

**UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades**

**Influencia de Programas Educativos de Inteligencia Emocional en el  
Desempeño Laboral de las Personas**

**Proyecto de Investigación**

**Margarita Alejandra Yépez Tamayo**

**Psicología Clínica**

Trabajo de titulación presentado como requisito para la obtención del título  
de Psicóloga Clínica

Quito, 14 de diciembre de 2016

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ  
COLEGIO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**HOJA DE CALIFICACIÓN  
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

Influencia de Programas Educativos de Inteligencia Emocional en el  
Desempeño Laboral de las Personas

**Margarita Alejandra Yépez Tamayo**

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Ana María Viteri, Ph.D.

Firma del profesor

---

Quito, 14 de diciembre de 2016

### **Derechos de Autor**

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: \_\_\_\_\_

Nombres y apellidos: Margarita Alejandra Yépez Tamayo

Código: 00107130

Cédula de identidad: 1003093943

Lugar y fecha: Quito, 14 de diciembre de 2016

## RESUMEN

**Antecedentes:** Varias investigaciones han demostrado que la inteligencia emocional es un factor esencial para un desarrollo integral del niño ya que los niños desarrollan habilidades para entender las emociones de los demás, tener autocontrol sobre las propias emociones y resolver conflictos de una manera asertiva. (Aguaded &Pantoja, 2015). Del mismo modo, Daniel Goleman (2001) se ha apoyado en datos convincentes en los que se revela que la inteligencia emocional es responsable del 85 al 90 % del éxito en el área del liderazgo en el mundo laboral. Partiendo de ello, este estudio se basará en la inclusión de un programa educativo de inteligencia emocional para medir la influencia en el desempeño laboral. **Metodología:** Para el presente estudio longitudinal se utilizaron 40 niños y niñas divididos en 2 grupos de 20 personas, el grupo de de tratamiento y grupo control, a los cuales se les administró dos pruebas denominadas Emotional Quotient Inventory (EQ-I) y Trait Meta Mood Scale (TMMS) antes y después del programa educativo de inteligencia emocional que durará tres meses para medir la influencia del mismo sobre el desempeño laboral. **Resultados:** Los resultados esperados según la revisión de literatura sería un aumento de habilidades sociales, entendimiento de emociones, manejo de estrés y otras características básicas para alcanzar el liderazgo en el ámbito laboral. **Conclusiones:** Los programas educativos de inteligencia emocional influyen de manera positiva en el desarrollo de habilidades necesarias para obtener un desempeño laboral exitoso.

**Palabras clave:** inteligencia emocional, programas educativos, éxito laboral, reconocimiento de emociones, liderazgo.

## ABSTRACT

**Background:** Several researches have shown that emotional intelligence is an essential factor for a child's integral development and that children develop the skills to understand the emotions of others, to have self-control over one's emotions and to resolve conflicts in an assertive way. (Aguaded & Pantoja, 2015). Similarly, Daniel Goleman (2001) has relied on compelling data revealing that emotional intelligence accounts for 85-90% of leadership success in the world of work. Based on this, this study will be based on the inclusion of an educational program of emotional intelligence to measure the influence on work performance. **Methodology:** For the present longitudinal study, 40 boys and girls were divided in 2 groups of 20 people, the group of treatment and control group, which are administered from the tests called Inventory of emotional quotient (EQ-I) and Trait Meta Humor Scale (TMMS) before and after the educational intelligence program that lasted three months to measure the influence of the same on work performance. **Results:** The expected results according to the literature review should be an increase in social skills, understanding of emotions, stress management and other basic characteristics to achieve leadership in the workplace. **Conclusions:** Emotional intelligence education programs have a positive influence on the development of skills needed to achieve work performance.

**Key words:** emotional intelligence, educational programs, work success, recognitions of emotions, leadership.

**TABLA DE CONTENIDO**

<b>Introducción.....</b>	<b>7</b>
<b>Desarrollo del Tema.....</b>	<b>13</b>
<b>Metodología y diseño de la investigación.....</b>	<b>33</b>
<b>Conclusiones.....</b>	<b>38</b>
<b>Referencias bibliográficas.....</b>	<b>44</b>
<b>ANEXO A: Carta para reclutamiento de participantes.....</b>	<b>47</b>
<b>ANEXO B: Formulario de consentimiento informado.....</b>	<b>48</b>
<b>ANEXO C: Herramientas para levantamiento de información.....</b>	<b>51</b>

# INTRODUCCIÓN

El término inteligencia emocional proviene de lo expuesto por los psicólogos americanos Peter Salovey y John Mayer, (1991) quienes fueron los primeros en incluir a la Inteligencia Emocional dentro de la literatura psicológica. (Montaño, 2014). Sin embargo, fue el psicólogo Daniel Goleman en el año 1995 quien publica su obra Inteligencia Emocional con la cual se empieza a conocer y expandir este término en todas las áreas. (García, 2016). A pesar de que existen diversas definiciones de inteligencia emocional, la que se va utilizar en este trabajo es la siguiente mencionada por Salovey y Mayer (1997), “la inteligencia emocional incluye la habilidad de 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” (Bisquerra, 2016). Por eso, se considera que la inteligencia emocional es clave para el desarrollo social e intelectual.

En cuanto a datos en el Ecuador, no se ha encontrado programas activos específicamente de inteligencia emocional que se brinde en escuelas. Por otro lado, cabe mencionar que en España, considerándose una cultura similar a la de Ecuador, se ha realizado el programa más conocido de inteligencia emocional, denominado Aprendizaje Emocional y Social, siendo originario de Estados Unidos por sus siglas SEL (Social and Emotional Learning); así es como en varias escuelas de España se ha visto necesaria la inclusión de este tipo de programas, pues aseveran que puede llegar a ser la solución de varios problemas sociales que atraviesan tanto niños como jóvenes. (Fernández- Berrocal & Ruiz, 2008). Así como también, Goleman (1996), menciona acerca de la importancia de la

inteligencia emocional en el mundo laboral pero sobre todo en el ámbito de liderazgo. El convertirse y mantenerse en un alto rango profesional depende de factores que sobrepasan el cociente intelectual como salud emocional, habilidades sociales, entre otras. (Goleman, 2001).

Es por esto que implementar una educación en el Ecuador basada en conocimiento intelectual y emocional sería una combinación efectiva para los niños. Para ello, se presenta a continuación del trabajo investigativo, la introducción al problema, la revisión literaria acerca de la inteligencia emocional, los programas educativos sobre Inteligencia Emocional y la relación que existe con el desempeño en el área laboral, para concluir con los resultados y discusión.

## INTRODUCCION AL PROBLEMA

Es poca la información acerca de programas educativos de inteligencia emocional en el Ecuador, y es en ese país donde radica el problema principal, ya que claramente en el país todavía no existe ni se ha logrado implementar estos programas en centro educativos. Pues uno de los inconvenientes es que los docentes no saben cómo llevar a la práctica algo que necesita entrenamiento, pues educar las emociones consiste en practicar y perfeccionar las habilidades emocionales para que sean capaces de percibir las, comprenderlas y regularlas para el buen desarrollo evolutivo y socioemocional. (Fernández- Berrocal & Ruiz, 2008). Varios estudios han demostrado resultados satisfactorios en los cuales apoyan la eficacia de este tipo de programas en la educación inicial. (Fernández- Berrocal & Ruiz, 2008).

### **Antecedentes**

La inteligencia intelectual de una persona ha sido el centro de interés e investigación para científicos y psicólogos para llegar al éxito, y es por esto también que se han desarrollado varias pruebas psicométricas para medir el IQ y con esto definir el grado de inteligencia de un niño o adulto, para luego sacar conclusiones futuras del desarrollo cognitivo que tendrá a lo largo de su vida y el cual definirá su éxito o no. Sin embargo, en el año 1997 los psicólogos Mayer y Salovey, presentan el término inteligencia emocional como uno de los factores claves para llegar al éxito, y es a partir de aquí donde empieza la historia de la inteligencia emocional y su expansión en casi todos los países del mundo donde se recalca e investiga el cociente emocional (CE). En países como la India se estudia

la inteligencia emocional y liderazgo como componentes necesarios para la superación. (Goleman, 1996).

Según Del Pilar (2009) la educación inicial además de ser un derecho social para todo ser humano también es un espacio donde se estimula al niño a reforzar sus habilidades básicas para un desarrollo integral. Los programas educativos de inteligencia emocional dictados durante la educación inicial (3-5 años), se enfocan principalmente en el aprendizaje social y emocional de los niños, es decir, que los niños sean capaces de entender las emociones de los demás, así como también de modificar y controlar las propias para un desarrollo pleno, que ciertamente tiene que ir de la mano con el desarrollo cognitivo. (Aguaded & Pantoja, 2015). Así es como, el proceso emocional de enseñanza es esencial durante la etapa inicial ya que es donde se va a formar los cimientos para un buen desarrollo del niño en cualquier área de su vida. (Aguaded & Pantoja, 2015). Como se mencionó anteriormente, la inteligencia emocional se enseña en países desarrollados como factor para la superación, por lo que se considera un predictor clave para alcanzar el éxito. (Goleman, 1996). Así es como Goleman (2001), se basa en datos empíricos y confiables en el revela que el 85 – 90% del éxito laboral se debe a una alta inteligencia emocional, por lo que los programas SEL están cada vez más tomados en cuenta para la inclusión en escuelas y colegios.

