



UNIVERSIDAD
MARCELINO CHAMPAGNAT
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y PSICOLOGÍA

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

INTELIGENCIA EMOCIONAL EN DOCENTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DEL DISTRITO DE RICARDO PALMA – HUAROCHIRI

Autoras

ZUZU JADY, COILA ALVAREZ

CÓDIGO ORCID: 0009-0006-0134-8449

Para optar al Título Profesional de
**LICENCIADA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA,
ESPECIALIDAD CIENCIAS RELIGIOSAS**

KATHYA LIBERTAD, FLORES GAVILAN

CÓDIGO ORCID: 0009-0001-8294-3795

Para optar al Título Profesional de
LICENCIADA EN EDUCACIÓN INICIAL

YAACLIN, RIVAS VIVANCO

CÓDIGO ORCID: 0009-0001-2915-1182

Para optar al Título Profesional de
LICENCIADA EN EDUCACIÓN INICIAL

LAURA ISABEL, TINTAYA VALVERDE

CÓDIGO ORCID: 0009-0003-1559-338X

Para optar al Título Profesional de
**LICENCIADA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA,
ESPECIALIDAD CIENCIAS RELIGIOSAS**

Asesora

MG. BRINGAS ALVAREZ, VERÓNICA

CÓDIGO ORCID: 0000-0002-6822-5121

Línea de investigación:

6. Evaluación e intervención para el desarrollo de la persona

Lima- Perú
2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD	ININ-F-002
	V. 02
	Página 2 de 74

Yo, Zuzu Jady Coila Alvarez, identificado (a) con DNI N.º **40225068**, egresada de la Escuela Profesional de Educación Secundaria, Especialidad Ciencias Religiosas, de la Universidad Marcelino Champagnat.

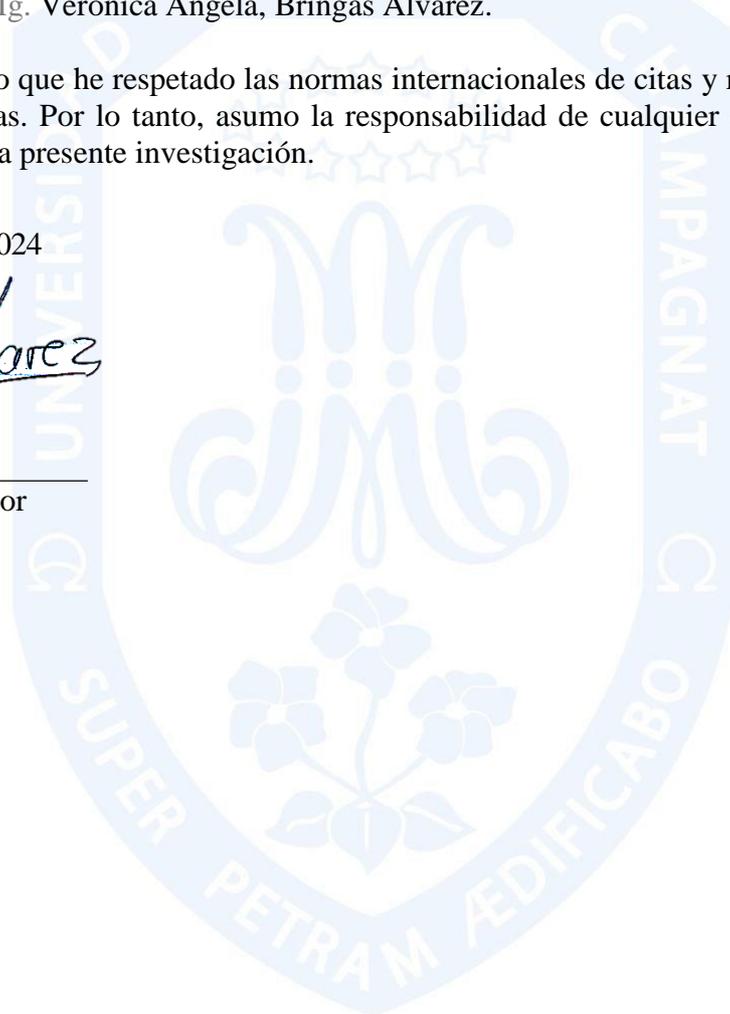
Declaro bajo juramento que, el presente trabajo de suficiencia profesional titulada (o): Inteligencia emocional en docentes de las instituciones del distrito de Ricardo Palma - Huarochirí, es de mi total autoría. El documento es original, no ha sido presentado anteriormente para obtener algún grado académico o título profesional. Ha sido realizado bajo la asesoría de la Mg. Verónica Ángela, Bringas Alvarez.

Asimismo, declaro que he respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por lo tanto, asumo la responsabilidad de cualquier error /omisión que pudiera haber en la presente investigación.

