, por ser los pilares de mi vida, por ayudarme en todo momento, por aconsejarme, les dedico este trabajo de investigación, por ser mi felicidad y apoyo en todo momento.

## **AGRADECIMIENTO**

A mi amada madre Paulina, por ser la persona fuerte e inquebrantable que conozco, mi refugio, mi confidente, mi mejor amiga e inspiración en los momentos difíciles, por ser un ejemplo de que de las adversidades se puede seguir adelante y por su apoyo incondicional en cada paso que doy.

A mi amado hermano David, gracias por ser un apoyo, y mi compañero de momentos felices que ha llenado mi corazón de gratitud y motivándome a que con seguridad estaremos juntos para enfrentar cualquier circunstancia de la vida.

A mi amada abuelita Olguita, aunque el tiempo no nos alcanzó, agradezco siempre haber tenido una segunda madre como ella, llena de amor para tus nietos, de sabiduría para aconsejar, de sonrisas para dar, gracias por ser esa mujer maravillosa que me acompañó en mi vida.

A mi amado abuelito Eduardo, por ser esa figura paterna que ha estado conmigo siempre, por enseñarme cosas nuevas, por apoyarme e instruirme y por desempeñar un papel muy importante y esencial en mi vida.

A mis amados tíos y primos, por su apoyo y cariño, llenando de hermosos e inolvidables momentos mi vida, compartiendo sonrisas y lágrimas, brindándome un amor y apoyo innegable.

A mi mejor amigo Adrián, porque, aunque la distancia nos separa, no ha dejado de ser un apoyo constante, por los buenos y malos momentos, y por no dejar de brindarme su valiosa amistad.

## INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA .....	I
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	II
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	III
DECLARACION DE AUTENTICIDAD.....	IV
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	V
DEDICATORIA .....	VI
AGRADECIMIENTO.....	VII
INTRODUCCIÓN .....	13
MARCO METODOLÓGICO .....	20
RESULTADOS.....	25
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES .....	28
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	31



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 Relación de la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja.....	26
Tabla No. 2 Correlación de los datos sociodemográficos con la inteligencia emocional .....	28

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico No. 1 Edad .....	25
Gráfico No. 2 Sexo.....	25
Gráfico No. 3 Estado civil.....	26
Gráfico No. 4 Nivel de instrucción .....	26
Gráfico No. 5.1 Atención Mujeres .....	26
Gráfico No. 5.2 Claridad Mujeres .....	27
Gráfico No. 5.3 Reparación Mujeres.....	27
Gráfico No. 5.4 Atención Hombres.....	27
Gráfico No. 5.5 Atención Hombres.....	27
Gráfico No. 5.6 Atención Hombres.....	28
Gráfico No. 6 Rangos de calidad de la relación de pareja.....	28

# **UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**

## **FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO**

### **CARRERA DE PSICOLOGIA**

#### **TEMA: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y CALIDAD DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS DE EDAD.**

**AUTOR:** Paula Nicole Chavez Larrea

**TUTOR:** M.Sc. Paulina Del Rocío Pérez Pérez

#### **RESUMEN EJECUTIVO**

La presente investigación sobre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja en personas de 18 a 25 años fue realizada mediante una minuciosa indagación desde la conceptualización de las variables, teniendo como objetivo la relación que exista entre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja de las personas de 18 a 25 años. La metodología utilizada fue el paradigma positivista con un alcance correlacional de corte transversal con un método cuantitativo. Los instrumentos que fueron utilizados son el test de inteligencia emocional de Daniel Goleman y la Escala de ajuste diádico (DAS) de Spanier, en una muestra de 107 personas de 18 a 25 años, los resultados arrojados mostraban niveles altos en las 3 dimensiones, atención, claridad(comprensión) y reparación(regulación) en los hombres, ya que en las mujeres se mostraban niveles bajos, pero entre hombres y mujeres la dimensión predominante fue la reparación; por otra parte con el segundo test se logró observar que la mayoría de la muestra tenían un rango medio bajo, lo que quiere decir que, presentaban problemas comunes en sus relaciones de pareja, tomando en cuenta sus habilidades interpersonales y las relaciones humanas. Por último, se concluye que en este proyecto de investigación por la utilización del programa SPSS para realizar los análisis respectivos no existe una correlación entre las dos variables.

**DESCRIPTORES:** *Atención, Comprensión, Habilidades interpersonales, Inteligencia, Relaciones humanas.*

**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO**

**CARRERA DE PSICOLOGIA**

**THEME:** *EMOTIONAL INTELLIGENCE AND RELATIONSHIP QUALITY IN 18 TO 25-YEAR-OLDS.*

**AUTHOR:** Paula Nicole Chavez Larrea

**TUTOR:** M.Sc. Paulina Del Rocío Pérez Pérez

**ABSTRACT**

The present research on emotional intelligence and the quality of the couple relationship in people from 18 to 25 years old was carried out through a thorough investigation from the conceptualization of the variables, having as objective the relationship that exists between emotional intelligence and the quality of the couple relationship of people from 18 to 25 years old. The methodology used was the positivist paradigm with a cross-sectional correlational scope with a quantitative method. The instruments used were Daniel Goleman's emotional intelligence test and Spanier's Dyadic Adjustment Scale (DAS), in a sample of 107 people aged 18 to 25 years, the results showed high levels in the 3 dimensions, attention, clarity (understanding) and repair (regulation) in men, while women showed low levels, but between men and women the predominant dimension was repair; On the other hand, with the second test it was observed that the majority of the sample had a medium-low range, which means that they presented common problems in their couple relationships, taking into account their interpersonal skills and human relations. Finally, it is concluded that in this research project, due to the use of the SPSS program to perform the respective analyses, there is no correlation between the two variables.

**KEYWORDS:** *Attention, Understanding, Interpersonal skills, Intelligence, Human relations.*

# INTELIGENCIA EMOCIONAL Y CALIDAD DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS DE 18 A 25 AÑOS DE EDAD.

*Emotional Intelligence and Relationship Quality in 18 to 25-year-olds.*

*Autor:* Paula Chavez Larrea  
[pchavez6@indoamerica.edu.ec](mailto:pchavez6@indoamerica.edu.ec)

*Tutor:* Paulina Pérez Pérez.  
[paulinaperez@uti.edu.ec](mailto:paulinaperez@uti.edu.ec)

*Lector:* Gilda Moreno-Proañó  
[gildymoreno@uti.edu.ec](mailto:gildymoreno@uti.edu.ec)

*Lector:* Luis Iriarte-Pérez  
[luisiriarte@uti.edu.ec](mailto:luisiriarte@uti.edu.ec)

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Licenciado/a en Psicología de la Universidad Indoamérica.

Modalidad: Semipresencial.  
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.  
Enero de 2024.

## RESUMEN

La presente investigación sobre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja en personas de 18 a 25 años fue realizada mediante una minuciosa indagación desde la conceptualización de las variables, teniendo como objetivo la relación que exista entre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja de las personas de 18 a 25 años. La metodología utilizada fue el paradigma positivista con un alcance correlacional de corte transversal con un método cuantitativo. Los instrumentos que fueron utilizados son el test de inteligencia emocional de Daniel Goleman y la Escala de ajuste diádico (DAS) de Spanier, en una muestra de 107 personas de 18 a 25 años, los resultados arrojados mostraban niveles altos en las 3 dimensiones, atención, claridad y reparación en los hombres, ya que en las mujeres se mostraban niveles bajos, pero entre hombres y mujeres la dimensión predominante fue la reparación; por otra parte con el

## ABSTRACT

The present research on emotional intelligence and the quality of the couple relationship in people from 18 to 25 years old was carried out through a thorough investigation from the conceptualization of the variables, having as objective the relationship that exists between emotional intelligence and the quality of the couple relationship of people from 18 to 25 years old. The methodology used was the positivist paradigm with a cross-sectional correlational scope with a quantitative method. The instruments used were Daniel Goleman's emotional intelligence test and Spanier's Dyadic Adjustment Scale (DAS), in a sample of 107 people between 18 and 25 years of age, the results showed high levels in the 3 dimensions, attention, clarity and repair in men, while women showed low levels, but between men and women the predominant dimension was repair; On the other hand, with the second test it was observed that the majority of the sample had a medium-low range, which means that they presented common problems in their couple relationships. Finally, it is

segundo test se logró observar que la mayoría de la muestra tenían un rango medio bajo, lo que quiere decir que, presentaban problemas comunes en sus relaciones de pareja, Por último se concluye que en este proyecto de investigación por la utilización del programa SPSS para realizar los análisis respectivos no existe una correlación entre las dos variables.

concluded that in this research project, due to the use of the SPSS program to perform the respective analyses, there is no correlation between the two variables.

**Palabras Clave:** *Atención, Comprensión, Habilidades interpersonales, Inteligencia, Relaciones humanas.* **Keywords** *Attention, Understanding, Skills, Intelligence, Relationships.*

## 1. INTRODUCCIÓN.

En la actualidad se han podido observar cambios en la sociedad sobre las relaciones de pareja, ya que estas son básicas en nuestro

desarrollo social, pero en las mismas influyen aspectos muy significativos como la inteligencia emocional y la calidad de las relaciones de pareja, dado que, estos

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

aspectos conllevan una gran importancia en la satisfacción, compromiso y de igual forma la comprensión y gestión de las emociones, logrando ser pilares fundamentales en las relaciones de pareja (Collins; Welsh; Furman, 2009 citado por Bravo, 2020).