La educación de las emociones está vinculada a aspectos primordiales como el autoestima, perseverancia, asertividad, entre otros. (Fernández- Berrocal & Ruiz, 2008). Cualidades importantes de la personalidad necesarias para un desarrollo completo de los niños en la educación inicial que lastimosamente en el Ecuador no se ha logrado ejercer en

las escuelas tanto particulares como fiscales. Esta investigación se llevará a cabo en una escuela en la ciudad de Quito de estrato socio-económico medio alto.

## **El problema**

Durante varios siglos las escuelas tradicionales han centrado su atención en los “alumnos inteligentes” que solo obtienen excelentes calificaciones, los que más participan en el aula y los que prefieren estudiar en recreo que salir a jugar. (Extremera & Fernández-Berrocal, 2002). Estos conceptos han estado implantados en los docentes durante varios años y por eso se le ha dado tanto peso a las calificaciones que obtienen los alumnos, pues las notas eran el componente para determinar si el futuro del niño o niña iba o no a ser exitoso. Así es como la educación tradicional tiene un significado importante para varios educadores, y también una de las razones fundamentales para que exista poca información y aún más pocos programas educativos en países del tercer mundo como lo es el Ecuador. Sin embargo, en el siglo XXI, la idea y los beneficios que se tenía acerca de inteligencia intelectual ha ido cambiando y puesto en duda en varios psicólogos y científicos, pues se dieron cuenta que el IQ más elevado no es suficiente para alcanzar el éxito profesional ni social, ya que por ejemplo, se ha visto que los mejores médicos, los mejores abogados o arquitectos no son necesariamente los que obtuvieron las mejores calificaciones en el colegio o universidad. (Extremera & Fernández-Berrocal, 2002). Sino más bien, los que consolidaron relaciones humanas estables y aquellos que entendieron los factores que motivan a las personas. (Extremera & Fernández-Berrocal, 2002). Así es como reconocidos investigadores-psicólogos como Weschsler, Gardner, reconocen la importancia de ciertos componentes no cognitivos, que predicen el éxito en la vida, claro sin menospreciar los

aspectos cognitivos que van de la mano para una inteligencia global. (Fernández-Berrocal & Extremera, 2003).

## **Pregunta de investigación**

¿Cómo y hasta qué punto los programas educativos de inteligencia emocional influyen en el desempeño laboral de las personas?

### **El significado del estudio**

Este estudio investigativo es importante ya que busca determinar la efectividad y utilidad de implementar programas educativos, donde se enseñe a entender las emociones de los demás, así como también a desarrollar habilidades sociales, como instrumentos necesarios para mantener y lograr un buen desempeño laboral.

### **Resumen**

Este trabajo investigativo, se basará en la investigación de programas educativos de inteligencia emocional SEL aplicados en centros educativos y la influencia del mismo sobre el desempeño laboral. A continuación, se encuentra la Revisión de Literatura donde se expondrá con más detalle sobre la Inteligencia Emocional, los Programas Educativos y la relación entre la Inteligencia Emocional en la vida laboral. Seguido de el análisis de datos encontrados, conclusiones y discusión.

# REVISION DE LA LITERATURA

## Revisión de literatura

### Fuentes.

La información utilizada para la siguiente revisión literaria de este estudio investigativo, ha sido recopilada de libros populares, artículos científicos y revistas indexadas. Para obtener la información, se utilizó palabras específicas como inteligencia emocional, origen del concepto, programas educativos de inteligencia emocional, riesgos de tener baja inteligencia emocional, modelos teóricos de inteligencia emocional, beneficios de la inteligencia emocional, efectos de recibir programas educativos de inteligencia emocional, inteligencia emocional en el trabajo, influencia de programas SEL a largo plazo. Esta información se obtuvo a través de bases de datos como EBSCO, además de información obtenida de libros de texto.

### Formato de la revisión de la literatura

Con la finalidad de que la investigación tenga un orden, la literatura que se presentará en el trabajo será revisada por temas. De esta forma, se revisará el origen de la inteligencia emocional, los principios de la inteligencia emocional, modelos de inteligencia emocional, riesgos de poseer baja inteligencia emocional, programas educativos de inteligencia emocional y la inteligencia emocional y vida laboral. Del mismo modo, se relacionará los programas educativos de inteligencia emocional en el área laboral. Por lo que, el último tema será una correlación de todos los temas mencionados.

## **Origen de la Inteligencia Emocional**

El origen del concepto inteligencia emocional parece ser que tiene relación con la definición de inteligencia social de Edward Thorndike en el año 1920, quien la define como “la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas”. (Anderson et al, 2013). Por lo que, la inteligencia social tiene que ver con la capacidad que tiene una persona para relacionarse con otras personas de una forma efectiva, en la que la otra personas se siente a gusto con la compañía. Así es como, una persona que posee inteligencia social es capaz de comprender lo que la otra persona está sintiendo, es decir, actúa como un espejo, y como consecuencia esa persona va a sentir interés. Por lo tanto, tal como menciona Anderson et.al (2013), para tener una buena inteligencia social, se necesita varias herramientas las cuales son: empatía, liderazgo, inteligencia verbal, inteligencia emocional, asertividad, saber escuchar y prestar atención, saber analizar el lenguaje no verbal, saber leer entre líneas, entre otras.

En 1940, David Wechsler es quien analiza la influencia que tiene los factores no intelectivos sobre el comportamiento, sustentando que los test que miden el coeficiente intelectual no estarían completos hasta que se pueda representar con exactitud estos factores no intelectivos. (Salovey & Mayer, 1990). Desafortunadamente, estos conceptos pasaron por alto en el campo de la psicología, hasta que en el año 1983, el Dr. Howard Gardner de la Universidad de Harvard, hace un estudio en el que demuestra que no existe un solo tipo de inteligencia, que era la intelectual en ese entonces, sino que las personas tienen siete tipos de inteligencias, a las cuales las denominó Inteligencias Múltiples. Gardner las agrupó de la siguiente manera:

- Inteligencia lingüística: Es la capacidad para usar el lenguaje de manera eficaz.
- Inteligencia lógico matemática: Capacidad para usar los dígitos y saber razonar y resolver adecuadamente.
- Inteligencia corporal – kinética: Este tipo de inteligencia la tienen los actores, atletas o cualquier profesión que requiera de la facilidad del uso de usar el cuerpo o manos para expresar ideas o sentimientos.
- Inteligencia espacial: Capacidad para distinguir el campo visual-espacial y las relaciones que existen entre los elementos, como el color, formas, etc.
- Inteligencia musical: Tal como lo dice, este tipo de inteligencia la tienen los músicos quienes son personas capaces de discriminar sonidos, expresar a través de un instrumento notas musicales.
- Inteligencia interpersonal: Es la capacidad para saber distinguir estados de ánimo, intenciones de otras personas.
- Inteligencia intrapersonal: Este tipo de inteligencia consiste en el conocimiento de uno mismo, y el saber actuar de manera efectiva a partir de la comprensión de los propios límites y fortalezas.

(González, 2011)

Según González (2011), el planteamiento de Gardner acerca de las inteligencias múltiples ha provocado que docentes de escuelas y colegios tengan una nueva visión acerca del tipo de trabajos y programas que se debe incluir dentro de la educación. Al introducir esta idea, se reconoce que los indicadores de inteligencia como el IQ de las personas, no

manifiesta solamente la capacidad cognitiva porque no toma en cuenta estas otras inteligencias importantes para el desarrollo de una persona. (Salovey & Mayer, 1990). Así es como, desde el descubrimiento de Gardner, varios investigadores empiezan a indagar sobre nuevos tipos de inteligencias. (González, 2011).

En 1985, Wayne Payne usa el término inteligencia emocional en la tesis doctoral titulada: Un estudio de las emociones: el desarrollo de la inteligencia emocional. (Salovey & Mayer, 1990). Sin embargo, en 1990 dos psicólogos americanos llamados Peter Salovey y John Mayer, proponen un modelo de inteligencia emocional, a cual la definen de la siguiente manera: “la inteligencia emocional incluye la habilidad de 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” (Bisquerra, 2016).

Desde entonces, el término ha seguido creciendo y abriéndose campo en varias áreas. Pero no fue hasta el año 1995, cuando se publica el libro titulado *Inteligencia Emocional* escrito por Daniel Goleman un psicólogo y periodista americano, y es aquí que se populariza rápidamente el término. (García, 2016). Goleman (2013), definía la inteligencia emocional de la siguiente manera:

“Es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental. Ellas configuran rasgos de

carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social”.

En definitiva la inteligencia emocional se basa en cuatro estructuras:

1. Percepción emocional: Es la capacidad para identificar emociones y expresarlas adecuadamente.
2. Facilitación emocional del pensamiento: Las emociones influyen en la cognición, que da lugar a que el estado de ánimo de una persona va a dirigir la conducta. Si una persona está alegre, el rendimiento es mejor que el de una persona triste.
3. Comprensión emocional: Es la habilidad para reconocer y analizar las emociones sin ser expresadas verbalmente, es decir, saber interpretar lo que un gesto facial significa o en palabras que tienen una carga emocional.
4. Regulación emocional: Es la capacidad de no responder automáticamente a presiones emocionales y saber autoregularse.