01 de marzo del 2024



Firma del autor



DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD	ININ-F-002
	V. 02
	Página 3 de 74

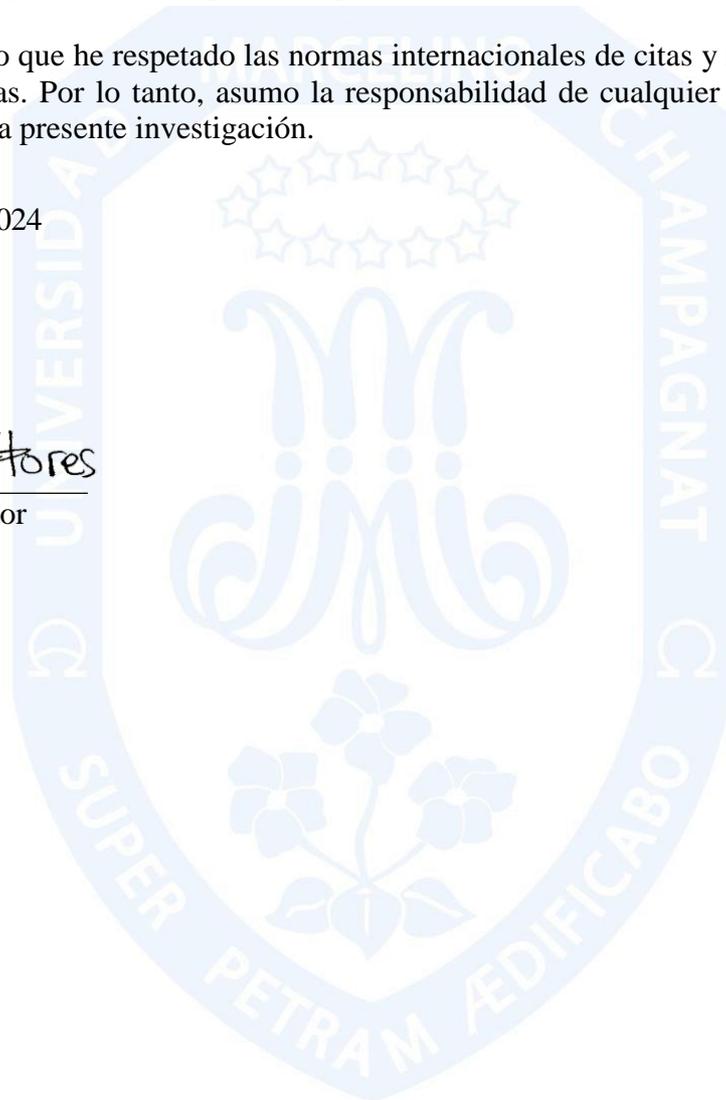
Yo, Kathya Libertad Flores Gavilan, identificado (a) con DNI N.º **72687020**, egresada de la Escuela Profesional de Educación Inicial, de la Universidad Marcelino Champagnat.

Declaro bajo juramento que, el presente trabajo de suficiencia profesional titulada (o): Inteligencia emocional en docentes de las instituciones del distrito de Ricardo Palma - Huarochirí, es de mi total autoría. El documento es original, no ha sido presentado anteriormente para obtener algún grado académico o título profesional. Ha sido realizado bajo la asesoría de la Mg. Verónica Ángela, Bringas Alvarez.

Asimismo, declaro que he respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por lo tanto, asumo la responsabilidad de cualquier error /omisión que pudiera haber en la presente investigación.

01 de marzo del 2024


Firma del autor



DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD	ININ-F-002
	V. 02
	Página 4 de 74

Yo, Yaclin Rivas Vivanco, identificado (a) con DNI N.º **48132768**, egresada de la Escuela Profesional de Educación Inicial, de la Universidad Marcelino Champagnat.

Declaro bajo juramento que, el presente trabajo de suficiencia profesional titulada (o): Inteligencia emocional en docentes de las instituciones del distrito de Ricardo Palma - Huarochirí, es de mi total autoría. El documento es original, no ha sido presentado anteriormente para obtener algún grado académico o título profesional. Ha sido realizado bajo la asesoría de la Mg. Verónica Ángela, Bringas Alvarez.

Asimismo, declaro que he respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por lo tanto, asumo la responsabilidad de cualquier error /omisión que pudiera haber en la presente investigación.

01 de marzo del 2024



Firma del autor



	DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD	ININ-F-002
		V. 02
		Página 5 de 74

Yo, Laura Isabel Tintaya Valverde, identificado (a) con DNI N.º **72972190**, egresada de la Escuela Profesional de Educación Secundaria, Especialidad Ciencias Religiosas, de la Universidad Marcelino Champagnat.

Declaro bajo juramento que, el presente trabajo de suficiencia profesional titulada (o): Inteligencia emocional en docentes de las instituciones del distrito de Ricardo Palma - Huarochirí, es de mi total autoría. El documento es original, no ha sido presentado anteriormente para obtener algún grado académico o título profesional. Ha sido realizado bajo la asesoría de la Mg. Verónica Ángela, Bringas Alvarez.

Asimismo, declaro que he respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por lo tanto, asumo la responsabilidad de cualquier error /omisión que pudiera haber en la presente investigación.

01 de marzo del 2024



Firma del autor



UNIVERSIDAD MARCELINO CHAMPAGNAT
Facultad de Educación y Psicología

ACTA DE APROBACIÓN PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA LA TITULACIÓN - PAT

Ante el Jurado conformado por los docentes:

Dr. Cromancio Felipe AGUIRRE CHAVEZ	Presidente
Mag. Miluska Rosario VEGA GUEVARA	Vocal
Mag. Giancarlo LINARES GUEVARA	Secretario

ZUZU JADY COILA ALVAREZ, Bachiller en Educación, ha sustentado su Trabajo de Suficiencia Profesional, titulado **“Inteligencia emocional en docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma - Huarochiri”**, para optar al Título Profesional de Licenciada en Educación Secundaria, Especialidad Ciencias Religiosas.