Las relaciones de pareja han evolucionado conforme a las nuevas generaciones, ya que, inician una creciente tensión en varios aspectos de los individuos con diferentes prioridades, esto produce un resultado de pluralización o amplitud en las formas de vida y de emparejamiento de las personas considerando también la conformación de hogares y familias (Castrillo, 2016 citado por Ríos & Estrada, 2021). Como se mencionó anteriormente, las generaciones recientes han tenido cambios en las vivencias y prácticas amorosas, y cabe recalcar que no solo estos cambios se han visto en jóvenes, sino también, en adultos (Hernández; Gonzáles; Regino, 2016 citado por Ríos & Estrada, 2021). Sin embargo, la mayoría de jóvenes adultos forman parejas sin co-residencia por los problemas que se dan sobre la emancipación, de la misma forma se observa que renuncian a su pareja por discusiones o problemas en la comunicación (Molina, 2016 citado por Ríos & Estrada, 2021).

Una problemática bastante común es el divorcio, el cual es un fenómeno social actual que se basa en la separación definitiva de la pareja matrimonial, y por consiguiente tiene repercusiones de gran magnitud en el caso de hijos, ya que altera en ellos y su estilo de vida y su personalidad. La ruptura de una pareja suele ser un evento muy traumático, feo y penoso que sufren los seres humanos, varios autores como Mariano Barragán, William O' Hanlon, Jean Dominian, entre

otros, concluyen que la comunicación, las expectativas irreales, la lucha del poder, conflictos de roles y la falta de sentimientos amorosos, son las quejas más frecuentes entre las parejas que llegan a la decisión de divorciarse (Montoya & Salcido, 2004). En este tipo de problemáticas es en donde entra la inteligencia emocional como un factor protector de la violencia que puede darse arrojando correlaciones negativas entre la conciencia y el manejo de nuestras emociones (Blázquez, Moreno, & García-Baamonde, 2015).

### **Inteligencia Emocional**

A lo largo del tiempo se ha indagado sobre el concepto de inteligencia emocional siendo definida y redefinida por varios autores, una de sus tantas definiciones puede ser el que es vista como un rasgo de personalidad, lo que significa que se le considera como algo indispensable e importante para adaptarse al ambiente y tener éxito en la vida (Rodríguez, 2013). Por otra parte, también se le considera a este concepto como el conjunto de habilidades que guían a los seres humanos en cualquier tipo de relaciones, haciendo que este funcionamiento se ejecute de manera apropiada, recalcando que este proceso se ve con mayor fuerza en las relaciones de pareja, ya que se basa en el mayor desarrollo de habilidades y destrezas anclados a la inteligencia emocional y lo que es la relación de pareja. Se ha identificado que la inteligencia está compuesta por dos factores específicos, los cuales son la expresión de emociones de uno mismo o de los demás y la evaluación y con esto se da la comprensión del conjunto de experiencias emocionales que provocan un crecimiento emocional e intelectual (Romero, 2019).

El concepto de la inteligencia emocional es

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

referido a una habilidad mental que está relacionada con el proceso que se hace de la información emocional, puede ser denominado uno de los aspectos más importantes para los propósitos que los seres humanos tenemos, tomando en cuenta que se desarrolla la competencia emocional que ayuda en la educación emocional orientando a la prevención y el desarrollo personal y social que experimentamos en la vida cotidiana (Fernández, 2013).

La inteligencia emocional abarca tanto las emociones como la inteligencia, tomando en cuenta que estas son partes diferentes del cerebro que llegan a complementarse (Casas, 2003).

El término Inteligencia Emocional habla sobre la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los de los demás, motivarnos a realizar ciertas cosas y a manejar de forma correcta nuestras relaciones con las demás personas y con nosotros, es decir, es un conjunto de habilidades diversas que se complementan entre sí con la inteligencia académica (Goleman, 2012 citado por Serna, 2019).

Todos los seres humanos hemos llegado a tener que afrontar algunas situaciones frustrantes o en las que hemos tenido conflictos o problemas en las que se ha actuado de forma imprudente o incorrecta, ya que, no todos sabemos cómo controlar nuestras reacciones, pero si el cerebro recibe los estímulos correctos podemos manejar de forma más adecuada las diferentes situaciones que vivimos diariamente teniendo respuestas emocionales, obteniendo el control de la intensidad de nuestros estados emocionales (Goleman, 2012 citado por Serna, 2019).

La inteligencia emocional abarca tanto las

emociones como la inteligencia, tomando en cuenta que estas son partes diferentes del cerebro que llegan a complementarse (Casas, 2003). Según Daniel Goleman, el padre de la inteligencia emocional, esta es el arma más poderosa que tenemos los seres humanos, incluso más que el coeficiente intelectual (Arrabal, 2018).

La inteligencia emocional es la combinación de la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal, que da paso al concepto de que la inteligencia emocional es la capacidad de sentir, entender, controlar y cambiar o alterar los estados emocionales de uno mismo y de las demás personas, de tal modo que las relaciones con amigos, familia, de trabajo o de pareja se vuelven más amenas. Puede también entenderse como la forma de manejar las emociones y sentimientos, y poder de alguna forma separarlos entre ellos y utilizar esto para nuestro beneficio (Oliveros, 2018).

En este aspecto la inteligencia emocional y la calidad de las relaciones de pareja se relacionan, puesto que, la inteligencia emocional a pesar de no ser la única, aun así, tiene gran influencia para lograr mantener una relación estable y saludable (Arrabal, 2018).

Uno de los factores que más afecta en una buena calidad de relación de pareja que menciona Daniel Goleman en su libro "Inteligencia emocional", es el desbordamiento, que corresponde a la dificultad de poder sanar heridas causadas por la ira, de forma más concreta, el desbordamiento emocional proviene de una sobrecarga de emociones que no se puede controlar y explota contra la pareja y por la respuesta de la misma, esto quiere decir que por el desbordamiento las emociones



## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

negativas obtienen respuestas negativas.

### **Calidad de las Relaciones de pareja**

Por otra parte, la calidad de relación de pareja puede ser definida como la cantidad que cada miembro de la pareja muestra el afecto, la intimidad y el apoyo mutuo, tomando en cuenta diversas investigaciones que llegan a la conclusión que las parejas con una alta calidad en sus relaciones demuestran y manifiestan mayores niveles de bienestar, compromiso, y satisfacción, así como un futuro más positivo en sus relaciones próximas. De igual manera, la calidad de la relación de pareja también puede definirse como un grupo de características que muestran el estado psicosocial de intimidad que se puede tener frente a un aislamiento, en la cual la forma de relacionarse puede verse cambiada, poniendo como prioridad las relaciones íntimas y buscando un compromiso dentro de la relación, que sea mutuo, ya que todo esto produce confianza, seguridad y compañía (Collins; Welsh; Furman, 2009 citado por Bravo, 2020).

También cabe mencionar que las relaciones con otras personas son muy importantes en la vida de cada individuo, esto lleva al amar a una persona, a la aceptación de la personalidad o de la forma de pensar, pero sin intentar modificarla o cambiarla, al igual que la compatibilidad emocional, física, espiritual y lo económico. Las relaciones de pareja se basan en la interrelación entre dos sujetos que sienten atracción, amor y respeto mutuo (Ruiz, 2014 citado por Romero, 2019).

La relación de pareja es determinada como la conexión que existe entre dos personas basado en sus emociones y experiencias compartidas durante el transcurso de la vida.

La calidad de la relación de pareja influye en la salud física y psicológica de los individuos (Alcalde, 2021). Se puede decir que mientras mejores sean las relaciones familiares, con la calidez parental y la estabilidad emocional, mayor es la convivencia afectiva, amorosa, satisfactorio y estable por parte de las personas que conforman una relación (Auslander, Short, Sucop & Rosenthal, 2009 citado por Medina, Rivera & Aguasvivas, 2016).

La calidad de relación de pareja trata sobre las buenas ideas de futuro y estabilidad para poder seguir con la relación, y algo muy importante en la calidad de la relación de pareja es la satisfacción diádica, que significa la satisfacción que siente cada persona que conforma la pareja. También se puede decir que, en un contexto personal y familiar, son las características, las emociones y sentimientos que se pueden percibir como bueno o beneficioso en una situación específica (Castillo; Pérez; Davins & Mirabent, 2006 citado por Bravo, 2020).

En la calidad de la relación de pareja existen tres grandes puntos que son el Ajuste diádico, la Comunicación y el Clima emocional, estos son fundamentales para tener una buena calidad de relación de pareja.

A.- El Ajuste diádico es definido como la cantidad de armonía o el ajuste general que existe entre las personas que conforman la relación (Spiner, 1979 citado por Navedo, 2018) el ajuste diádico se compone de diferentes aspectos:

- Consenso: Es en lo que la pareja está de acuerdo ya que, esto hace referencia a como es el clima emocional y el estilo de resolución de problemas (Nevado, 2018).

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

- Satisfacción: Esta se define como el estado emocional de contento con las interacciones, experiencias y expectativas con la relación de pareja (Nevado, 2018).
- Cohesión: Esta hace referencia al grado en que se implica la pareja en deberes conjuntos de su proyecto de vida (Nevado, 2018).
- Expresión de afecto: En este aspecto se incluye lo que son las demostraciones afectivas como con la satisfacción que se deriva de las relaciones sexuales (Nevado, 2018).

B.- La Comunicación permite a las personas que conforman la relación compartir entre estos las necesidades y preferencias de cada uno, tomando en cuenta que con una buena comunicación se receptan mensajes claros y concisos, al igual que la empatía y con esto la escucha reflexiva para poder solucionar problemas (Nevado, 2018).