(Bisquerra, 2016)

El libro titulado Inteligencia Emocional se mantuvo durante un año y medio como uno de los libros más vendidos del The New York Times, siendo bestseller en varios países. (Pinzón, 2012). El término y el contenido de lo que engloba la inteligencia emocional se extiende de una forma vertiginosa y llama la atención a miles de personas que en ese entonces, la creencia de tener un cociente intelectual alto, era lo que conduciría o no a conseguir el éxito. Lo que Goleman (2004), quería transmitir en la publicación del libro Inteligencia Emocional es que las personas deben ver más allá de la inteligencia humana,

puesto que existen habilidades más importantes a la hora de alcanzar el bienestar personal, laboral, académico y social, como el autoconocimiento y el autocontrol.

### **Principios de la Inteligencia Emocional**

Una vez que se ha dado varias definiciones acerca de la inteligencia emocional, la idea es brindar algunos principios básicos en los que se basa una adecuada inteligencia emocional. (Gómez et al, 2000). La inteligencia emocional se basa en los siguientes principios o competencias: Autoconocimiento, autocontrol, automotivación, empatía, habilidades sociales, asertividad, proactividad y creatividad.

El autoconocimiento es el conocerse uno mismo, con las debilidades y fortalezas; el autocontrol se refiere a saber controlar los impulsos para no actuar de forma inadecuada; la automotivación es la capacidad de realizar las cosas por uno mismo y no por motivación de otros; la empatía es comprender lo que siente la otra persona, en otras palabras, ponerse en los zapatos del otro; las habilidades sociales como el nombre lo dice, es la capacidad para relacionarse con otras personas, con el uso de un lenguaje eficaz; la asertividad engloba varios aspectos como defender el propio criterio sin ofender a los demás y saber aceptar las críticas; la proactividad por su parte es la capacidad para tomar la iniciativa ante cualquier situación; y la creatividad es la capacidad para observar, resolver situaciones y problemas desde otra perspectiva. (Gómez et al, 2000)

Todos los principios mencionados son factores fundamentales para tener una inteligencia emocional óptima. Los principios o también llamadas competencias trabajan en mayor o menor nivel, es por eso que algunas personas podrían tener un principio más

desarrollado que otro. Es importante que las competencias sean compensadas las unas con las otras. (García-Fernández, 2010).

### **Modelos de Inteligencia Emocional**

A continuación se presenta cinco modelos de inteligencia emocional de los cuales dos representan al modelo de habilidades en el área educativa y los otros tres representan a modelos mixtos utilizados en el área administrativa. Según Trujillo y Rivas (2005), estos dos modelos se los ha escogido porque son los únicos que tienen evidencia empírica obtenida con métodos formales y que son validados.

El Modelo de habilidades se enfoca en el contexto emocional de la información y en el estudio de las capacidades del procesamiento de información. Dentro del modelo de habilidades se encuentra el Modelo de Mayer y Salovey. En 1995 estos dos autores postulan la evaluación de la inteligencia emocional a través de habilidades emocionales y adaptativas relacionadas con los siguientes criterios: evaluación y expresión de emociones, regulación de emociones y utilización de las emociones de forma adaptativa. (Trujillo, 2005). Este modelo ha tenido variaciones desde que Salovey y Mayer introdujeran la empatía como componente adicional para medir la inteligencia emocional, y desde el año 2000 ha sido uno de los modelos más utilizados y populares. (García-Fernández, 2010). El modelo de evaluación de la inteligencia emocional intrapersonal lleva el nombre de Trait Meta-Mood Scale (TMMS), con un total de 48 ítems establecidos en tres subescalas: sentimientos con 21 ítems, claridad de sentimientos con 12 ítems y reparación emocional con 12 ítems. (Trujillo, 2005). El modelo de medición indica índices de consistencia interna

y validez apropiados, adecuados para medir con certeza, en general, las habilidades de metacognición y la habilidad para regular las emociones.

El Modelo de Extremera y Fernández-Berrocal (2001), evalúa la inteligencia emocional con tres variables: percepción emocional que es la capacidad para sentir y expresar sentimientos, comprensión de sentimientos que consiste en entender estados emocionales, y la tercer variable que es la regulación emocional que es la habilidad para auto regular estados emocionales. (Trujillo, 2005). El test que utilizan se denomina TMMS-24 basado en el TMMS de Salovey y Mayer. Este modelo de medición se lo ha utilizado de forma empírica con estudiantes de nivel superior mostrando su utilidad en contextos escolares y clínicos.

Por otro lado los modelos mixtos es una combinación entre la capacidad de automotivación que va acompañado de la habilidad de regular emociones, y la personalidad. Dentro de los modelos mixtos se encuentra el Modelo de Bar-On (1977), que se denomina así por el nombre del autor que la desarrolló en 1988, por la tesis doctoral titulada “The development of a concept of psychological well-being”, con la cual realizó las formulaciones sobre la inteligencia emocional y medición de la misma con el inventario EQ-I. (García Fernández, 2010). El autor y colaboradores afirman que se trata de un inventario que mide una amplia gama de habilidades emocionales y sociales. El inventario está compuesto por cinco escalas principales: inteligencia intrapersonal, inteligencia interpersonal, adaptación, gestión de estrés y humor general, los cuales se subdividen en quince escalas, que es la razón por el que se le califica como modelo mixto. (Trujillo, 2005).

El Modelo de Daniel Goleman constituye la presencia de un Cociente Emocional (CE) y un Cociente Intelectual (CI) que se complementan. (García-Fernández, 2010). En general, el modelo incluye cinco componentes de la inteligencia emocional que almacena casi todas las áreas de personalidad. (Trujillo, 2005). La combinación fue distribuida de esa manera en función de las competencias genéricas distintivas tanto para profesionales y ocupaciones administrativas. (Trujillo, 2005). El cuestionario consta de dos aptitudes primordiales que consiste en, la aptitud personal (inteligencia intrapersonal) dividida en tres subescalas de autoconocimiento, autocontrol y motivación, y la aptitud social (inteligencia interpersonal) con dos subescalas de empatía y habilidades sociales. (Trujillo, 2005). El cuestionario se lo ha utilizado en distinguidas firmas comerciales como American Express, Sprint, entre otras.

El tercer y último modelo se denomina, Modelo EQ- Map de Oriolo y Cooper, según el artículo de Trujillo (2005) este modelo es para saber más del ser humano de forma integral, es decir las aptitudes y debilidades personales. Este modelo ha sido utilizado en Estados Unidos y Canadá debido a la alta confiabilidad estadística. La estructura del modelo consta de cinco aptitudes las cuales son, entorno habitual, conciencia emocional, competencias, valores y actitudes con subescalas independientes.

### **Riesgos de poseer baja inteligencia emocional**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015), la depresión será en el 2020 la segunda causa de muerte y de discapacidad en el mundo. Sin embargo, para prevenirla es necesario que las personas estén conscientes de las propias acciones y las gestionen para permanecer motivadas, ya que de esta manera se crea un equilibrio con ellos

mismo y el medio. Dicho esto, la inteligencia emocional es un factor que permite a las personas a conservar el equilibrio, ser personas asertivas y buenos modeladores de conducta.

Así mismo, en la Universidad de Oviedo en España, se realizó un estudio con estudiantes universitarios en los que se midió la inteligencia emocional y, se concluyó que los estudiantes con baja inteligencia emocional tienen mayor porcentaje de beber alcohol en cantidades excesivas, llevar una dieta poco saludable, y de mantener relaciones sexuales sin protección. Por lo tanto, el resultado del estudio es que los estudiantes con niveles elevados de inteligencia emocional llevan un mejor estilo de vida, y un menor porcentaje de incidencia de tener conductas de riesgo como consumo de drogas, sedentarismo, etc. (Universia España, 2015). De acuerdo a los expertos que participaron en el estudio, determinan que poseer una inteligencia emocional desarrollada procede a una mente más abierta, mayor autocontrol para mantenerse lejos de las presiones sociales negativas, y una mayor capacidad para expresar sentimientos.

De la misma manera, en una revisión bibliográfica realizada por una estudiante de la Universidad de Magdalena de Colombia, se considera que la inteligencia emocional es un factor protector ante el suicidio en adolescentes. Por lo que, existe una relación entre una inteligencia emocional afectada y factores de riesgo suicida. De modo que, se valora la importancia de la inteligencia emocional como elemento primordial para prevenir conductas suicidas. (Suárez, 2011).

### **Programas Educativos de Inteligencia Emocional**

Según Goleman (1996), en 1995, eran pocos los programas educativos que se encargaban de enseñar a los niños las habilidades de la inteligencia emocional. Sin embargo, diez años más tarde son miles de escuelas que han optado por incluir el desarrollo de la inteligencia emocional como parte del sistema educativo. (Goleman, 1996).