El Jurado después de haber deliberado sobre la calidad de la sustentación y del Trabajo de Suficiencia Profesional, acordó declarar a la Bachiller en Educación:

CÓDIGO	NOMBRES Y APELLIDOS	RESULTADO
2007427	ZUZU JADY COILA ALVAREZ	APROBADA

Concluido el acto de sustentación, el Presidente del Jurado levantó la Sesión Académica.

Santiago de Surco, 20 de abril del 2024.

SECRETARIO

VOCAL

PRESIDENTE



UNIVERSIDAD MARCELINO CHAMPAGNAT
Facultad de Educación y Psicología

ACTA DE APROBACIÓN PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA LA TITULACIÓN - PAT

Ante el Jurado conformado por los docentes:

Dr. Cromancio Felipe AGUIRRE CHAVEZ	Presidente
Mag. Miluska Rosario VEGA GUEVARA	Vocal
Mag. Giancarlo LINARES GUEVARA	Secretario

KATHYA LIBERTAD FLORES GAVILAN, Bachiller en Educación, ha sustentado su Trabajo de Suficiencia Profesional, titulado **“Inteligencia emocional en docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma - Huarochiri”**, para optar al Título Profesional de Licenciada en Educación Inicial.

El Jurado después de haber deliberado sobre la calidad de la sustentación y del Trabajo de Suficiencia Profesional, acordó declarar a la Bachiller en Educación:

CÓDIGO	NOMBRES Y APELLIDOS	RESULTADO
72687020	KATHYA LIBERTAD FLORES GAVILAN	APROBADA

Concluido el acto de sustentación, el Presidente del Jurado levantó la Sesión Académica.

Santiago de Surco, 20 de abril del 2024.

SECRETARIO

VOCAL

PRESIDENTE



UNIVERSIDAD MARCELINO CHAMPAGNAT
Facultad de Educación y Psicología

ACTA DE APROBACIÓN PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA LA TITULACIÓN - PAT

Ante el Jurado conformado por los docentes:

Dr. Cromancio Felipe AGUIRRE CHAVEZ	Presidente
Mag. Miluska Rosario VEGA GUEVARA	Vocal
Mag. Giancarlo LINARES GUEVARA	Secretario

YACLIN RIVAS VIVANCO, Bachiller en Educación, ha sustentado su Trabajo de Suficiencia Profesional, titulado “**Inteligencia emocional en docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma - Huarochiri**”, para optar al Título Profesional de Licenciada en Educación Inicial.

El Jurado después de haber deliberado sobre la calidad de la sustentación y del Trabajo de Suficiencia Profesional, acordó declarar a la Bachiller en Educación:

CÓDIGO	NOMBRES Y APELLIDOS	RESULTADO
48132768	YACLIN RIVAS VIVANCO	APROBADA

Concluido el acto de sustentación, el Presidente del Jurado levantó la Sesión Académica.

Santiago de Surco, 20 de abril del 2024.

SECRETARIO

VOCAL

PRESIDENTE



UNIVERSIDAD MARCELINO CHAMPAGNAT
Facultad de Educación y Psicología

ACTA DE APROBACIÓN PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA LA TITULACIÓN - PAT

Ante el Jurado conformado por los docentes:

Dr. Cromancio Felipe AGUIRRE CHAVEZ	Presidente
Mag. Miluska Rosario VEGA GUEVARA	Vocal
Mag. Giancarlo LINARES GUEVARA	Secretario

LAURA ISABEL TINTAYA VALVERDE, Bachiller en Educación, ha sustentado su Trabajo de Suficiencia Profesional, titulado **“Inteligencia emocional en docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma - Huarochiri”**, para optar al Título Profesional de Licenciada en Educación Inicial.

El Jurado después de haber deliberado sobre la calidad de la sustentación y del Trabajo de Suficiencia Profesional, acordó declarar a la Bachiller en Educación:

CÓDIGO	NOMBRES Y APELLIDOS	RESULTADO
72972190	LAURA ISABEL TINTAYA VALVERDE	APROBADA

Concluido el acto de sustentación, el Presidente del Jurado levantó la Sesión Académica.

Santiago de Surco, 20 de abril del 2024.

SECRETARIO

VOCAL

PRESIDENTE

Dedicatoria

A Dios por ser la base de mi vida, a Edwin porque siempre me apoya en todo momento y a mi familia.

Dedicatoria

A mi madre y padre, A mi adorada hija por ser mi mayor motivación.

Dedicatoria

Esta investigación va dedicada a mis padres y a mi hermana Ericka, quienes me alentaron a continuar con mis estudios y son los pilares importantes en mi formación como profesional.

Dedicatoria

A mis padres, cuyo amor incondicional y apoyo constante han sido mi mayor motivación, son ustedes quienes me han enseñado el valor del trabajo duro, la importancia de la perseverancia y todo lo que soy y todo lo que he alcanzado se lo debo a ustedes.

A mi hija Fátima, cada paso que he dado ha sido motivado por el deseo de construir un mejor futuro para ti. En los momentos más difíciles, tus risas, tus abrazos y tu amor han sido mi guía y mi motivación para seguir adelante.