C.- El Clima emocional se basa en los sentimientos fuertes al igual que las emociones, esto es el centro del vínculo emocional o afectivo de los miembros de la pareja, también se toma en cuenta que en él clima emocional se puede desarrollar lo que es que la pareja se la ve como figura de apego o también se ve a la pareja como fuente de apoyo emocional (Nevado, 2018).

Existen varios tipos de relaciones, como las relaciones de amistad o amistosas, que se centra en las amistades verdaderas, ya que se lo ve como un vínculo invisible entre dos o más personas que no tiene atracción física o pasional, luego tenemos la relación social, es aquella que se basa solo en lo superficial, pero tomando en cuenta que en esta si puede existir atracción física o pasional pero

sin compromiso de por medio, es cuando dos personas que no se conocen, no saben su forma de pensar o forma de ser, solo se guían por los sentimientos pasionales (Morales, 2016 citado por Romero, 2019) y por último tenemos la relación romántica, que se presenta como la relación perfecta, ya que se refiere a la necesidad de pertenecer que solemos experimentar los seres humanos.

Hablando desde las relaciones de pareja, la inteligencia emocional tiene una repercusión bastante fuerte en lo que llega a ser la calidad de una relación de pareja, tomando en cuenta varios factores que influyen en esta como la convivencia, la comunicación, la intimidad y la empatía. Por otra parte, la calidad de las relaciones de pareja hace referencia a la estabilidad o perspectivas de un buen futuro para poder mantener en pie una relación, los sentimientos y características que se pueden observar de forma positiva o prospera en un momento específico (Castillo; Pérez; Davins & Mirabent, 2006 citado por Bravo, 2020).

Es complejo mantener una buena calidad de relación de pareja ya que son dos personas que poseen una historia personal, su sentido de protección frente a un riesgo, al igual que cierta resiliencia, por esto, es importante integrar la inteligencia emocional puesto que esta es una capacidad que aporta a que la relación sea estable y pueda pervivir por bastante tiempo. El tener un alto grado de inteligencia emocional en una relación de pareja implica la mejora continua de los problemas diarios que pueden existir (Montesino, 2013 citado por Valle, 2020).

Las relaciones de pareja que por lo general perciben o sienten que su relación tiene una buena calidad demuestran mayores niveles

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

de compromiso, satisfacción y bienestar en las relaciones que pueden llegar a tener en un futuro o en las actuales (Martínez, 2014 citado por Toro, Zacarías, Gordillo & Palacios, 2018) claro que se toma en cuenta que se considera a una relación estable a aquella que tiene equilibrio, aquella que demuestre interés por mantener y permanecer la relación de pareja (Stemberg, 2000 citado por Toro, Zacarías, Gordillo & Placios, 2018). Con el aumento del compromiso que exista en la relación se llega a desarrollar lo que es la dependencia conforme pasa el tiempo de convivencia e interacción de los miembros de la pareja.

La importancia de la inteligencia emocional para tener una buena calidad de relación de pareja no solo gira en torno a cómo gestionar las relaciones sociales que tenemos, sino también, en la empatía hacia los demás, lo cual implica las necesidades, sentimientos y perspectivas o puntos de vista diferentes a los nuestros.

Al ser la inteligencia emocional considerada como un rasgo de personalidad se la considera importante para que nosotros nos adaptemos y tengamos éxito en un ambiente específico. En este sentido, Fernández (2013) afirma que la calidad de las relaciones de pareja se ve mejorada con el buen uso de la inteligencia emocional, ya que, la relación de pareja es una de las experiencias con más significado en la adultez y es uno de los roles principales psicosociales que determinan y perfeccionan esta etapa que tenemos todos los seres humanos (Rodrigo & Palacios, 1998 citado por Arenas, 2016).

### **Justificación y Relevancia**

En el proceso de investigación realizado y con base en los artículos encontrados se puede decir que gran parte de las

investigaciones se enfrascan en la inteligencia emocional desde un punto de vista teórico, haciendo énfasis en la influencia que ésta tiene sobre todo tipo de acción que realizan los seres humanos, tomando en cuenta que en base a la información recopilada se puede decir que no existen demasiados artículos que hablen sobre como la inteligencia emocional influye específicamente en la calidad de las relaciones de pareja. Lo que sí se ha encontrado bastante, es acerca de la influencia de la inteligencia emocional en la educación y el ámbito laboral, sin embargo, en escasas ocasiones se encuentra suficiente información sobre como la calidad de la relación de pareja puede ser mejorada con la inteligencia emocional. Por consiguiente, cabe mencionar es que toda gira en base a como se desempeñan dos miembros de una pareja, llegando así a lo que es la calidad de las relaciones de pareja, que conlleva al apoyo, intimidad y comunicación que puedan tener ambos, siendo así que las relaciones conyugales se centran en todo aquello que sea mutuo, ahí es donde la inteligencia emocional juega su papel más importante, esta ayuda a la toma de decisiones y a todo aquello que se base en el razonamiento emocional.

Se hallaron varias investigaciones que hablaban de la inteligencia emocional y de la calidad de la relación de pareja, pero no sobre cómo la una se relaciona con la otra, es decir, la mayoría de los artículos revisados no integraban a la inteligencia emocional con lo que es la calidad de la relación de pareja. De este último mencionado se encuentran varias investigaciones se basan en torno a diferentes enfoques, como lo son la calidad de las relaciones de pareja en

# Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

ámbitos específicos como en la violencia de género o personas en situación de riesgo, o con respecto a lo que se vivió de la pandemia del Covid-19.

En base a toda la información investigada denotando la falta de información del tema, tomando en cuenta la poca información hallada se puede decir que muy pocas investigaciones se centran en cómo se relacionan la inteligencia emocional y la calidad de las relaciones de pareja, hablando desde un punto de vista conjunto, más claro, sobre como la una puede llegar a relacionarse con la otra, la inteligencia emocional beneficiaría muchísimo a que la calidad de las relaciones de pareja pueda verse mejorada. Cabe recalcar que es importante realizar el estudio para indagar que dimensiones son las que predominan en personas de 18 a 25 años, llegando a observar si la inteligencia emocional tiene una correlación con la calidad de las relaciones de pareja.

## **Preguntas de Investigación**

¿Cómo se relaciona la inteligencia emocional y la calidad de relación de pareja en personas de 18 a 25 años?

¿Qué dimensiones de la inteligencia emocional predominan en las personas de 18 a 25 años?

¿Cómo se presenta la calidad de relación de pareja en personas de 18 a 25 años?

¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y los datos sociodemográficos de las personas de 18 a 25 años?

## **Objetivo General**

- Determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y la calidad de relación de pareja en personas de 18 a 25 años.

## **Objetivos Específicos**

- Describir las dimensiones de la inteligencia emocional que predominan en las personas de 18 a 25 años
- Explicar cómo se presenta la calidad de relación de pareja en personas de 18 a 25 años.
- Correlacionar la inteligencia emocional con los datos sociodemográficos (edad, sexo, estado civil, nivel de instrucción) de las personas de 18 a 25 años.

## **2. MARCO METODOLÓGICO.**

### **Paradigma**

Como primer punto, un paradigma es constituido por un marco conceptual en el que se puede decir que se inscriben, como supuestos básicos subyacentes, creencias y valores a los cuales las personas que integran un grupo lo comparten se adhieren a esto de forma fuerte, sin necesidad de que sean conscientes o explícitos (González, 1997 citado por González, 2005).

La palabra paradigma al ser tan importante en las investigaciones científicas fue definido por varios autores, por ejemplo, los paradigmas nos muestran, la diversidad de las formas de poder conocer una temporada o época diferente a la que vivimos actualmente y cada uno de ellos constituye un modo común fuera del cual no es posible conocer (Hurtado & Toro, 1997 citado por González, 2005).

Un paradigma podría ser un compromiso que no necesita explicarse, no formulado ni definido, de un grupo de estudiosos con determinado marco conceptual (Shulman, 1989 citado por González, 2005), al igual que los paradigmas forman parte de las

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

relaciones científicas globalmente conocidas, durante un periodo de tiempo, brindan modelos de problemas y de soluciones a una comunidad científica (Rivas Balboa, 1996 citado por González, 2005).

### **Paradigma Positivista**

Por otra parte, existen varios tipos de paradigmas para las investigaciones científicas, pero en este caso nos vamos a centrar en el paradigma positivista, que es el que vamos a usar en esta investigación, el paradigma positivista es una corriente de pensamiento el cual tuvo inicios en los planteamientos de Auguste Comte, no admite como válidos otros conocimientos sino los que proceden de las ciencias empíricas (Meza, 2003).

De otro forma, el positivismo es un conjunto de reglamentaciones que dirigen el saber humano y que tiende a guardar el nombre de “ciencia” a las operaciones que se pueden observar en la evolución de las ciencias modernas de la naturaleza, el positivismo ha dirigido de forma particular sus críticas contra los desarrollos de la metafísica de todas las clases posibles, por lo tanto, plantea sus juicios de modo que los datos empíricos no puedan refutarse (Kolakowski, 1988 citado por Meza, 2003).

El positivismo define que la realidad es absoluta y medible, que la relación entre investigador y fenómeno de estudio debe ser controlada, puesto que no debe influir en el momento de realizar el estudio, los resultados que son aceptados son aquellos que se pueden medir, en este paradigma no existe la percepción o el más o menos de un resultado (Ramos, 2015 citado por Mejía-Rivas, 2022).