Por ejemplo, en varios estados y escuelas de Estados Unidos se ha incluido los Programas de Aprendizaje Social y Emocional o SEL (Social and Emotional Learning) por sus siglas en inglés, como parte del pensum, en el que los niños deben aprobar con cierto nivel de competencia materias como matemáticas, y al mismo tiempo deben alcanzar a dominar ciertas habilidades que conforma la inteligencia emocional; en el estado de Illinois, se ha establecido que el programa SEL sea dictado desde los primeros años de educación hasta el último curso de secundaria, donde se enseña la resolución de conflictos y alcanzar soluciones a través de una escucha y comunicación activa. (Goleman, 1996).

En España también se ha visto la importancia de implementar dentro de la educación elementos de la inteligencia emocional. Así es como la LOGSE (Ley de Ordenación General del Sistema Educativo Español) esboza como objetivo educativo, el desarrollo de la personalidad que tiene que ver con habilidades de la inteligencia emocional. Carlos Hué, doctor en ciencias de la educación en la Universidad de Zaragoza, reconoce que a partir de la publicación del libro *Inteligencia Emocional* de Goleman en 1995, revolucionó la estructura de lo que significaba llegar al éxito, ya que no dependía solo de títulos universitarios, sino también de un buen manejo de competencias emocionales, ya que como decía Goleman, el 75% del éxito en la vida corresponde a un adecuado manejo de las habilidades personales/sociales como el liderazgo, la iniciativa, etc. (Hué, s.f). Así es como la Ley de Ordenación General del Sistema Educativo Español, ha

visto la necesidad de que dentro del sistema educativo haya un desarrollo integral donde se trabaje áreas de desarrollo pleno de la personalidad, preparación para participar activamente en la vida social y cultural, formación para la paz, cooperación y solidaridad entre pueblos, entre otros. (Hué, s.f).

Élia López, autor del libro “Educación emocional: programa para 3-6 años”, presenta un programa diseñado en bloques temáticos, contenidos, metodología y evaluación, con el fin de favorecer el desarrollo integral de los niños en la etapa escolar. Según Élia (2007), durante la etapa de 0-6 años los aspectos emocionales juegan un papel importante para el desarrollo del niño, primero, con la intervención de los padres encargados de satisfacer todas las necesidades del infante y a su vez brindándole amor, y en segundo lugar, el papel que juegan los docentes en el crecimiento y bienestar del mismo. Para aplicar un programa de educación emocional, se debe examinar varias áreas de los niños; cognitiva, físico-motora, psicológica, social y afectivo-emocional, las cuales la base de su crecimiento se encuentra en la infancia.

Para que los objetivos del programa se cumplan es necesario que la familia sea colaboradora del proceso, ya que el logro del niño va a depender tanto de los docentes como de los miembros de la familia.

Algunos de los objetivos del programa son los siguientes:

- Favorecer la capacidad de comprender y regular las propias emociones.
- Proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias básicas para el equilibrio personal y la potenciación de la autoestima.

- Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad.
- Favorecer la cantidad y calidad de las interacciones del grupo para la mejora del clima relacional de clase y la cohesión grupal.
- Desarrollar la habilidad de la comprensión empática en las relaciones interpersonales.
- Desarrollar la tolerancia a la frustración.

Estas son ciertas capacidades y habilidades que el programa de educación emocional considera valiosas para que los niños y niñas tengan un desarrollo integral, con el fin de incrementar y fortalecer esas destrezas. Para que los objetivos se cumplan, Élia dividió las actividades en cinco bloques: conciencia emocional donde se fomenta el reconocimiento de emociones y sentimientos de los demás, así como también de los propios para saber expresarlos; regulación emocional en la cual se desarrolla la capacidad de regular los impulsos; autoestima donde inicia por reconocer el autoconcepto de cada uno, es decir, conocerse primero y aceptarse para luego trabajar el autoestima, el cuarto bloque son las habilidades socio-emocionales en la cual se trabaja la empatía, mantener buenas relaciones sociales, trabajo en equipo y el saber reconocer las emociones de los demás, y el quinto bloque habilidades de vida donde se aprende a disfrutar del bienestar subjetivo de las cosas que suceden en las actividades diarias del día a día, y así mantener una actitud positiva, y una vida sana y equilibrada. (López, 2007).

El autor del libro ofrece un tipo de programa educativo dividido en cinco bloques con actividades específicas en cada uno, para que, tanto educadores como familias consideren útil la educación emocional como parte del desarrollo integral de los niños.

En el mismo libro de Inteligencia Emocional, el autor Goleman (1996) delineó por así decirlo, el por qué de la inteligencia emocional dentro del ámbito educativo. Lo que determinó es que los programas SEL además de aumentar la tasa de aprendizaje infantil, también estaba jugando un papel importante en la disminución de la violencia entre los niños. Para sustentar este resultado, Goleman menciona un metaanálisis dirigido por Roger Weissberg director de una organización de programas SEL en todo el mundo, en el que se evaluó 668 estudios de programas SEL impartidos en etapa preescolar hasta nivel secundario. Los resultados arrojaron un aumento en rendimiento académico, generar un ambiente escolar seguro, ya que la mala conducta de los niños disminuyó en un 28%, expulsiones en un 44%, aumentó la asistencia a clase, y 63% de estudiantes mostraron un comportamiento más positivo. (Goleman, 1996).

Neurológicamente hablando, según un estudio publicado por Barbey, Colom & Grafman (2014) en la revista *Social Cognitive & Affective Neuroscience*, determinaron mediante escáneres cerebrales que las regiones cerebrales que se activan cuando se utiliza la inteligencia normal, son las mismas cuando se utiliza la inteligencia emocional. Es decir, que la corteza prefrontal encargada del procesamiento de sentimientos de recompensa, regulación del comportamiento, atención, memoria, planificación, y la corteza parietal encargada de procesar información sensorial, coordinación y procesamiento de lenguaje, son áreas que se conectan y que manejan las habilidades cognitivas y habilidades sociales y la capacidad para comprender al otro; lo que hace más sentido entender por qué los programas de inteligencia emocional, trasciende también en otras áreas como la conducta. (Barbey et al, 2014)

Es preciso mencionar que Singapur, Malasia, Hong Kong, Japón y Corea han sido los países punteros en incluir programas SEL dentro del ámbito educativo donde se toma en cuenta la inteligencia emocional. Así mismo sucede en el Reino Unido, Australia y Nueva Zelanda. En 2002 la UNESCO, declaró los diez principios básicos para establecer programas SEL en todo el mundo. (Goleman, 1996).

### **Inteligencia Emocional y Vida Laboral**

Anteriormente se mencionó acerca de que los programas SEL, no solamente estaban teniendo efectos positivos en el rendimiento escolar, sino que también estaba repercutiendo efectivamente en una disminución de la violencia y otras áreas. En el artículo de Extremera y Fernández-Berrocal (2004), se menciona la importancia de la inteligencia emocional en el alumnado, pero que más que nada, el objetivo es demostrar los trabajos con evidencia empírica sobre la influencia de la inteligencia emocional dentro del contexto educativo, en el funcionamiento personal, social y escolar de los estudiantes. Lo que encontraron fue que existen cuatro áreas problemáticas asociadas a bajos niveles de inteligencia emocional.

1. Déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado
2. Disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales
3. Descenso del rendimiento académico
4. Aparición de conductas disruptivas y consumo de sustancias

(Extremera & Fernández-Berrocal, 2004)

Identificadas las cuatro áreas de mayor problemática a causa de bajos niveles de inteligencia emocional, realizaron investigaciones de las mismas y encontraron los hallazgos significativos. Por lo tanto, dentro de la primera área:

-La inteligencia emocional y su influencia en los niveles bienestar y ajuste psicológico:

La mayoría de trabajo empíricos en esta área, ha seguido el marco teórico de Mayer y Salovey quienes definen la inteligencia emocional con cuatro componentes: percepción, asimilación, comprensión y regulación. La medición se la realizó con el cuestionario Trait Meta-Mood Scale (TMMS), y el TTMS-24 que en general evalúan niveles de inteligencia emocional intrapersonal. Los estudios realizados en Estados Unidos, arrojaron resultados alentadores al mostrar que los alumnos universitarios con más inteligencia emocional revelan menos síntomas físicos, menos ansiedad social y depresión, mejor autoestima, mayor capacidad para afrontar problemas y menos rumiación. También se observó que estos alumnos perciben los estresores como menos amenazantes en comparación con aquellos estudiantes con baja inteligencia emocional, y son capaces de recuperarse emocionalmente más rápido después de un estado de ánimo negativo. Así mismo, en un estudio realizado en Australia, evidencias empíricas demuestran que estudiantes con un alto nivel de inteligencia emocional responden al estrés con menos ideas suicidas que aquellos que tienen baja inteligencia emocional, y por lo tanto tienen menor depresión y menor desesperanza. (Extremera, 2004).