A Jeff, por su amor, comprensión, apoyo constante y por tus palabras de aliento.

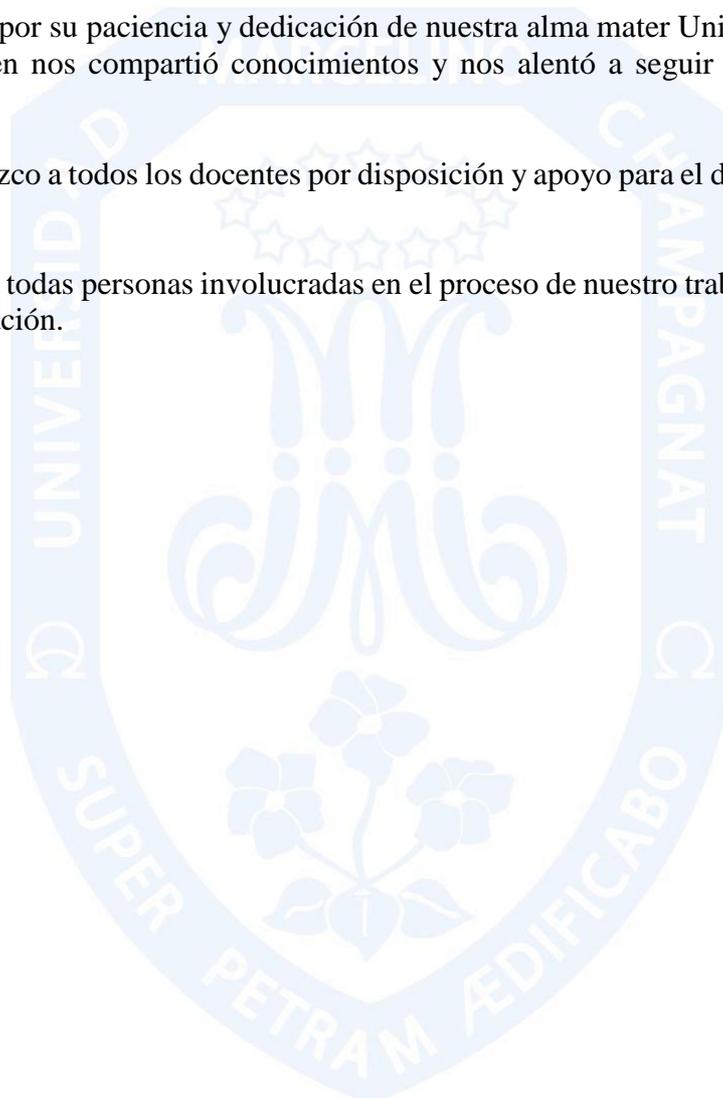
Agradecimientos

En primer lugar, agradecemos a Dios por guiarnos y poder culminar todos nuestros proyectos que vamos realizando. Además, a nuestras familias, quienes nos motivaron a continuar en este arduo proceso de elaboración de nuestro trabajo.

A nuestra asesora por su paciencia y dedicación de nuestra alma mater Universidad Marcelino Champagnat, quien nos compartió conocimientos y nos alentó a seguir a culminar nuestro proyecto trazado.

Asimismo, agradezco a todos los docentes por disposición y apoyo para el desarrollo de nuestra investigación.

Finalmente, a mí a todas personas involucradas en el proceso de nuestro trabajo, por brindarnos su apoyo y motivación.