Este paradigma tiene varias características

relevantes, ya que, tiene que ver con la posición de este ante la epistemología central, ya que el positivismo presume que la realidad está dada y escrita y que puede ser conocida de manera absoluta por el sujeto conocedor, por tanto, en el pasado de lo único que había de que preocuparse era de encontrar el método adecuado y válido para encontrar esa realidad, después, asume la existencia de un método específico para lograr descubrir o conocer esa realidad y proponer el uso de dicho método como forma de garantizar de verdad y legitimidad el conocimiento, como conclusión el paradigma positivista se fundamenta sobre el supuesto de que el individuo tiene una posibilidad absoluta de conocer la realidad mediante un método específico y empírico. (Dobles, Zúñiga y García, 1998 citado por Meza, 2003).

Se puede decir que el paradigma positivista ha priorizado o privilegiado los métodos cuantitativos como eje de las investigaciones. Para el positivismo los sujetos de la investigación son capaces de dejar de lado sus sentimientos, emociones y subjetividad de tal manera que se pueda estudiar el objeto, o lo que se dice como la realidad humana desde un punto de vista objetivo, lo que puede decirse que el positivismo supone que el investigador puede ponerse en una posición neutral y que sus valores no pueden influir en los resultados de la investigación (Meza, 2003).

### **Enfoque Cuantitativo**

También, esta investigación tiene un enfoque cuantitativo, Auguste Comte y Emile Durkheim proponían que los estudios sobre diferentes fenómenos sociales que deben ser científicos, pueden ser transformados por medio del método

# Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

científico, ellos afirman que todos los fenómenos son capaces de ser medibles con el método científico (Malagón, Morales, Malagón, Calderón, & Amador, 2014).

El enfoque cuantitativo tiene varias características:

1. Utiliza lo que es la recolección y análisis de datos, para poder probar las diversas hipótesis que se hayan establecido anteriormente.
2. Tiene plena confianza en la medición numérica, el conteo y en la estadística para obtener datos con exactitud sobre cierto fenómeno.
3. Mide y define las variables que se den en dicho fenómeno para un determinado contexto.

## **Alcance de la investigación**

El alcance de una investigación habla sobre los límites y la amplitud que puede tener un estudio o una investigación, esta plantea y define los límites y enfoques del proyecto que se esté estudiando, analizando los aspectos que son relevantes y los que no lo son para que sean excluidos de la investigación. El alcance de la investigación determina lo que es el tema, los objetivos, las preguntas, las variables y las metodologías que se van a utilizar en la investigación, cabe mencionar, que es importante tener un alcance definido para poder realizar el estudio de manera viable y se base en los aspectos sobresalientes y que sean alcanzables dentro de lo posible de la investigación (Ramos, 2020).

## **Alcance correlacional**

En este tipo de alcance se forma la necesidad de plantear una hipótesis en la cual se muestre una correlación entre dos o más variables. (Ramos, 2020). Los estudios

correlacionales lo que pretenden es responder a preguntas que se han formulado en la investigación, también este tipo de investigación tiene la finalidad el reconocer la relación o grado de correlación que existe entre dos o más variables en una muestra en particular (Hernández, Fernández, & Baptista, 2017).

## **Diseño de investigación**

Los diseños de investigación suelen ser fundamentales al momento de realizar una investigación, estos se suelen clasificar en dos grupos, conforme al grado de control que tendrá el investigador sobre las variables y los factores internos o externos que se planteen en estudio; existe el diseño que es puramente experimental, el diseño observacional, el prospectivo, el diseño de investigación, el transversal, el descriptivo, el analítico (Vallejo, 2002).

Tienen como finalidad el encontrar respuestas y soluciones para varias necesidades que enfrentan los seres humanos, en este procedimiento, los niveles de una investigación pueden llegar a tener diferentes o diversos alcances que parte desde lo exploratorio, descriptivo, correlacional hasta alcanzar a lo explicativo, que, como dice su nombre, le da una explicación al fenómeno (Ramos, 2020).

## **No experimental**

El diseño no experimental es aquel que no se manipulan las variables al momento de realizarlo, quiere decir que, es la investigación en donde no se hace intencionalmente la variación de las variables, por tanto, lo que hace el diseño de investigación no experimental es observar fenómenos en su contexto natural, tal y como se dan, para a continuación seguir con el análisis (Agudelo, Aignerren, & Ruiz,

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

2008). La investigación ex post facto o más conocida como investigación no experimental es toda investigación en la que la manipulación de sus variables es imposible, tomando en cuenta que no se puede asignar a los sujetos ni las condiciones en las que se desarrolle en fenómeno (Kerlinger, 1979 citado por Agudelo; Aigner; Ruiz, 2008).

### **Transversal**

Se le cataloga como un estudio observacional que suele tener dos propósitos que son lo descriptivo y lo analítico. Su principal objetivo es reconocer la frecuencia de un fenómeno o de una condición con base en la muestra que este siendo estudiada, Los diseños transversales suelen tener en la muestra individuos que cumplan o no con la condición y en este tipo de diseño, el investigador no puede intervenir en ningún caso, el corte transversal se refiere a la aplicación de los instrumentos aun fenómeno en un determinado tiempo (Rodríguez & Mendivelso, 2018).

### **Muestreo**

El procedimiento que se realizó para encontrar la muestra se basó en la búsqueda de jóvenes adultos de 18 a 25 años que estén o no en una relación de pareja, con el propósito de poder identificar y escoger a los jóvenes que presenten dificultades en inteligencia emocional y calidad de la relación de pareja.

La investigación se efectuó en hombres y mujeres de 18 a 25 años dentro de la ciudad de Quito, tomando en cuenta el consentimiento informado de todos y cada uno de ellos y ellas.

Este procedimiento investigativo y de elección en la ciudad de Quito nos brindó

una muestra significativa de jóvenes adultos, que ayudó al estudio y análisis de múltiples variables relacionadas al fenómeno de investigación.

### **Características de la muestra**

**Relación de pareja:** Las personas que hayan sido escogidas para la muestra deberán estar o haber estado en una relación de pareja, por lo tanto, deben ser jóvenes que actualmente estén solteros/as, casados/as, divorciados/as o en unión libre.

**Edad estipulada:** Los jóvenes incluidos en la muestra deben tener la mayoría de edad hasta los 25 años, es decir, deben cumplir con el rango propuesto de edad de 18 a 25 años.

**Datos sociodemográficos:** La muestra elegida debe ser significativa y que cumplan con el rango de edad estipulada.

### **La muestra**

La población en general o la población objetivo es el grupo completo de elementos, individuos que tienen características esenciales para el proyecto investigativo, pero, cabe tomar en cuenta que es casi irrealizable incluir a todos los sujetos de la población en el estudio de investigación, ya que, se ven limitaciones de recursos, tiempo y de accesibilidad, por consiguiente, se selecciona una muestra más viable pero que sea aun así representativa de la población objetivo para permitirse deducir sobre esta. (Otzen & Manterola, 2017).

La muestra de la presente investigación consiste en participantes jóvenes adultos que obedezcan el rango de edad acordado de 18 a 25 años, que residan en la ciudad de Quito y que hayan estado o estén en una relación de pareja (Soltero/a, Casado/a, Divorciado/a, Viudo/a o unión libre).

### **Criterios de inclusión**

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

Se incluyen a la muestra a los hombres y mujeres que se hayan encontrado en una relación de pareja anteriormente o actualmente.

Se incluyen a jóvenes adultos que se encuentren en el rango de edad concertado, de 18 a 25 años.

Se incorporan a todos los jóvenes de distintas escolaridades para con esto lograr observar las diferentes perspectivas y situaciones con relación a las variables.

### **Criterios de exclusión**

Se excluye a las personas que nunca hayan integrado o estado en una relación de pareja. Se excluye a toda persona que no cumpla con el rango de edad puntuado, quiere decir, que todas las personas menores de edad o personas de la tercera edad, no entran en la muestra.

### **Principios Éticos**

**Consentimiento informado:** Esto implica que los jóvenes adultos que fueron escogidos para la investigación deben estar dispuestos y competentes para que sean capaces de poder participar en el estudio, es decir, que deben dar su consentimiento informado para contar con su integración a la investigación. Los individuos pueden participar en el momento en el que se les haya indicado el propósito, los riesgos y beneficios del estudio (Cañete, Guilhem, & Brito, 2012).

**Privacidad y confidencialidad:** Se protege los datos personales de los participantes, al igual, que se mantiene completa discreción de los mismos sin ningún tipo de filtración de información personal de los individuos de la muestra (Mansilla, 2022).

**Revisión ética:** Antes de realizar cualquier tipo de investigación, esta debe ser aprobada por los comités de ética ya que evalúan el

cumplimiento de la ética de la ya mencionada investigación.

### **Instrumentos**

#### **Test de inteligencia Emocional de Daniel Goleman**

Los autores de este instrumento fueron Salovey, Mayer, Goldman, Tirvey y Palfai en 1995 basándose del modelo de Daniel Goleman; el cual se utilizó con el propósito de conocer el nivel de inteligencia emocional de los jóvenes adultos de la muestra, este Test está compuesto por 24 ítems y mide tres dimensiones 1. Atención: Somos capaces de sentir y de expresar nuestros sentimientos de buena forma, 2. Claridad: Comprensión adecuada de nuestras emociones, y por último 3. Reparación: Es la regulación de nuestras emociones, de que somos capaces de regular nuestras emociones de forma correcta. Este Test contiene afirmaciones sobre los sentimientos y emociones que nos permiten ver el grado de acuerdo o desacuerdo sobre las mismas. Los ítems de la atención emocional son del 1 al 8, de claridad emocional corresponden los ítems de 9 al 16, y por consiguiente para reparación emocional son los ítems del 17 al 24. Dentro del estudio realizado por Fernández y Mestre, 2004 se obtuvo los coeficientes de confiabilidad de Cronbach para las 3 dimensiones entre 0,82 y 0,87 con una media= 0,86.