-La inteligencia emocional y su influencia sobre la calidad de las relaciones

interpersonales: Una persona con alta inteligencia emocional es más capaz de comprender y percibir emociones de los demás, y posee mayor autoregulación. Tal como describe Extremera y Fernández-Berrocal en el artículo, que las habilidades interpersonales forman parte de la vida del ser humano con las cuales las personas pueden interactuar y beneficiarse el uno al otro. Las relaciones interpersonales son recíprocas, por lo que si una persona posee destrezas sociales efectivas, el trato que va a recibir de vuelta va a ser

similar. Mediante autoinformes, Mayer, Caruso y Salovey (1999), reportaron que estudiantes universitarios con mayor inteligencia emocional obtuvieron mayor puntuación en empatía. Además existe una relación positiva entre una alta inteligencia emocional y mejor calidad de relaciones sociales. Así mismo, en otros estudios realizados a niños en la eta infantil, se encontró que los niños con alta puntuación en inteligencia emocional, eran más propensos a comportamientos prosociales, que niños con baja inteligencia emocional. En otro estudio efectuado en Australia, en adolescentes entre 13 y 15 años, por Ciarrochi, Chan y Bajgar (2001), encontraron que los adolescentes con alta inteligencia emocional tenían más amigos y a su vez más apoyo social, también sentían mayor satisfacción de la red de social de amigos a la que pertenecían. (Extremera, 2004)

-El papel de la inteligencia emocional como predictor del rendimiento escolar: La investigación en esta área ha mostrado resultados contradictorios y sorprendentes. Los resultados de Newsome, Day y Catano (2000), no encontraron relaciones positivas entre inteligencia emocional y rendimiento. En otro estudio, se obtuvieron los mismos resultados del anterior estudio, sin embargo, entre las subescalas que se midieron, la intrapersonal, manejo de estrés y adaptabilidad sí predijeron el éxito académico. (Extremera, 2004).

-La influencia de la inteligencia emocional en la aparición de conductas disruptivas y consumo de sustancias: Como se mencionó anteriormente, una persona con baja inteligencia emocional es un factor de riesgo para tener malas relaciones interpersonales, bajo rendimiento académico, déficit emocional, que conllevan a tener mayor incidencia en desarrollar conductas antisociales. Así es como en un estudio realizado a alumnos británicos de secundaria, se encontró que los niños con baja inteligencia emocional tienen mayor número de faltas, mayor probabilidad de ser expulsados; en otro estudio se demostró

que niños con baja inteligencia emocional presentan más conductas agresivas y comportamientos delincuentes. Mientras que datos de una población española entre 14 y 19 años, se determinó que adolescentes con alta inteligencia emocional tienen menos acciones impulsivas, menos agresivos, mayor habilidad para distinguir las propias emociones. En cuanto al uso de sustancias, investigaciones realizadas en Estados Unidos determinaron que adolescentes con una alta inteligencia emocional está relacionada con un menor consumo de tabaco y alcohol en la adolescencia y que además, estas personas tenían una mayor capacidad para discernir las consecuencias del consumo de sustancias; por lo que en conclusión, una elevada inteligencia emocional es un factor protector para el consumo de sustancias. (Extremera, 2004)

Como se ha visto anteriormente en el trabajo investigativo, los programas de inteligencia emocional impulsan no solo el rendimiento del niño sino también que a largo plazo tiene efectos positivos en las relaciones sociales, en conductas adaptativas, en el éxito, y en tantos beneficios que se han descrito con anterioridad. Tanto investigaciones como estudios, han demostrado que una falta de inteligencia emocional afecta a las personas no solo dentro del ámbito escolar sino también fuera de él y en las decisiones futuras.

Daniel Goleman, en su libro menciona el impacto que ha tenido la inteligencia emocional en el mundo empresarial, en las áreas de liderazgo. La Harvard Business Review, llegó a calificar la inteligencia emocional como “un concepto revolucionario, una noción arrolladora, una de las ideas más influyentes de la década” en el mundo empresarial. (Goleman, 1996). Empresas reconocidas a nivel mundial, como Johnson & Johnson, llevó a cabo un estudio en el que los empleadores que mostraron mayor capacidad de liderazgo a

mediados de su vida laboral, demostraron mayores puntuaciones en competencias que corresponden a la inteligencia emocional.

Sin duda, el intelecto es un factor importante para llegar a estar más adelante que otros, pero según Goleman (2001), el hecho de mantenerse en un alto nivel, el ser líder, y el convertirse en una estrella, depende de factores que van más allá del cociente intelectual; factores como la salud emocional y el carácter es lo que define que una persona esté en un puesto más alto que otro en una empresa.

Datos convincentes en los que se ha apoyado Goleman, revelan que la inteligencia emocional es responsable entre el 85 y 90 % del éxito de los líderes en el mundo organizacional. Gracias a la creciente aceptación e investigación de la inteligencia emocional, varios ejecutivos empresariales y niños de colegios privados se han podido beneficiar de recibir programas SEL, incluso algunos barrios empobrecidos también se han beneficiado, ya que se ha puesto en marcha este tipo de programas. (2001)

Cabe mencionar a Robert Kiyosaky, personaje estadounidense de descendencia japonesa, es un empresario, inversionista y escritor, más influyente de los últimos años. Sus libros publicados ocuparon el primer lugar en ventas de The Wall Street Journal, USA Today y The New Yprk Times al mismo tiempo.

En uno de sus reconocidos libros “Padre rico, padre pobre”, Kiyosaki (2014) enlista una serie de recomendaciones donde incluye la de “Supera el miedo a perder y aprende a superar los obstáculos”, donde explica que uno de los problemas financieros es que el ser humano tiene miedo a perder dinero, y si el miedo impide a las personas a perseguir los sueños, pide a los lectores que lean el libro “Inteligencia Emocional” de Daniel Goleman ya

que encontrarán que las personas que siempre han tenido buenas notas académicas, no están preparados emocionalmente para tomar riesgos, ya que esas personas no han cometido errores. Kiyosaki menciona que el IQ financiero es 90% emocional y 10% información técnica sobre finanzas y dinero, además menciona la importancia de saber reconocer el miedo antes de que se apodere, ya que cuando una persona sabe autoregularse sabrá actuar de manera lógica, y las probabilidades de alcanzar el éxito serán mayores. (Kiyosaki, 2014)

En el artículo denominado “Evaluación de los programas escolares universales de educación emocional y social y de habilidades para la vida” se hace una revisión científica acerca de los resultados sobre el efecto de programas SEL en el período de 1997-2008. Lo que se encontró fue que los efectos más significativos se dan en el reconocimiento y control de emociones, relaciones positivas, resolución eficaz de conflictos interpersonales. En general, los programas SEL tienen influencia en la reducción y prevención de conductas antisociales y abuso de drogas, haciendo mención a la evidencia de que esos efectos se deben al incremento de habilidades sociales y emocionales (Diekstra, 2008).

En otro artículo de Bernal y otros investigadores (2014), se describe un estudio realizado con 394 participantes en el que se analizó el efecto que tienen las competencias de la inteligencia emocional en el potencial emprendedor, tomando control de los rasgos de personalidad y variables demográficas. Lo que se encontró fue que dos competencias juegan un papel importante el momento de una auto-eficacia emprendedora, la utilización y regulación de las emociones.

# METODOLOGIA Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Considerando que la pregunta de investigación de este proyecto es ¿Cómo y hasta qué punto los programas educativos de inteligencia emocional influyen en el desempeño laboral de las personas? La metodología que se aplicaría para responderla sería cuantitativa a través del modelo de cuestionarios Emotional Quotient Inventory (EQ-I).

## **Justificación de la metodología seleccionada**

Esta investigación tiene como fin determinar si los programas educativos de inteligencia emocional tienen alguna influencia a largo plazo en el ámbito profesional de una persona. Cabe recalcar, que el estudio sería longitudinal ya que intentaría medir si una alta inteligencia emocional ayuda a predecir un buen desempeño en el área laboral. Para esto sería necesario medir las capacidades de la inteligencia emocional de los estudiantes control a través del modelo de Mayer y Salovey con la evaluación Trait Meta Mood Scale (TMMS), que consta de 48 ítems establecidos con tres subescalas: sentimientos, claridad de sentimientos y reparación emocional; y a largo plazo dentro del área administrativa se evaluaría con el modelo de Bar-On con el cuestionario de EQ-I que mide varias variables como la adaptación, gestión de estrés, humor general, entre otras. Así mismo, el programa de inteligencia emocional que se utilizaría, será el que se menciona en la sección de la literatura, el cual es una propuesta de Élia López, autor del libro “Educación emocional: programa para 3-6 años”, el cual presenta un programa diseñado en bloques temáticos,

contenidos, metodología y evaluación, con el fin de favorecer el desarrollo integral de los niños en la etapa escolar. (Élia, 2007).

La metodología cuantitativa elegida para este estudio sería adecuada porque la investigación cuantitativa da a conocer aspectos relevantes que se están buscando, y ayudan a identificar evoluciones y conocer el impacto del estudio. (Casant & Hueso, 2012). La metodología cuantitativa está compuesta por una sucesión de pasos de forma estandarizada de manera que limita la interferencia de errores conscientes o inconscientes del investigador. Por lo que el resultado de esta trabajo investigativo será de forma estadística, que según Casant y Hueso (2012), resulta más fácil de entender para el lector y brinda un sentimiento de verdad absoluta, ya que el público en general puede tomar decisiones más rápidas y confiables.