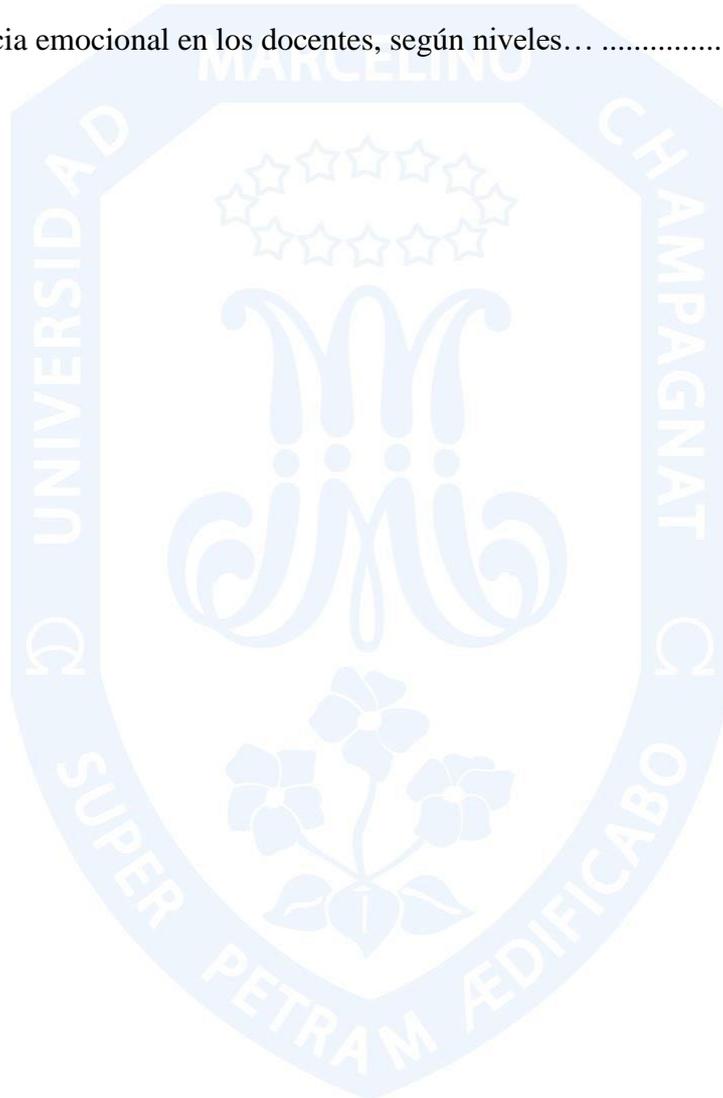
INDICE

Dedicatoria	II
Agradecimientos	III
Contenido	IV
Indice de Tablas	VI
Indice de Figuras	VII
Resumen	VIII
Abstract	IX
Introducción	1
1. Planteamiento del problema	4
1.1. Presentación del problema.....	4
1.2. Formulación del Problema	8
1.2.1. Problema general	8
1.2.2. Problemas específicos.....	8
1.3. Justificación.....	9
1.3.1 Justificación teórica	9
1.3.2 Justificación práctica	9
1.4. Objetivos.....	9
1.4.1. Objetivos Generales.....	9
1.4.2. Objetivos específicos.....	10
2. Marco teórico	11
2.1. Antecedentes.....	11
2.1.1. Antecedentes nacionales.....	11
2.2.4. La inteligencia emocional en los docentes.....	19

2.2.5. Promover la inteligencia emocional en el aula.....	19
2.3. Definición de términos básicos.....	20
2.4. Marco situacional.....	20
3. Hipótesis y variables.....	22
3.1. Variables.....	22
4. Metodología.....	23
4.1. Nivel de investigación.....	23
4.2. Tipo de investigación.....	23
4.3. Diseño de la investigación.....	23
4.4. Población y muestra.....	24
4.4.1. Población.....	24
4.4.2. Muestra.....	25
4.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	25
4.5.1. Técnica.....	25
4.5.2. Instrumento de recolección de datos.....	26
4.5.2.1. La validez del instrumento.....	28
4.5.2.2. Confiabilidad.....	29
4.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	30
5. Resultados.....	31
7. Conclusiones y recomendaciones.....	43
7.1. Conclusiones.....	43
7.2. Recomendaciones.....	44
Referencias.....	46
2.2.4. La inteligencia emocional.....	19

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Cuadro de operacionalización.....	22
Tabla 2 Distribución de los ítems por subcomponentes	26
Tabla 3 Distribución de ítems positivos y negativos por subcomponentes	27
Tabla 4 Inteligencia emocional en los docentes, según niveles... ..	36



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Diseño de investigación	24
Figura 2	Fórmula para el cálculo de la muestra	25
Figura 3	Distribución de componentes por subcomponentes.....	26
Figura 4	Resultados generales.....	31
Figura 5	Resultados del componente intrapersonal.....	32
Figura 6	Resultados del componente interpersonal.....	32
Figura 7	Resultados del componente de adaptabilidad	33
Figura 8	Resultados del componente manejo del estrés.....	33
Figura 9	Resultados del componente estado de ánimo en general	34
Figura 10	Resultados comparativos por niveles.....	35

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de inteligencia emocional en los docentes de las instituciones educativas públicas del distrito de Ricardo Palma. Para ello se realizó una investigación de enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo simple. La muestra de la investigación estuvo conformada por 41 docentes de diferentes niveles educativos, seleccionados de manera no probabilística. Se utilizó un cuestionario llamado ICE NA Inventario de la Inteligencia Emocional de BarOn adaptado por la Dra. Nelly Ugarriza (2001), para medir la inteligencia emocional de los docentes. En general, se observó que la mayoría de los docentes participantes en el estudio presentan un nivel muy alto de inteligencia emocional en los componentes intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés y estado de ánimo general. Esto indica que tienen un buen control emocional y son capaces de interrelacionarse efectivamente con sus colegas, estudiantes y entorno social.

Palabras claves: inteligencia emocional, docentes.

ABSTRACT

The research aimed to determine the level of emotional intelligence in teachers from public educational institutions in the Ricardo Palma district. A quantitative research with a simple descriptive design was conducted for this purpose. The research sample consisted of 41 teachers from different educational levels, selected in a non-probabilistic manner. A questionnaire called ICE NA Emotional Intelligence Inventory by BarOn, adapted by Dr. Nelly Ugarriza (2001), was used to measure the teachers' emotional intelligence. Overall, it was observed that the majority of the participating teachers in the study exhibit a very high level of emotional intelligence in the intrapersonal, interpersonal, stress management, and general mood components. This indicates that they have good emotional control and are capable of effectively interacting with their colleagues, students, and social environment.

Keywords: emotional intelligence, teachers.

Introducción

La forma de relacionarnos con nosotros mismos y con los demás, la capacidad de liderazgo y la habilidad para trabajar en equipo son elementos fundamentales para alcanzar el éxito y la satisfacción en el mundo laboral.

Para lograr esto, es importante desarrollar habilidades personales como el autocontrol, la autoestima y la motivación. Además, es crucial tener habilidades sociales como la empatía y las habilidades de comunicación para manejar de manera efectiva nuestras interacciones con los demás. Todos estos elementos forman parte de la llamada inteligencia emocional, por ello es importante desarrollar esta habilidad en las personas con la finalidad de mejorar las relaciones interpersonales en el entorno social y así lograr el bienestar y el éxito en diferentes aspectos de la vida.