#### **Escala de Ajuste Diádico (EAD)**

El nombre original de este instrumento es el Dyadic Adjustment Scale (DAS), cuyo autor fue Spanier en 1976, y en 1996 se creó la versión española por Cáceres modificada en 2017 por Martín, Cano y Beunza; el cual se utilizó con el propósito de realizar una evaluación de la calidad y el ajuste de la



# Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

pareja, fue desarrollada como una escala multidimensional, que se puede aplicar a matrimonios u a otro tipo de parejas, esta compuesta por 32 ítems al ser sumadas da un rango directo que sirve para la interpretación. Diferentes estudios realizados informan que, generalmente, la escala cuenta con una confiabilidad interna que varía entre 0,50 y 0,95, tanto como escala global como por subescalas.

## Análisis de resultados

En el presente trabajo investigativo, los resultados que se obtuvieron fueron sometidos a un análisis minucioso, con el uso de dos programas informáticos que son muy conocidos en el campo de la investigación que son: Microsoft Excel y SPSS 22 Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (Statistical Package for the Social Sciences), se escogió estos dos programas para el análisis de los resultados por las funcionalidades que ambos poseen.

## 3. RESULTADOS.

Los siguientes resultados son producto de dos test aplicados a 107 personas de 18 a 25 años que residen en la ciudad de Quito, los test fueron aplicados desde el 25 de noviembre hasta el 21 de diciembre del 2023.

Datos sociodemográficos:

Figura 1

*Edad.*

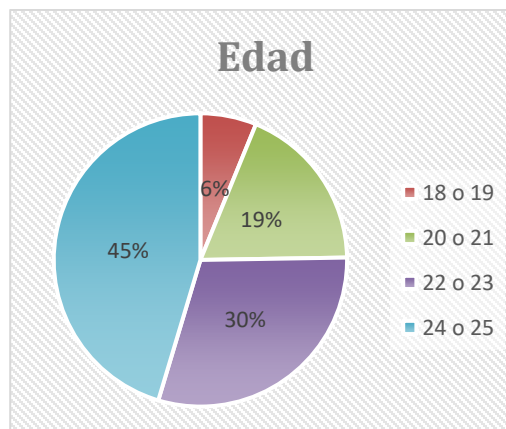


Figura 1. En la presente figura se puede observar que el 45% corresponde a 44 personas de la muestra de esta investigación son de 24 o 25 años, el 30% corresponde a 29 personas de 22 o 23 años, el 19% corresponde a 18 personas de 20 o 21 años y el 6% corresponde a 6 personas de 18 o 19 años.

Figura 2

*Sexo*

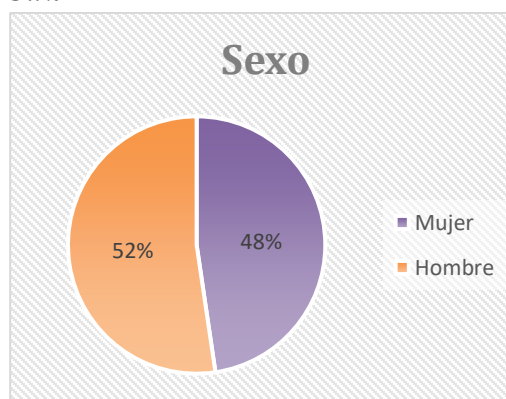


Figura 2. En la presente imagen se puede apreciar que el 48% equivalente a 51 personas de la muestra son mujeres, y el 52% equivalente a 56 personas son hombres.

Figura 3

*Estado Civil*

# Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

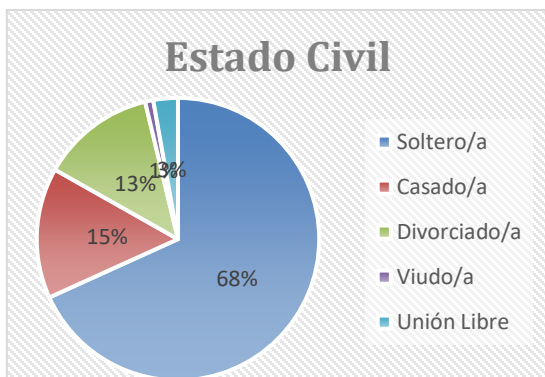


Figura 3. En el presente gráfico se puede observar que el 68% que son 73 personas de la muestra son solteros/as, el 15% que son 16 personas son casados/as, el 13% que son 14 personas son divorciados/as, el 3% que son 3 personas se encuentran en unión libre y el 1% que es 1 persona es viudo/a.

Figura 4

Nivel de Instrucción

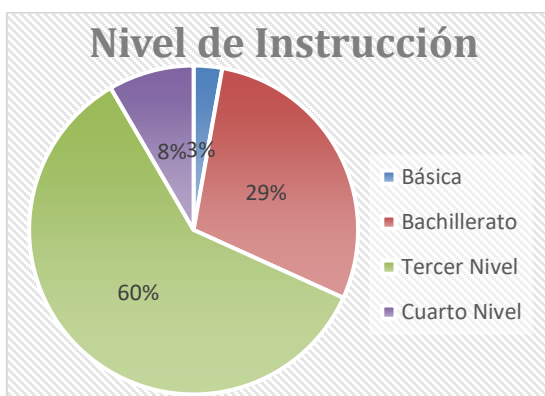


Figura 4. En el presente gráfico se puede apreciar que el 60% corresponde a 64 personas de la muestra que son de tercer nivel, el 29% corresponde a 31 personas que son bachilleres, el 8% corresponde 9 a personas son de cuarto nivel y el 3% corresponde a 3 personas son de nivel básico.

Tabla 1

Relación entre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja

Correlación		Inteligencia emocional	Calidad de la relación de pareja
Inteligencia emocional	Coefficiente de correlación	1,000	-,029
	Sig. (bilateral)		,769
	N	150	107
Calidad de la relación de pareja	Coefficiente de correlación	-,029	1,000
	Sig. (bilateral)	,769	
	N	107	107

Tabla 1. Como contestación al objetivo “Determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja en personas de 18 a 25 años”.

Figura 5

Dimensiones que predominan en la inteligencia emocional

Atención Mujeres

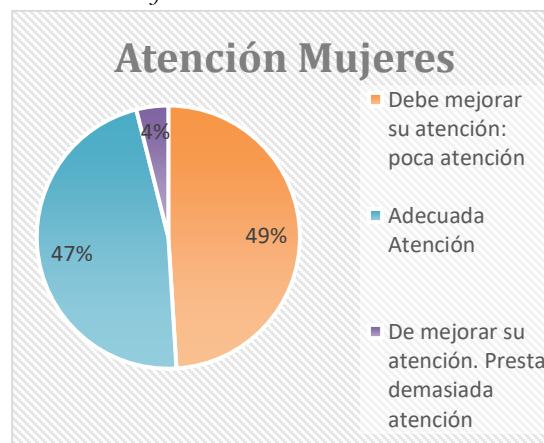


Figura 5.1 En la presente imagen se puede apreciar que la dimensión de atención para la población femenina el 49% debe mejorar su atención: presta poca atención, el 47% tienen una adecuada atención y el 4% deben mejorar su atención: prestan demasiada atención. La dimensión predominante es con un 49% en que debe mejorar su atención: presta poca atención.

Claridad Mujeres

# Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

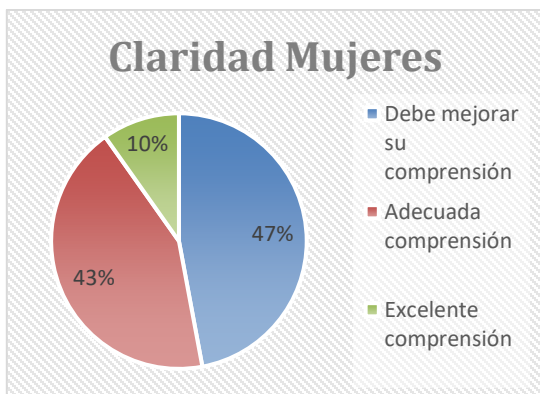


Figura 5.2 En el presente gráfico se puede apreciar que la dimensión de claridad para la población femenina el 47% debe mejorar su comprensión, el 43% tienen adecuada comprensión y el 10% tienen excelente comprensión. La dimensión predominante es con 47% en que debe mejorar su comprensión.

## Reparación Mujeres

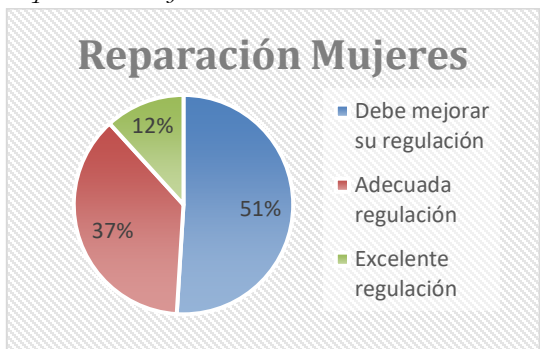


Figura 5.3 En la presente figura se puede apreciar que la dimensión de reparación para la población femenina el 51% debe mejorar su regulación, el 37% tienen una adecuada regulación y el 12% tienen una excelente regulación. La dimensión predominante es con 51% en que debe mejorar su regulación.