### **Herramientas de investigación utilizadas**

Para el trabajo de investigación se utilizarían dos pruebas de evaluación de inteligencia emocional Trait Meta Mood Scale (TMMS) y el cuestionario de EQ-I del modelo Bar-On. Se seleccionaría a través de un muestreo no probabilístico a 40 estudiantes, niños y niñas de edades entre 4 y 7 años. A continuación, a través de un muestreo probabilístico aleatorio simple se seleccionaría a 20 niños que pertenecerían al grupo que va a ser aplicado el programa de inteligencia emocional, y los otros 20 niños pertenecerían al grupo control. Los dos grupos serían evaluados con las pruebas estandarizadas antes y después.

La prueba de evaluación Trait Meta Mood Scale (TMMS) fue elaborada por Mayer y Salovey en 1955. La prueba consta de 48 ítems divididos en tres subescalas: sentimientos,

claridad de los mismos y reparación emocional. Así es como Salovey y Mayer deciden evaluar la inteligencia emocional intrapersonal a través de habilidades emocionales y adaptativas. Las habilidades están compuestas por criterios de evaluación como, la expresión y regulación de emociones y utilización de las emociones de forma adaptativa. (Trujillo, 2005). A partir del año 2000, el Modelo de Mayer y Salovey ha sido uno de los modelos más utilizados y populares.

El programa aplicado de inteligencia emocional sería el del libro “Educación emocional: programa para 3-6 años”, el cual busca desarrollar las habilidades de los niños que se consideran valiosas en esa etapa del desarrollo. El autor Élia divide el programa en cinco bloques: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales y habilidades de vida. Cada una de ellas contiene actividades específicas que promueven el desarrollo del programa sobre inteligencia emocional. Cabe recalcar que además de ser un trabajo de los docentes, este programa va a tener mejores resultados si la familia del niño/niña también va a estar involucrada en el proceso.

El otro método de evaluación sería el cuestionario de EQ-I que forma parte de los Modelos mixtos de la inteligencia emocional. Este modelo fue desarrollado en 1988 por la tesis doctoral de Reuven Bar-Ony, en la cual formula y mide la inteligencia emocional a través del cuestionario Emotional Quotient Inventory (EQ-I). (García y Fernández, 2010). El inventario está compuesto por cinco escalas principales: inteligencia intrapersonal, inteligencia interpersonal, adaptación, gestión de estrés y humor general.

## **Descripción de participantes**

Los participantes requeridos para esta investigación serían 40 niños y niñas que se encuentren en etapa escolar, en edades entre 4 a 7 años de un colegio particular en la ciudad de Quito que permita la inclusión de un programa de inteligencia emocional durante un período de tiempo de 3 meses. Cabe mencionar que los niños no deben tener ningún tipo de déficits ni habilidades especiales. Los 40 niños serían separados de manera aleatoria en dos grupos conformado de 20 personas cada uno, por lo que un grupo va a recibir el programa de inteligencia emocional y el otro no. La división de los grupos sería de forma aleatoria para que no existan variables que interfieran con los resultados. Todos los 40 niños van a realizar los dos inventarios pre-post al programa.

### **Reclutamiento de los participantes**

Para definir los estudiantes que serían partícipes del estudio, se solicitaría al colegio una lista de los estudiantes del grado correspondiente a edades entre 4 y 7 años, después de esto se elegiría el curso con el que se vaya a aplicar el programa de inteligencia emocional, dependiendo de algunos factores como por ejemplo, si hay un niño con alguna discapacidad, entonces ese curso no se tomará en cuenta. Debido a que todos los niños son menores de edad, se enviaría una carta a los padres de los niños informándoles acerca de la inclusión del programa de inteligencia emocional y de los objetivos de dicho programa que se dictaría durante las horas de clase. A continuación, los padres deberían firmar los formularios de consentimiento informado. Una vez firmado, se procedería a aplicar la metodología prevista en las instalaciones del colegio.

### **Consideraciones éticas**

Para este estudio se respetarán todas las consideraciones éticas que están relacionadas al estudio con individuos. Es por esto, que los padres de los participantes de este estudio firmarían un consentimiento informado antes de iniciar la aplicación del programa de esta investigación. Dentro del consentimiento informado se detalla los objetivos principales tanto del estudio como del programa, así como también la decisión voluntaria de aceptar que sus hijos reciban este programa donde se aclara que no existe ninguna implicación laboral o personal, por lo que los niños pueden no participar o pueden decidir retirarse en cualquier momento del estudio. Para asegurar el anonimato de los participantes, se reemplazaría el nombre del niño por un código numérico que se les asignaría, a este código únicamente tendría acceso el investigador. La información obtenida de la investigación sería utilizada únicamente para la misma, por lo que, una vez terminado el estudio, esa información sería destruida.

## RESULTADOS ESPERADOS

En base a la investigación que se realizó para este estudio, se esperaría que el programa de inteligencia emocional tenga un efecto a largo plazo en la vida laboral de los niños y las niñas. Con el tipo de programa de inteligencia emocional propuesto, se espera que los niños y niñas desarrollen habilidades y competencias que forman parte de la inteligencia emocional como por ejemplo, regulación emocional, resolución de conflictos, entre otras, para que en un futuro tengan un desempeño óptimo en el ámbito laboral. Como se ha visto, Goleman (2001) postulaba que para convertirse y mantenerse como líder en una empresa, depende de factores emocionales de la persona y del carácter, apoyándose en referencias empíricas que demuestran que la inteligencia emocional es responsable del 85-90% del éxito de los líderes en el mundo organizacional.

En un estudio realizado sobre la relación entre satisfacción laboral, estrés e inteligencia emocional realizado por Limonero, Tomás-Sábato, Fernández-Castro y Gómez-Brito (2004), en enfermeros, hallaron que los sujetos con puntuaciones altas en conciencia emocional y autodominio, pertenecientes a las competencias de la inteligencia emocional, mostraban bajos niveles de estrés. Los resultados indicaron que existe una correlación positiva entre inteligencia emocional y satisfacción laboral. En otra investigación similar sobre la relación entre la satisfacción laboral e inteligencia emocional, los resultados revelan que existe una relación positiva entre un factor de la inteligencia emocional, control emocional, y dos dimensiones de satisfacción laboral (satisfacción intrínseca y satisfacción general, lo que sugiere que para explicar la satisfacción en el

trabajo de los empleadores hay que tomar en cuenta factores emocionales. (Aguilar, Augusto, y Berrios, 2006).

Así mismo, en otro estudio se evaluó la inteligencia emocional y el desempeño laboral de sujetos que se encuentran en el nivel directivo y nivel medio de una respectiva organización de educación superior pública. (Araujo & Guerra, 2007). Se encontró que las personas en nivel directivo obtuvieron puntuaciones altas en la medición de inteligencia emocional, lo que quiere decir que estas personas reconocen con mayor facilidad emociones propias y la de los demás; y que existe una alta relación entre la inteligencia emocional y desempeño laboral, es decir, cuanto más complejo es el trabajo, más necesaria es la inteligencia emocional.

En base a los resultados de dichos estudios mencionados anteriormente, se espera que la aplicación de este estudio tenga los mismos efectos positivos en los niños. Por ejemplo, que después de que los niños hayan recibido el programa de inteligencia emocional, en un futuro tengan un mayor control emocional, mayor resolución de conflictos, autodominio, mejor calidad de relaciones interpersonales y bienestar psicológico que influyen en un mejor desempeño laboral y, como consecuencia a alcanzar y mantenerse en el éxito. Cabe mencionar que no se encontraron estudios longitudinales donde se haya seguido un monitoreo de los infantes hasta la edad adulta, sin embargo, existen varios resultados y conclusiones de estudios citados anteriormente donde se demuestra la efectividad y los beneficios tanto de la aplicación de programas de inteligencia emocional como de una persona que tiene una alta inteligencia emocional.

Así es como, uno de los empresarios más influyente de los Estados Unidos, Robert Kiyosaki (2014) menciona que el coeficiente intelectual financiero es 90% emocional y 10% información técnica sobre finanzas y dinero, lo que quiere decir que los factores emocionales juegan un papel importante en el mundo de los negocios y en la toma de decisiones.

## **Discusión**

Al finalizar este estudio en base a la pregunta de investigación ¿Cómo y hasta qué punto los programas educativos de inteligencia emocional influyen en el desempeño laboral de las personas? y en base a la revisión de literatura analizada, se puede concluir que los programas de inteligencia emocional definitivamente tienen un impacto positivo en la vida de las personas, y no solamente en el área laboral sino también en varios aspectos de la vida como, en el ámbito social y familiar. Según Salovey y Mayer, “la inteligencia emocional incluye la habilidad de 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” (Bisquerra, 2016).

Por lo que la inteligencia emocional abarca varias habilidades que favorecen la interrelación con las personas y la comprensión de emociones por el otro, que a su vez facilita la comunicación con los demás. Goleman (1996), determinó que los programas SEL impartidos en las escuelas de España estaban teniendo un efecto en la disminución de la violencia entre niños disminuyendo la mala conducta en un 28 %, y a su vez los estudiantes mostraron conductas positivas en un 63 %; estos datos fueron sacados de una evaluación de

668 estudios de programas SEL ofrecidos a estudiantes en etapa preescolar hasta nivel secundario.