En la actualidad, las sociedades están constantemente buscando nuevos desafíos en el ámbito educativo. Existe una demanda creciente de una educación de calidad que se ajuste a las necesidades, aspiraciones y expectativas de los miembros de la sociedad. En este contexto, los docentes desempeñan un papel fundamental en las instituciones educativas, ya que son los protagonistas principales de este proceso.

En esta investigación, se describió el nivel de inteligencia emocional de los profesores de los colegios públicos (CP) del distrito de Ricardo Palma (RP) - Huarochirí que permitirá a futuros investigadores poder llevar a cabo diversos programas de desarrollo profesional centrados en la inteligencia emocional que podrán ayudar a mejorar su nivel de desempeño.

Esto promoverá un ambiente emocionalmente saludable en el aula y contribuye al bienestar y aprendizaje de los estudiantes.

El estudio se divide en varios capítulos, cada uno de los cuales aborda diferentes aspectos relacionados con el tema. Estos capítulos proporcionan una visión completa y detallada de la cuestión en estudio.

En el primer capítulo de esta investigación, se aborda el problema que existe en las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma. Además, se plantea el problema general y los problemas específicos que se investigan en este estudio. Se justifica la elección de estas instituciones educativas como escenario de investigación. También se mencionan las limitaciones encontradas durante el desarrollo de la investigación.

En el segundo capítulo, se presenta el marco teórico, donde se revisan los estudios previos tanto a nivel nacional como internacional. Estos estudios proporcionan una base sólida para el desarrollo de esta investigación. Se incluyen las contribuciones de varios autores e investigadores que respaldan y enriquecen este estudio. Además, se proporcionan las definiciones de los conceptos clave utilizados en la investigación y se describe el marco situacional.

En el tercer capítulo, se exponen tanto las variables, definición conceptual y el cuadro de operacionalización que se plantea en el estudio.

En el cuarto capítulo, se detalla la metodología utilizada en la investigación. Se describe el tipo de estudio, el diseño y las variables que se analizan. Además, se identifican la población y la muestra de 41 docentes que participan en la investigación, se explican los instrumentos y procedimientos utilizados.

En el quinto capítulo, se enfoca en la presentación y análisis de los resultados obtenidos en la investigación. Se detallan los hallazgos y se realiza una interpretación de los mismos, proporcionando una visión clara y precisa de los resultados encontrados.

En el sexto capítulo, se realiza una discusión resumida de los resultados obtenidos en la investigación.

En el séptimo capítulo se presentan las conclusiones obtenidas, así como las recomendaciones derivadas de los resultados. Además, se incluyen las referencias

bibliográficas utilizadas durante el trabajo de investigación y se adjuntan los apéndices que se presentaron a lo largo del estudio.



1. Planteamiento del problema

1.1. Presentación del problema

En estos tiempos los conflictos al interior de las Instituciones educativas que se evidencian día a día son inevitables independientemente de los niveles en que se labora. Sin embargo, se podría afirmar que los docentes que aprendieron a manejar su inteligencia emocional están mejor preparados para abordar y resolver estos conflictos de manera constructiva, se les hará más fácil el poder mediar entre estudiantes, fomentar una comunicación efectiva y podrán promover la empatía. Además, el desarrollo de sus diversas habilidades emocionales ayudará a fortalecer las relaciones entre docentes y estudiantes, facilitando un ambiente de confianza y colaboración que beneficie a toda la comunidad educativa.

Bajo la misma base teórica de Baron, en 1990, Salovey y Mayer presentaron un artículo que incluyó por vez primera la idea de "Inteligencia Emocional". Allí, se definió la inteligencia emocional como la capacidad para reconocer y controlar las emociones de uno mismo y de los demás, así como utilizar esta información para guiar nuestro comportamiento y pensamiento (Salovey & Mayer, 1990, p.189). Sin embargo, fue en 1995 cuando la inteligencia emocional se hizo ampliamente conocida y llegó a la sociedad en general, gracias al éxito de ventas del libro "La inteligencia emocional" de la letra y pluma de Daniel Goleman. En su libro, Goleman destacó la importancia de la inteligencia emocional, argumentando su relevancia en relación al coeficiente intelectual (CI) con el objetivo de lograr triunfar en el campo laboral y el aspecto personal. (Goleman, 1995, 1998).

Actualmente se está dando especial atención a la inteligencia emocional, pero no todas las personas le dedican la dedicación que requiere, por ello es relevante que los docentes tomen conciencia de los desafíos o problemas asociados con su desarrollo y aplicación. Algunos de estos problemas pueden incluir:

La falta de conciencia emocional, dado que algunos docentes pueden tener dificultades para reconocer y comprender sus propias emociones. Esto puede dificultar su capacidad para regular sus emociones de manera efectiva y responder de manera adecuada en situaciones emocionalmente cargadas. Al respecto, Arenas, Sánchez et. al, (2020) afirman que aquellas personas que han cultivado y desarrollado una alta inteligencia emocional tienden a ser percibidas como más empáticas, capaces de expresarse de manera asertiva, resilientes y optimistas en diferentes situaciones.