## Atención Hombres

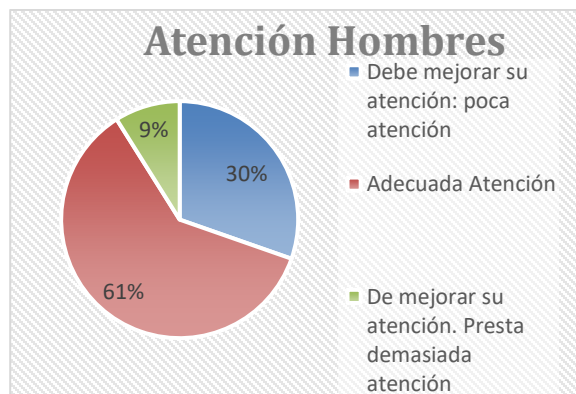


Figura 5.4 En la presente imagen se puede apreciar que la dimensión de atención para la población masculina el 61% tienen una adecuada atención, el 30% debe mejorar su atención: presta poca atención, y el 9% deben mejorar su atención: prestan demasiada atención. La dimensión predominante es con 61% tienen una adecuada atención.

## Claridad Hombres

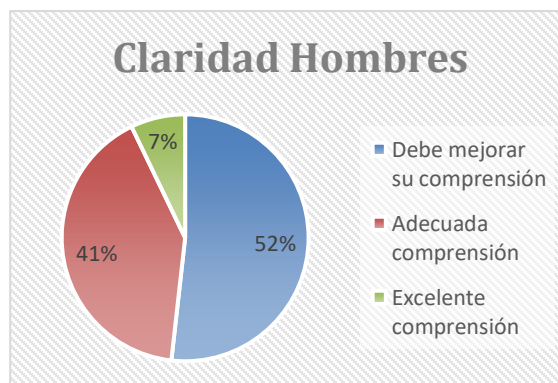


Figura 5.5 En el presente gráfico se puede apreciar que la dimensión de claridad para la población masculina el 52% debe mejorar su comprensión, el 41% tienen adecuada comprensión y el 7% tienen excelente comprensión. La dimensión predominante es con 52% en que debe mejorar su comprensión.

## Reparación Hombres

# Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

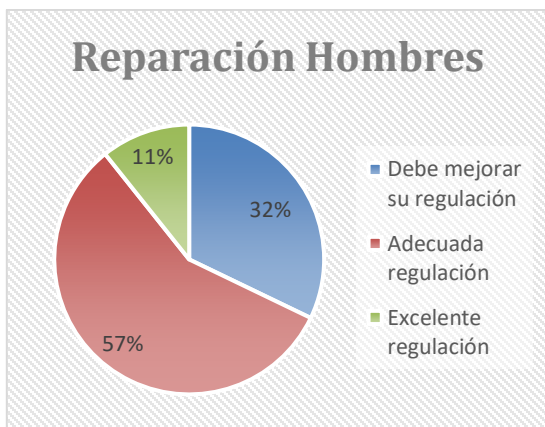


Figura 5.6 En la presente figura se puede apreciar que la dimensión de reparación para la población masculina el 57% tienen una adecuada regulación, el 32% debe mejorar su regulación y el 11% tienen una excelente regulación. La dimensión predominante es con 57% tienen una adecuada regulación.

Figura 6

Como se presenta la calidad de la relación de pareja

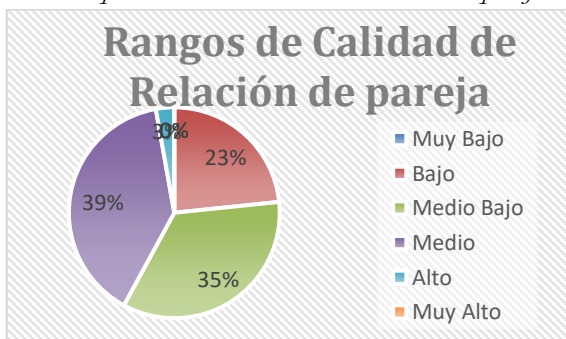


Figura 6. De acuerdo con el objetivo “Explicar cómo se presenta la calidad de la relación de pareja en personas de 18 a 25 años”. En la presente imagen se puede apreciar que el 39% de la muestra de esta investigación tienen un rango medio, el 35% tienen un rango de medio bajo, el 23% tienen bajo y el 3% tienen un rango alto, también se puede observar que de las personas de la muestra ninguna tuvo un rango ni muy alto ni tampoco muy bajo, por lo tanto, equivalen a 0%. Se puede ver que el porcentaje más alto de la muestra es de

39% que presenta un rango medio, es decir, no presentan problemas significativos, ni niveles muy atípicos en su calidad de la relación de pareja.

Tabla 2

Correlación entre la inteligencia emocional y los datos sociodemográficos.

Correlación		Edad	Sexo	Estado civil	Nivel de instrucción
Test de Inteligencia emocional	Coefficiente de correlación	,044	,201*	-,047	,178
	Sig. (bilateral)	,654	,038	,038	,066
	N	321	107	107	107

Tabla 2. En conclusión, al objetivo “Correlacionar la inteligencia emocional con los datos sociodemográficos (edad, sexo, estado civil, nivel de instrucción) de las personas de 18 a 25 años”. En la presente tabla se puede observar que existe solo una correlación significativa de -,201\* entre la inteligencia emocional y el sexo de los datos sociodemográficos, con respecto a los otros datos sociodemográficos, no existe correlación con la inteligencia emocional.

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

### Discusión

En el presente estudio tiene como objetivo la presencia de una posible relación entre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja que son vistas como habilidades emocionales, tomando en cuenta que a ambas las afecta o influencia diversos factores. Sin embargo, estas dos variables han sido muy estudiadas e investigadas por varios autores que establecen diferentes conceptos y aspectos de las mismas. Recalcando las características e individualidades de cada variable investigada.

La investigación de Romero (2019) sobre la

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

inteligencia emocional y la percepción de la calidad de la relación de pareja menciona que la mayoría de la población se encontraba satisfecha con su pareja sin influencia de la inteligencia emocional, llegando al resultado de que estas dos variables no se correlacionan. Mencionando a los estudios de Alarcón, Aznar y Fernández (2017) que trata sobre la inteligencia emocional y la satisfacción de pareja, trata que en la dimensión de claridad emocional y la satisfacción de pareja si existe una correlación, comprendiendo las habilidades intrapersonales, llegando a la conclusión de que las personas que tienen una buena inteligencia emocional son capaces de comprender, manejar y percibir las propias emociones y las de los demás. Para adición también se apreciaron resultados en los que la satisfacción se enfoca a la calidad de la relación, en donde se recalca la comunicación como el factor importante para cumplir las expectativas de las personas que conforman la pareja

Por otra parte, en el estudio de Sánchez, Montañés, Latorre y Fernández (2006) sobre la inteligencia emocional percibida y la salud mental en la pareja muestran de forma clara que no existe una relación entre las dos variables, tomando en cuenta que, los análisis indicaban que los miembros de la pareja mostraban la ausencia de una relación concisa con la inteligencia emocional y la salud mental de su pareja, pero se evidencia una relación indirecta entre ambas variables. En la investigación de Zapata (2019), los resultados de las dimensiones en la inteligencia emocional arrojaron un nivel bajo más frecuente en los hombres, interpretándose como la falta de para poder dirigir sus sentimientos y emociones

propias.

Se puede apreciar en el presente trabajo que existe una correlación entre la inteligencia emocional y el sexo de la muestra utilizada, tomando en cuenta que se tuvo de participantes a hombres y mujeres de 18 a 25 años. En la investigación de Mayer (2011), se puede observar que dentro del esquema de la pareja existen los estereotipos como que la mujer es el sexo emocional y los hombres no logran entender o practicar dichas emociones, lo cual lograría hacer diferencias significativas con relación al sexo, por lo que ellos podrían presentar menores niveles en la dimensión de claridad emocional para que puede apreciarse y percibirse la calidad de una relación de pareja como satisfactoria. También, se encontró que los niveles de atención, claridad y reparación de los hombres es mucho mejor que de las mujeres. De esta forma, en la investigación de García y Quezada (2020), se encontró que los niveles de la dimensión de atención emocional son encabezados por las mujeres y de claridad y reparación es encabezada por los hombres, demostrando la importancia de estas dimensiones dentro de las relaciones de pareja. Para García (2021) demostró niveles normales de las tres dimensiones de la inteligencia emocional en más de un 50% de su población utilizada, lo que demuestra la diferencia con la presente investigación, ya que se observan resultados muy variados con respecto a las dimensiones de la inteligencia emocional tanto de hombres como de mujeres. En el estudio de Bravo (2020), “Calidad de la relación de pareja y el Bienestar psicológico en una muestra de madre de niños entre 1 y 5 años,” se arrojaron resultados de una relación entre la

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

calidad de la relación de pareja y el bienestar psicológico, mostrando una correlación significativa de los rangos de ajuste diádico y las áreas de bienestar psicológico.

En otras investigaciones como la de Adicional, Milozzi y Marmo (2022) proponer el análisis desde la correlación con los tipos de apego que son el evitativo, ansioso, desorganizado e inseguro, destacando igualmente que se puede investigar sobre la existencia de o no de padecimientos psicológicos como depresión, trastornos de personalidad, ansiedad, entre otros. Con respecto a la calidad de la relación de pareja Merlyn (2020) indica en su investigación que la pasión es un factor para empezar una relación, pero no significa que es un factor de pertenencia, de igual manera, los participantes se mostraban más interesados por temas como no guardar secretos en la relación y que el amor puede influenciar en mejoras importantes en la pareja, pero, estos temas vienen junto con la violencia y la dependencia en la pareja.