Dicho esto, la inteligencia emocional es una cualidad que los seres humanos deberían desarrollarla día a día con las personas que están a su alrededor ya que los seres humanos son seres sociales que necesitan relacionarse para poder sobrevivir. Las personas con inteligencia emocional alta tienen un mejor estilo de vida, tienen mayor autocontrol sobre sí mismo y sobre la presión social. (Universia España, 2015).

Varios estudios, como el de Bernal et al., (2014) recalca la influencia de las habilidades de la inteligencia emocional para el potencial emprendedor, en el que la auto-eficacia y la utilización y regulación de emociones, fueron las dos competencias que juegan un papel importante para ser una persona con éxito.

Está claro que las personas que desarrollan este tipo de inteligencia tienen un mayor bienestar en diferentes áreas de la vida ya que llegan a ser personas que no son emocionalmente activas por lo tanto, pueden manejar mejor situaciones adversas y solucionarlas. Sin embargo, la familia juega un rol importante cuando se trata de niños que están recibiendo programas educativos de inteligencia emocional, ya que como menciona López (2007), el proceso positivo del programa va a depender del apoyo de la familia y de los docentes que impartan las actividades correspondientes, por lo que los miembros de la familia deben ser también seres con inteligencia emocional alta para que los niños aprendan y se sientan identificados con sus figuras de apego.

Cabe recalcar que la selección de los participantes fue de manera aleatoria, por lo que las personas no fueron evaluadas sobre rasgos de personalidad, áreas afectivo-

emocional, déficits cognitivos, implicaciones sociales o ambiente familiar, por lo que se esperaría que los resultados podrían tener o no un efecto positivo en la vida laboral de las personas.

### **Limitaciones del estudio**

Concluido el presente estudio, se encontró algunas limitaciones que pudieron haber influido en los resultados del mismo. En primer lugar, los participantes elegidos para el estudio fueron seleccionados de una sola escuela de Quito-Ecuador, de manera que la muestra no abarca a niños y niñas de otras escuelas con diferentes factores. En segundo lugar, los estudiantes de la escuela seleccionada para el estudio son de clase social media-alta, el cual no llega a determinar a nivel global si el efecto del programa educativo de inteligencia emocional funciona para todo tipo de población. En tercer lugar, el programa fue aplicado de manera grupal, lo cual puede haber influido en los resultados obtenidos, que si hubiera sido de manera individual. Es necesario tomar en cuenta el número de participantes y el tiempo de aplicación del programa, ya que los resultados podrían variar en el caso de haber un número mayor de participantes y mayor intervalo de tiempo de aplicación.

### **Recomendaciones para futuros estudios**

Finalizado el estudio, sería apropiado que para futuras investigaciones que se pueda analizar la influencia de los programas educativos de inteligencia emocional en la vida laboral impartidos de manera individual, para evaluar si la influencia social tiene un efecto positivo o negativo durante el desarrollo del programa. De la misma manera, sería importante que este tipo de programas sea impartido en escuelas y colegios de estratos más

altos o más bajos para observar los efectos de diferentes poblaciones expuestas a factores no igualitarios. Finalmente, a lo largo de esta investigación se encontraron temas interesantes que podrían ser relevantes para la sociedad como por ejemplo, cómo la inteligencia emocional sirve de factor protector para los adolescentes, en cuanto a abuso de sustancias e intentos suicidas.

## REFERENCIAS

- Aguaded, M., & Pantoja, M. (2015). Innovar desde un proyecto educativo de inteligencia emocional en primaria e infantil. *Tendencias Pedagógicas*, 26, p. 69-88.
- Araujo, M., Guerra, M. (2007). Inteligencia emocional y desempeño laboral en las instituciones de educación superior públicas. *CICAG*, 2, p.132-147.
- Atabales, L., Cuadrata-Peralta, A., Moya, R., Veloso-Besio, C., Vilca, J. (2010). Efecto de un programa de psicología positiva e inteligencia emocional sobre la satisfacción laboral y vital. *Revista Salud & Sociedad*, 2, p.101-112.
- Barbey, A., Roberto Colom y Grafman, J. (2014). Social Cognitive and Affective Neuroscience. *Revelada la localización de la distribución de los sistemas neuronales de la Inteligencia Emocional*. Recuperado desde <http://www.scan.oxfordjournals.org/content/early/2012/12/06/scan.nss124.abstract>
- Bernal, M., Carvalho, C., Mortan, R., Ripoll, P. (2014). Effects of emotional intelligence on entrepreneurial intention and self-efficacy. *Revista de psicología del trabajo y de las organizaciones*, 30 (3), 97-104. Doi:10.1016/j.rpto.2014.11.004
- Bisquerra, R. (2016). La Inteligencia Emocional según Salovey y Mayer. *¿Inteligencia Emocional?*. Recuperado desde <http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>
- Cascant, M., Hueso, A. (2012). Metodología y Técnicas Cuantitativas de Investigación. *Cuadernos Docentes en procesos de desarrollo*. Extraído desde <http://www.https://riunet.upv.es/bitstream/handle/10251/17004/Metodologia>
- Del Pilar, V. (2009). IN. *Educación Inicial*. Extraído desde <http://www.es.slideshare.net/vdelpilar2242/educacion-inicial-1706666>
- Depresión. (2015). *Organización Mundial de la Salud*. Recuperado desde <http://www.portafolio.co/tendencias/contar-baja-inteligencia-emocional-eleva-riesgos-64846>
- Dieskstra, R. (2008). Evaluación de los programas escolares universales de educación emocional y social y de habilidades para la vida. *Educación Emocional y Social*, p.268-329
- Extremera, N y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6 (2).
- Fernández-Berrocal, P., Ruiz, D. (2008). La inteligencia emocional en la educación. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 15, p.421-436.

- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29, p.1-6.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. (2008). La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, 332, p.97-116.
- Ferragut, M y Fierro, A. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 3, p.95-104.
- García, J. (2016). Psicología y Mente. *Daniel Goleman: biografía del autor de la Inteligencia Emocional*. Recuperado desde <http://www.http://psicologiaymente.net/psicologia/daniel-goleman-biografia-inteligencia-emocional>
- García-Allen, J. (2016). Daniel Goleman: biografía del autor de la Inteligencia Emocional. *Psicología y Mente*. Recuperado desde <http://www.psicologiaymente.net/psicologia/daniel-goleman-biografia-inteligencia-emocional#>
- García-Fernández, M y Giménez-Mass, S. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral*, 6, p.43-52.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. España: Kairós
- Goleman, D. (2001). *Inteligencia emocional en el trabajo: cómo seleccionar y mejorar la inteligencia emocional en individuos, grupos y organizaciones*. España: Kairós
- González, A. (2011). Inteligencias múltiples: Gardner, Goleman y Angélica Olvera. *Alaya*. Recuperado desde <http://www.alaya.es/2011/12/19/inteligencias-multiples/>
- Hué, C. (Sin fecha). Propuesta para el desarrollo de la educación integral en el currículo del sistema educativo español. Recuperado desde [http://www.debateeducativo.mec.es/documentos/hue\\_educacion\\_integral.pdf](http://www.debateeducativo.mec.es/documentos/hue_educacion_integral.pdf)
- López, E. (2007). *Educación emocional: programa para 3-6 años*. España: Wolters Kluwer.
- Montaño, A. (2014). La inteligencia emocional: origen y concepto. *Inteligencia emocional*. Recuperado desde <http://www.grandespymes.com.ar/2011/09/09/la-inteligencia-emocional-origen-y-concepto/>
- Pinzón, M. (2012). Inteligencia emocional. *Biografía de Daniel Goleman*. Recuperado desde <http://www.comunik2oruse.blogspot.com/2012/03/biografia-daniel-goleman.html>
- Rivas. L y Trujillo, M. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *Revista de Ciencias Administrativas y Sociales*, 15, p.2-17.

Suárez, Y. (2012). La inteligencia emocional como factor protector ante el suicidio en adolescentes. *Revista de Psicología GEPU*, 3, p.182-200.

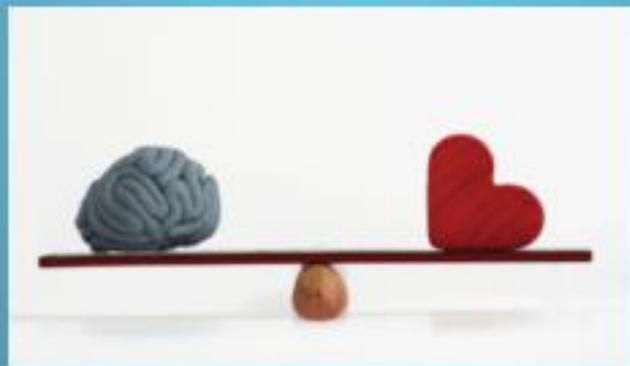
Una mejor inteligencia emocional reduce las conductas de riesgo en los estudiantes. (2015). *UniversiaEspaña*. Recuperado desde <http://www.noticias.universia.es/portada/noticia/2015/12/30/1135081/mejor-inteligencia-emocional-reduce-conductas-riesgo-estudiantes.html>

**ANEXO A: CARTA PARA RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES**

*Universidad San Francisco de Quito*

**Investigación de Tesis**

Estudios han demostrado que los componentes de la inteligencia emocional son **claves** para alcanzar y mantener el éxito en el mundo laboral.