La resistencia al cambio, pues algunos docentes pueden ser reacios a adoptar nuevas estrategias o enfoques que involucren la inteligencia emocional. Pueden sentir que no es relevante para su enseñanza o pueden tener dificultades para cambiar sus prácticas establecidas.

Clarke, et al. (1996) hablan acerca de este aspecto explicando que la apatía o resistencia al cambio en el ámbito educativo se presenta cuando las partes interesadas no muestran interés o intentan minimizar su participación para mantener las cosas como están. Esta resistencia puede ser explícita o encubierta, con acciones que los profesores emprenden para evitar, obstaculizar o dificultar la aplicación efectiva de las transformaciones.

La falta de formación y apoyo, referido a que muchos docentes pueden no haber recibido una formación adecuada sobre inteligencia emocional durante su preparación profesional. La falta de conocimiento y habilidades en este ámbito puede dificultar su capacidad para aplicar eficazmente la inteligencia emocional en su trabajo. Instituciones globales como la UNESCO y la OCDE enfatizan la relevancia de los componentes socioemocionales en la formación académica de los alumnos en su niñez y juventud. El objetivo es que puedan establecer vidas gratificantes en el futuro cercano (Delors, 1996; Rychen & Hersh Salganik, 2006).

La sobrecarga de trabajo y estrés, pues los docentes a menudo enfrentan altos niveles de estrés y una carga de trabajo abrumadora. Esto puede dificultar su capacidad para gestionar sus propias emociones y responder de manera efectiva a las emociones de los estudiantes.

Jiménez, et al. (2002) al referirse a este punto dan a entender que los profesores son un grupo particularmente susceptible a los peligros psicosociales, ya que llevan la carga de trabajo que involucra elementos cognitivos, relacionales y emocionales. Además, se encuentran con factores estresantes específicos de la estructura educativa y con circunstancias en las que las aspiraciones personales del profesional y la realidad cotidiana del trabajo no están en armonía.

La falta de tiempo y recursos, referido a que la implementación de la inteligencia emocional requiere tiempo y recursos adicionales. Los docentes pueden sentir que no tienen suficiente tiempo para dedicarse a desarrollar estas habilidades o pueden carecer de los recursos necesarios para recibir capacitación o apoyo en este sentido. Debido a esto, circunstancias económicas desfavorables, como salarios poco atractivos o ingresos insuficientes, pueden obstaculizar el logro personal y fomentar el Síndrome de Adaptación Pobre (SAP) (Unda et al., 2007; Arias & Jiménez, 2013).

Es importante abordar estos problemas y brindar a los docentes el apoyo necesario para desarrollar y aplicar la inteligencia emocional de manera efectiva.

El estudio pretende mostrar el grado de inteligencia emocional en profesores de los colegios públicos del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí.

Es necesario diagnosticar la inteligencia emocional en los profesores de este distrito ya que el manejo de esta habilidad puede beneficiar significativamente en el aspecto emocional y el rendimiento escolar de los alumnos.

La niñez y adolescencia son etapas de la vida llena de cambios emocionales y desafíos para los estudiantes. Durante este período, ambos experimentan una amplia gama de emociones y pueden enfrentar dificultades para gestionarlas de manera efectiva. Esto puede afectar su bienestar emocional, su motivación y su capacidad para concentrarse en el aprendizaje. Sobre este punto Irwin et. al (2007) afirman que las experiencias que los niños atraviesan durante los primeros años de vida tienen una influencia crucial en su desarrollo a largo plazo. Esto se debe

a que el crecimiento en la etapa temprana, tanto a nivel físico, socioemocional y cognitivo-lingüístico, tiene un impacto significativo en la adquisición de habilidades fundamentales, el éxito académico, la participación en la sociedad y el bienestar general.

Los docentes desempeñan un papel crucial en la vida de los estudiantes durante esta etapa de desarrollo. Su capacidad para identificar, entender y gestionar sus emociones, así como la de sus estudiantes, puede tener un impacto significativo en el ambiente de aprendizaje y en la relación docente-estudiante. Tal como lo diría Hallinger cuando explica que el rol del docente es muy vital para que los estudiantes puedan aprender y se logre la mejora educativa en general. Los profesores tienen una influencia bastante importante en la vida de los estudiantes, motivándolos y ayudándolos a alcanzar el éxito educativo.

En tal sentido, al estudiar la inteligencia emocional en los docentes de los colegios públicos del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí, de la cual no se tiene información teórica se podrán identificar estrategias y enfoques efectivos para promover el bienestar emocional de los estudiantes. Los docentes con habilidades emocionales desarrolladas podrían crear un ambiente de aula seguro y de apoyo, donde los estudiantes se sientan escuchados y comprendidos. Esto puede fomentar la confianza, la participación activa y la motivación en los estudiantes.

La inteligencia emocional en los docentes puede ayudar a prevenir y abordar problemas de comportamiento y conflictos en el aula. Los docentes que son capaces de manejar sus propias emociones de manera efectiva pueden responder de manera adecuada a situaciones desafiantes, evitando respuestas impulsivas o negativas. Esto contribuye a un ambiente de aprendizaje positivo y a la creación de relaciones sólidas entre docentes y estudiantes.

Según investigaciones realizadas por Caro (1997), Goleman (2002), Cabello (2010) y otros expertos, se ha demostrado que la Inteligencia Emocional logra impactar significativamente sobre una variedad de aspectos.