Muchas investigaciones hablan principalmente de la violencia en la pareja ya sean agresiones físicas, psicológicas o económicas que llegan a ser una dificultad al momento de la creación de una pareja sana y segura. Como menciona Castrillón, Osorio, Parra y Sepúlveda (2020) en su investigación “Correlación entre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja en personas con diferentes orientaciones sexuales de la ciudad de Medellín” se tiene como resultado que cuando las parejas tienen discusiones prefieren evitar la comunicación, y con esto surgen sentimientos de angustia y preocupación, los cuales pueden generar

ansiedad, en dicha investigación se logran observar resultados de correlaciones significativas con la dependencia y la calidad de la relación de pareja, haciendo referencia a temas como el respeto, privacidad e independencia, de igual forma, se refleja que las conductas que tienen que ver con la dependencia emocional muestran la tendencia psicopatológica

### Conclusiones

Acorde con los resultados obtenidos en la presente investigación, se puede concluir que no existe una relación entre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de la pareja en personas de 18 a 25 años. Esto plantea que para obtener una buena calidad de la relación de pareja se requiere de muchos otros factores que influyan a la misma, como lo son los aspectos personales de cada individuo, gustos, pensamientos, creencias entre otros, al igual que con la inteligencia emocional, ya que existen otros factores que afectan esta como, aspectos intrapersonales, sentimientos y emociones. De igual forma, se puede concluir que observando los resultados obtenidos existen mejores puntajes en las dimensiones de atención, claridad y reparación de los hombres, por lo que se pensaría que sería lo contrario, también, de forma general se observó que los resultados que predominaban tanto de hombres y mujeres fue en la dimensión de reparación, ya que los resultados fueron altos, llegando a apreciar que la mayoría de la muestra de esta investigación tienen una buena regulación de sus emociones y de la de los demás.

Por último, de la misma manera se realizó los estudios en base a los datos obtenidos se pueden distinguir que no existe una

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

correlación con todos los datos sociodemográficos con la inteligencia emocional, ya que tomando en cuenta que en el sexo si se presentó una correlación significativa con la inteligencia emocional, de igual manera los resultados del test de inteligencia emocional dependen mucho de las edades y el nivel de instrucción, aparte del sexo. Por ende, como conclusión de los resultados que se obtuvieron no existe ningún tipo de relación entre la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja, al igual que tampoco existe una correlación entre los datos sociodemográficos con la inteligencia emocional.

### **Limitaciones**

Como limitaciones se encontraron varios aspectos que afectaron a la realización de esta investigación. Una limitación relevante fue en la búsqueda de investigaciones relacionadas al presente estudio, ya que existen muchos artículos que hablan sobre la inteligencia emocional y la violencia de género, en cómo influye esta al ámbito laboral, igual que con la otra variable, se encontraban estudios de como la calidad de la relación de pareja se presenta en adultos mayores, en personas con enfermedades catastróficas, o en situaciones de familias disfuncionales. Otra de las limitaciones que

se presentó, fue el hecho de que las personas de 18 a 25 años ponían resistencia al momento de querer realizar los test, aunque todos accedieron de manera voluntaria, los jóvenes llenaban con demasiada rapidez los formularios para poder terminar.

### **Recomendaciones**

Es importante recomendar el fomentar la realización de estudios futuros sobre el tema de la presente investigación, quiere decir, incrementar la investigación de como la inteligencia emocional y la calidad de la relación de pareja en adultos jóvenes. Por otra parte, sería importante el realizar investigaciones más profundas de los aspectos que intervengan en la calidad de las relaciones de pareja.

Sería de mucha utilidad la obtención de diferentes metodologías para recopilar otros datos que pueden ser importantes para este tipo de investigaciones, con estas variables, de la misma manera, la profundización de las dimensiones del test de inteligencia emocional, analizando otros puntos importantes que pueden llegar a generar una interpretación más específica.

En definitiva, se recomienda realizar este tipo de investigaciones con una muestra más variada en edades, ya que no solo los jóvenes pueden participar, sino también, adultos y personas de la tercera edad.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

- Agudelo, Aignerren, & Ruiz. (2008). Diseño de investigación experimental y no-experimental. Obtenido de [https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/2622/1/AgudeloGabriel\\_2008\\_DisenosInvestigacionExperimental.pdf](https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/2622/1/AgudeloGabriel_2008_DisenosInvestigacionExperimental.pdf)
- Alcalde. (2021). El impacto del covid-19 en la calidad de las relaciones de pareja en población española. Biblioteca Digital Universidad de Alcalá. Obtenido de

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

[https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/47708/TFM\\_ALCALDE\\_HERRERA\\_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/47708/TFM_ALCALDE_HERRERA_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Arenas & Hidalgo (2016). Calidad de la relación de pareja en familias en situación de riesgo psicosocial: un estudio descriptivo. Depósito de Investigación Universidad de Sevilla. Obtenido de

<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/64571/Calidad%20de%20la%20relaci%c3%b3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Arrabal. (2018). Inteligencia Emocional. Elearning S.L. Obtenido de

[https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=bp18DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=historia+de+la+inteligencia+emocional&ots=RtK1ingVDw&sig=hMOpfKSljUwpYF7kOXv\\_KCNPDO8#v=onepage&q=rodriguez&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=bp18DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=historia+de+la+inteligencia+emocional&ots=RtK1ingVDw&sig=hMOpfKSljUwpYF7kOXv_KCNPDO8#v=onepage&q=rodriguez&f=false)

Arteta, Cunza, Huamán & Valdiviezo. (2022). Escala de calidad de relación de pareja en el contexto Covid-19. Revista de la Facultad de Medicina Humana. Obtenido de

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312022000200308&script=sci\\_arttext#B9](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312022000200308&script=sci_arttext#B9)

Blázquez, Moreno, & García-Baamonde. (2015). Maltrato psicológico en las relaciones de pareja. La inteligencia emocional como factor protector y diferencias de género. Boletín de psicología. Obtenido de <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N113-2.pdf>

Bravo. (2020). Calidad de la relación de pareja y el bienestar psicológico en una muestra de madres de niños entre 1 y 5 años. Repositorio Universidad de Lima. Obtenido de

[https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/11320/Illich\\_Bravo\\_Alexandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/11320/Illich_Bravo_Alexandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Cañete, Guilhem, & Brito. (2012). Consentimiento informado: algunas consideraciones actuales. Acta bioethica. Obtenido de [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S1726-569X2012000100011&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S1726-569X2012000100011&script=sci_arttext)

Casas. (2003). La Inteligencia Emocional. Revista Costarricense de Trabajo Social. Obtenido de <https://revista.trabajosocial.or.cr/index.php/revista/article/view/108/121>

Fernández. (2013). La inteligencia emocional. Revista de Claseshistoria. Obtenido de

[https://www.google.es/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjWiuCcxuqDAXVHVTABHQn3AqAQFnoECA0QAQ&url=http%3A%2F%2Fwww.claseshistoria.com%2Frevista%2F2013%2Farticulos%2Ffernandez-inteligencia-emocional.pdf&usq=AOVvaw0dLyW\\_AoranAl3x7fvGLhF&opi=89978449](https://www.google.es/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjWiuCcxuqDAXVHVTABHQn3AqAQFnoECA0QAQ&url=http%3A%2F%2Fwww.claseshistoria.com%2Frevista%2F2013%2Farticulos%2Ffernandez-inteligencia-emocional.pdf&usq=AOVvaw0dLyW_AoranAl3x7fvGLhF&opi=89978449)

González. (2005). ¿ Qué es un paradigma? Análisis teórico, conceptual y psicolingüístico del término. Investigación y postgrado. Obtenido de

[http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1316-00872005000100002](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-00872005000100002)



## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

- Malagón, Morales, Malagón, Calderón, & Amador, S. &. (2014). Paradigmas en la investigación. Enfoque cuantitativo y cualitativo. *European Scientific Journal*, 10(15).  
Obtenido de <https://core.ac.uk/reader/236413540>
- Mansilla. (2022). Confidencialidad y privacidad. Prialmera Edición Comité Iberoamericano de Ética y Bioética Depósito Legal. Obtenido de [https://www.comiteiberoamericanobioetica.com/files/ugd/cd1316\\_39c93e980b0c46eca8952c7ed279c9d4.pdf#page=64](https://www.comiteiberoamericanobioetica.com/files/ugd/cd1316_39c93e980b0c46eca8952c7ed279c9d4.pdf#page=64)
- Medina, Rivera & Aguasvivas. (2016). El apego adulto y la calidad percibida de las relaciones de pareja: evidencias a partir de una población adulta joven. *Salud & Sociedad*.  
Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4397/439749582005.pdf>
- Mejía-Rivas. (2022). Los paradigmas en la investigación científica. *Revista Ciencia Agraria*.  
Obtenido de <file:///C:/Users/User/OneDrive%20-%20Universidad%20Indoamerica/Escritorio/1.+Los+paradigmas+en+la+investigaci%C3%B3n+cient%C3%ADfica.pdf>
- Meza. (2003). El paradigma positivista y la concepción del conocimiento. *Revista Digital: Matemática, Educación e Internet*. Obtenido de <https://revistas.tec.ac.cr/index.php/matematica/article/view/2296/2087>
- Montoya, & Salcido. (2004). Parejas jóvenes y divorcio. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Obtenido de <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/2004-1/Art20104.pdf>
- Navedo, D. (2018). Calidad de relación de pareja e hiperémesis gravídica en gestantes atendidas en el hospital II abancay de essalud de abrial a junio de 2018. Repositorio Universidad Alas Peruanas. Obtenido de [https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/3928/Tesis\\_Calidad\\_Relaci%C3%B3n\\_Pareja\\_Hiper%C3%A9mesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/3928/Tesis_Calidad_Relaci%C3%B3n_Pareja_Hiper%C3%A9mesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Oliveros. (2018). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra. *Revista de investigación*. Obtenido de [La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra \(redalyc.org\)](La%20inteligencia%20emocional%20desde%20la%20perspectiva%20de%20Rafael%20Bisquerra%20(redalyc.org))
- Otzen, & Manterola. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology*. Obtenido de [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95022017000100037&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95022017000100037&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Ramos. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamerica*. Obtenido de [Los alcances de una investigación - Dialnet \(unirioja.es\)](Los%20alcances%20de%20una%20investigaci%C3%B3n%20-%20Dialnet%20(unirioja.es))