Si usted señor padre de familia está interesado en que su hijo/a desarrolle estos componentes de la inteligencia emocional le invito a informarse acerca del estudio **longitudinal** sobre el efecto de programas educativos de Inteligencia Emocional en el desempeño laboral del cual su hijo/a podrá formar parte.

***Para más información:***

**Nombre:** Margarita Yépez

**Carrera:** Estudiante de *sicología clínica* de la Universidad San Francisco de Quito.

**Teléfono:** 09X XXX XXXX

**e-mail:** mxxxxxxxxx@hotmail.com

## ANEXO B: FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO



Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos

Universidad San Francisco de Quito

El Comité de Revisión Institucional de la USFQ  
The Institutional Review Board of the USFQ

Formulario Consentimiento Informado

**Título de la investigación:** Influencia de Programas Educativos de Inteligencia Emocional en el Desempeño Laboral de las Personas

**Organización del investigador** Universidad San Francisco De Quito

**Nombre del investigador principal** Margarita Alejandra Yépez Tamayo

**Datos de localización del investigador principal** 2448561, 0984619455, yepezm898@gmail.com

**Co-investigadores** No aplica

### DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO

**Introducción** (Se incluye un ejemplo de texto. Debe tomarse en cuenta que el lenguaje que se utilice en este documento no puede ser subjetivo; debe ser lo más claro, conciso y sencillo posible; deben evitarse términos técnicos y en lo posible se los debe reemplazar con una explicación)

Este formulario incluye un resumen del propósito de este estudio. Usted puede hacer todas las preguntas que quiera para entender claramente su participación y despejar sus dudas. Para participar puede tomarse el tiempo que necesite para consultar con su familia y/o amigos si desea participar o no.

Usted ha sido invitado a participar en un investigación sobre la influencia de programas educativos de inteligencia emocional en el desempeño laboral de las personas porque pueden ser beneficiosos para alcanzar el liderazgo.

**Propósito del estudio** (incluir una breve descripción del estudio, incluyendo el número de participantes, evitando términos técnicos e incluyendo solo información que el participante necesita conocer para decidirse a participar o no en el estudio)

Para el estudio se contará con 40 niños/as de edades entre 3 a 5 años pertenecientes a un colegio de estrato socio-económico medio alto en la ciudad de Quito, de los cuales 20 recibirán el programa educativo de inteligencia emocional enfocado en el desarrollo de habilidades sociales, reconocimiento de emociones y los otros 10 no recibirán el programa. Con esto se busca evaluar la influencia de los programas de inteligencia emocional en el desempeño laboral.

**Descripción de los procedimientos** (breve descripción de los pasos a seguir en cada etapa y el tiempo que tomará cada intervención en que participará el sujeto)

Al inicio se les administrará dos pruebas denominadas Trait Mood Scale (TMMS) y Emotional Quotient Inventory (EQ-I) para medir el nivel y los componentes de inteligencia emocional de cada uno de los participantes. Seguido a esto, se procederá con la intervención del programa educativo de inteligencia

emocional por un período de tres meses. Después de haber concluido el programa, se volverá a administrar las dos pruebas mencionadas anteriormente a los participantes de cada grupo del estudio para comparar los resultados.

**Riesgos y beneficios** (explicar los riesgos para los participantes en detalle, aunque sean mínimos, incluyendo riesgos físicos, emocionales y/o psicológicos a corto y/o largo plazo, detallando cómo el investigador minimizará estos riesgos; incluir además los beneficios tanto para los participantes como para la sociedad, siendo explícito en cuanto a cómo y cuándo recibirán estos beneficios)

Los participantes podrían experimentar sentimientos de ansiedad mientras se realiza el programa de inteligencia emocional debido a los nuevos conceptos inculcados dentro del proceso académico.

Después de llevado a cabo el estudio, todos los participantes y familiares podrán recibir más información acerca del tema. Lo cual permitirá el reconocimiento de la importancia de este tipo de programas. Si los programas educativos de inteligencia emocional tiene una influencia positiva en el desarrollo de habilidades y buen desempeño laboral a largo plazo, puede ser tomado en cuenta para la inclusión en escuelas y colegios en el país.

**Confidencialidad de los datos** (se incluyen algunos ejemplos de texto)

Para nosotros es muy importante mantener su privacidad, por lo cual aplicaremos las medidas necesarias para que nadie conozca su identidad ni tenga acceso a sus datos personales:

- 1) La información que nos proporcione se identificará con un código que reemplazará su nombre y se guardará en un lugar seguro donde solo el investigador tendrá acceso.
- 2A) Si se toman muestras de su persona estas muestras serán utilizadas solo para esta investigación y destruidas tan pronto termine el estudio (*si aplica*) ó
- 2B) Si usted está de acuerdo, las muestras que se tomen de su persona serán utilizadas para esta investigación y luego se las guardarán para futuras investigaciones removiendo cualquier información que pueda identificarlo (*si aplica*)
- 3) Su nombre no será mencionado en los reportes o publicaciones.
- 4) El Comité de Bioética de la USFQ podrá tener acceso a sus datos en caso de que surgieran problemas en cuando a la seguridad y confidencialidad de la información o de la ética en el estudio.

**Derechos y opciones del participante** (se incluye un ejemplo de texto)

Usted puede decidir no participar y si decide no participar solo debe decírselo al investigador principal o a la persona que le explica este documento. Además aunque decida participar puede retirarse del estudio cuando lo desee, sin que ello afecte los beneficios de los que goza en este momento.

Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

**Información de contacto**

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0984619455 que pertenece a Margarita Yépez, o envíe un correo electrónico a yepezm898@gmail.com

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. William F. Waters, Presidente del Comité de Bioética de la USFQ, al siguiente correo electrónico: comitebioetica@usfq.edu.ec

**Consentimiento informado** *(Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieren el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)*

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Firma del participante	Fecha
Firma del testigo <i>(si aplica)</i>	Fecha
Nombre del investigador que obtiene el consentimiento informado	
Firma del investigador	Fecha

## ANEXO C: HERRAMIENTAS PARA LEVANTAMIENTO DE INFORMACIÓN

Table 1. Items of TMMS-24 (Fernández-Berrocal et al. 2004).

---

Item 1	I pay much attention to my feelings.
Item 2	Usually I care much about what I'm feeling
Item 3	It is usually a waste of time to think about your emotions.
Item 4	I think it's worth paying attention to your emotions or moods.
Item 5	I let my feelings interfere with what I am thinking.
Item 6	I think about my mood constantly.
Item 7	I often think about my feelings.
Item 8	I pay a lot of attention to how I feel.
Item 9	I am usually very clear about my feelings.
Item 10	I am rarely confused about how I feel.
Item 11	I usually know my feelings about a matter
Item 12	I can make sense out of my feelings.
Item 13	I often aware of my feelings on a matter.
Item 14	Always I can tell how I feel.
Item 15	Sometimes I can tell what my feelings are.
Item 16	I almost always know exactly how I am feeling.
Item 17	Although I am sometimes sad, I have mostly optimistic outlook.
Item 18	No matter how badly I feel, I try to think about pleasant things.
Item 19	When I am upset, I think of all the pleasure of life.
Item 20	I try to think good thoughts no matter how badly I feel.
Item 21	If I find myself getting mad, I try to calm myself down.
Item 22	I worry about being in too good a mood.
Item 23	I have much energy when I am happy.
Item 24	When I am angry I don't usually let myself feel that way.

---

© Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004)

*Note.* Emotional Attention (8 items: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8), Emotional Clarity (8 items: 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16) and Emotional Repair (8 items: 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24).

El Inventario Trait Mood Scale que consta de 48 ítems establecidos con tres subescalas: sentimientos, claridad de sentimientos y reparación emocional. No se adjunta el cuestionario completo por derechos de autor.



## Bar-On Emotional Quotient Inventory

Bar-On EQ-i Test Components				
Intrapersonal Skills	Interpersonal Scales	Adaptability Scales	Stress Management Scales	General Mood Scales
<i>Self Regard</i>	<i>Empathy</i>	<i>Reality Testing</i>	<i>Stress Tolerance</i>	<i>Optimism</i>
<i>Emotional Self Awareness</i>	<i>Social Responsibility</i>	<i>Flexibility</i>	<i>Impulse Control</i>	<i>Happiness</i>
<i>Assertiveness</i>	<i>Interpersonal Relationship</i>	<i>Problem Solving</i>		
<i>Independence</i>	<i>Stress Tolerance</i>			
<i>Self Actualization</i>	<i>Impulse Control</i>			

Se presenta los componentes y destrezas a medir del Emotional Quotient Inventory (EQ-I). No se anexa el cuestionario completo por derechos de autor.