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

- Ríos & Estrada. (2021). Las relaciones de pareja en la actualidad desde la perspectiva de adultos jóvenes. Doctoral dissertation, Unilasallista Corporación Universitaria. Obtenido de <http://repository.unilasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/3204/1/20171094-20171482.pdf>
- Rodríguez, & Mendivelso. (2018). Diseño de investigación de corte transversal. Revista médica sanitas. Obtenido de [https://www.researchgate.net/profile/Fredy-Mendivelso/publication/329051321\\_Diseño\\_de\\_investigación\\_de\\_Corte\\_Transversal/links/5c1aa22992851c22a3381550/Diseño-de-investigación-de-Corte-Transversal.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Fredy-Mendivelso/publication/329051321_Diseño_de_investigación_de_Corte_Transversal/links/5c1aa22992851c22a3381550/Diseño-de-investigación-de-Corte-Transversal.pdf)
- Romero. (2019). La inteligencia emocional y su influencia en la percepción de la calidad de la relación de pareja de los funcionarios del gad municipal del cantón santa rosa de la provincia del oro. Repositorio Universidad Tecnológica Indoamerica. Obtenido de <https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/1379/1/TESIS%20FINAL%20AMBAR%20ROMERO.pdf>
- Serna. (2019). Inteligencia Emocional, Daniel Goleman. Con-Ciencia Serrana. Obtenido de <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ixtlahuaco/article/view/3677/5853>
- Toro, Zacarías, Gordillo & Placios. (2018). Influencia de la crianza recibida en la calidad de la relación de pareja de adultos jóvenes. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. Obtenido de [https://www.researchgate.net/profile/Ximena-Zacarias-Salinas/publication/327944311\\_Influencia\\_de\\_la\\_Crianza\\_Recibida\\_en\\_la\\_Calidad\\_de\\_la\\_Relacion\\_de\\_Pareja\\_de\\_Adultos\\_Jovenes/links/5bae744845851574f7eea1cc/Influencia-de-la-Crianza-Recibida-en-la-Calidad-d](https://www.researchgate.net/profile/Ximena-Zacarias-Salinas/publication/327944311_Influencia_de_la_Crianza_Recibida_en_la_Calidad_de_la_Relacion_de_Pareja_de_Adultos_Jovenes/links/5bae744845851574f7eea1cc/Influencia-de-la-Crianza-Recibida-en-la-Calidad-d)
- Valle. (2020). Calidad de la relación de pareja y el bienestar psicológico en una muestra de madres de niños entre 1 y 5 años. Repositorio Universidad de Lima. Obtenido de [https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/11320/Illich\\_Bravo\\_Alexandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/11320/Illich_Bravo_Alexandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Vallejo. (2002). El diseño de investigación: una breve revisión metodológica. Archivos de cardiología de Mexico. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/archi/ac-2002/ac021b.pdf>

# Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

## AGRADECIMIENTOS.

A mi amada madre Paulina, por ser la persona fuerte e inquebrantable que conozco, mi refugio, mi confidente, mi mejor amiga e inspiración en los momentos difíciles, por ser un ejemplo de que de las adversidades se puede seguir adelante y por su apoyo incondicional en cada paso que doy.

A mi amado hermano David, gracias por ser un apoyo, y mi compañero de momentos felices que ha llenado mi corazón de gratitud y motivándome a que con seguridad estaremos juntos para enfrentar cualquier circunstancia de la vida.

A mi amada abuelita Olguita, aunque el tiempo no nos alcanzó, agradezco siempre haber tenido una segunda madre como ella, llena de amor para tus nietos, de sabiduría para aconsejar, de sonrisas para dar, gracias por ser esa mujer maravillosa que me acompañó en mi vida.

A mi amado abuelito Eduardo, por ser esa figura paterna que ha estado conmigo siempre, por enseñarme cosas nuevas, por apoyarme e instruirme y por desempeñar un papel muy importante y esencial en mi vida.

A mis amados tíos y primos, por su apoyo y cariño, llenando de hermosos e inolvidables momentos mi vida, compartiendo sonrisas y lágrimas, brindándome un amor y apoyo innegable.

A mi mejor amigo Adrián, porque, aunque la distancia nos separa, no ha dejado de ser un apoyo constante, por los buenos y malos momentos, y por no dejar de brindarme su valiosa amistad.

## DEDICATORIA.

Con profundo amor a mi madre y mi hermano, por ser los pilares de mi vida, por ayudarme en todo momento, por aconsejarme, les dedico este trabajo de investigación, por ser mi felicidad y apoyo en todo momento.

**Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de  
18 a 25 años de edad.**

# Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

## ANEXOS.

Instrumento Test de inteligencia emocional

### TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE DANIEL GOLEMAN

En primer lugar, debes leer las siguientes afirmaciones sobre vuestras emociones y sentimientos e indicar el grado de acuerdo o de desacuerdo con respecto a las mismas. No olvides que no hay respuestas correctas o incorrectas, marca la que más se aproxime a vuestra preferencia.

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	22
2.	Normalmente me preocupo 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.	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	24
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	18
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión positiva.	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 siento mal.	1	2	3	4	5	

## Inteligencia Emocional y Calidad de la Relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad.

21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me preocupa 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

Instrumento de calidad de la relación de pareja DAS.

### ESCALA DE AJUSTE DIADICO

Nombre \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

Marca con una X el espacio que refleje mejor tu posición actual en cada uno de los siguientes aspectos, en tu relación de pareja.						
	Siempre de acuerdo	Casi siempre de acuerdo	Discrepando ocasional	Discrepando frecuentemente	Casi Siempre en desacuerdo	Siempre en desacuerdo
1. Manejo de Finanzas Económicas _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Diversiones _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Cuestiones religiosas _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Demostración de afecto _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Amistades _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Relaciones sexuales _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Convencionalismos (¿Qué es lo correcto o lo incorrecto?) _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Filosofía de la vida _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Relaciones con los suegros _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Objetos, afines, valores _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Cantidad de tiempo a pasar juntos _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Toma de decisiones importantes _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Tareas domésticas _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Intereses y actividades a realizar durante el ocio _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Decisiones en relación con el trabajo _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## ESCALA DE AJUSTE DIADICO

	Siempre	Casi siempre	A menudo	Ocasionamente	Raramente	Nunca
16. ¿Con qué frecuencia habéis pensado en la separación? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. ¿Con qué frecuencia te vas de casa tras una pelea? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. ¿Con qué frecuencia piensas que las cosas os van bien como pareja? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. ¿Confías en tu pareja? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. ¿Lamentas el haberte casado? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. ¿Con qué frecuencia discutís o reñís? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. ¿Con qué frecuencia hacéis que el otro pierda los estribos? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

23. ¿Besas a tu pareja?

- Todos los días     Casi todos los días     Ocasionamente     Raramente     Nunca

24. ¿Participáis juntos en actividades fuera de la pareja?

- En todas     Casi todas     Algunas     Pocas     Ninguna

	Nunca	Menos de una vez al mes	Una o dos veces al mes	Una o dos veces a la semana	Una o al día	Más de una vez al día
25. ¿Intercambiáis ideas estimulantes? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. ¿Os reís juntos? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. ¿Discutís algo con calma? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. ¿Trabajáis juntos en un proyecto? .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## ESCALA DE AJUSTE DIADICO

---

En lo que sigue las parejas a veces están de acuerdo y otras en desacuerdo. Indica si en las últimas semanas el desacuerdo en alguno de los puntos siguientes es ha causado problema: (Contesta Sí o No).

29. Estar demasiado cansada para hacer el amor \_\_\_\_\_  Sí  No

30. Ausencia de demostraciones afectivas \_\_\_\_\_  Sí  No

31. Los puntos de la línea de abajo representan grados diferentes de satisfacción con tu relación. Suponiendo que el punto más del lado izquierdo representa "muy insatisfecho" y el grado de satisfacción señalado por la raya en tu pareja, marca con una X el punto que mejor refleje tu propio grado de satisfacción.

Muy insatisfecho	Bastante insatisfecho	Un poco insatisfecho	Satisfecho	May Satisfecho	Extremadamente Satisfecho	Perfecto
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

32. De las formas que siguen, ¿cuál refleja mejor tu forma de ver el futuro de tu relación?

- Deseo de todo corazón que nuestra relación tenga éxito y haría lo imposible porque fuese así.
- Deseo muchísimo que nuestra relación tenga éxito y haré lo que pueda para que así sea.
- Deseo mucho que nuestra relación tenga éxito y pondré mucho de mi parte para que así sea.
- Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito, pero no puedo hacer mucho más de lo que ya hago.
- Sería bueno que nuestra relación tuviera éxito, pero me niego a hacer más de lo que ya hago para preservarla.
- Nuestra relación nunca podrá ser un éxito. No hay nada más que yo pueda hacer para preservarla.