En síntesis, estudiar la inteligencia emocional en los profesores de los colegios públicos del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí es importante porque puede mejorar el bienestar emocional de los estudiantes, promover un ambiente de aprendizaje positivo y fortalecer la relación docente-estudiante. Al desarrollar y aplicar estrategias basadas en la inteligencia emocional, podemos ayudar a los docentes a tener un impacto aún mayor en la vida de los estudiantes durante esta etapa crucial de su desarrollo.

Algunos expertos, como Weinberger (2009), han identificado la inteligencia emocional como un elemento fundamental que ayude a alcanzar un liderazgo efectivo.

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional de los profesores de los colegios públicos (CP) del distrito de Ricardo Palma (RP) - Huarochirí?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de la dimensión intrapersonal de los profesores de los del distrito de RP - Huarochirí?

¿Cuál es el nivel de la dimensión interpersonal de los de los profesores de los CP del distrito de RP - Huarochirí?

¿Cuál es el nivel de la dimensión adaptabilidad de los de los profesores de los CP del distrito de R P - Huarochirí?

¿Cuál es el nivel de la dimensión manejo del estrés de los de los profesores de los CP del distrito de RP - Huarochirí?

¿Cuál es el nivel de la dimensión de estado de ánimo general de los de los profesores de los CP del distrito de RP - Huarochirí?

1.3. Justificación

1.3.1. Justificación teórica

Con respecto a la justificación teórica, el desarrollo del presente estudio busca informar el nivel de inteligencia emocional en los profesores de los colegios públicos del distrito de Ricardo Palma - Huarochirí utilizando el inventario de inteligencia emocional de Bar-On Ice. Esta información brindará aportes que ayudarán a profundizar el conocimiento respecto a esta variable, enriqueciendo la discusión teórica sobre la misma.

1.3.2. Justificación práctica

La realización de esta investigación tiene una importancia práctica significativa, ya que contribuirá a generar reflexión y sensibilización entre los maestros. Los resultados obtenidos serán datos relevantes que podrán ser utilizados por los directivos y docentes para proponer programas que fortalezcan las habilidades emocionales. Estos programas fomentarán la participación activa de los docentes, a fin de mejorar este aspecto crucial.

Además, se espera que los resultados obtenidos sobre los niveles de inteligencia emocional alcanzados por los profesores sean de utilidad para futuras investigaciones, con el fin de comparar y analizar el progreso o mejora en estos aspectos.

Por las razones expuestas, resulta pertinente señalar que el presente estudio posee viabilidad, dado que se cuenta con el personal idóneo para recolectar la información pertinente y ofrecer el respaldo teórico necesario para su posterior tratamiento de los datos.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo(s) General(es)

Describir el nivel de inteligencia emocional de los docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma - Huarochirí.

1.4.2. Objetivos específicos

Determinar el nivel de la dimensión intrapersonal de los docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí.

Determinar el nivel de la dimensión interpersonal de los docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí.

Determinar el nivel de la dimensión adaptabilidad de los docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí.

Determinar el nivel de la dimensión manejo del estrés de los docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí.

Determinar el nivel de la dimensión de estado de ánimo general de los docentes de las instituciones educativas del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí.

2. Marco Teórico

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes nacionales

Flores (2019) examinó el nivel de inteligencia emocional de los profesores en una escuela del Callao en el distrito de Mi Perú. El tipo de estudio corresponde al nivel descriptiva simple y diseño no experimental. La población constó de 101 docentes, aplicó un muestreo no probabilístico a 70 docentes de ambos niveles. El instrumento utilizado fue el Inventario Coeficiente Emocional de Bar On ICE adaptado por Nelly Ugarriza, (2001). Los resultados demuestran que un grupo mayoritario de profesores poseen un adecuado nivel de inteligencia emocional, algunos docentes se encuentran en proceso de mejora. Así mismo, una minoría obtuvo un nivel alto. En relación a los aspectos internos, se observa que más del 50% de los profesores se ubican en un nivel idóneo, menos del 40% en un nivel que puede mejorar y el 10% en un nivel alto. En cuanto a los aspectos interpersonales, el 78,57% de los docentes muestra un nivel idóneo, mientras que un 21,43% tiene margen de mejora. Respecto a la adaptabilidad, un 74,29% de los profesores muestra un grado adecuado, mientras que el 25,71% puede acrecentar este aspecto. Respecto al manejo de la tensión, el 77,14% de los profesores se encuentra en un nivel idóneo, mientras que un 22,86% puede mejorar. En cuanto al estado de ánimo general, el 72,86% de los profesores se encuentra en un nivel idóneo, mientras que el 27,14% puede mejorar. Se llegó a la conclusión que la mayoría de los profesores aún no logran alcanzar un nivel óptimo de la inteligencia emocional.

Valverde (2017) realizó un estudio con la finalidad de determinar el grado de inteligencia emocional en los profesores de un colegio ubicado en Huari. El tipo de estudio fue básico y descriptivo, de diseño no experimental. Se aplicó a 28 docentes entre varones y mujeres. Se

empleó el Inventario de Cociente Emocional Ice Bar On, adaptado en Perú por Nelly Ugarriza Chávez. Los resultados señalan que más de la mitad de los profesores tienen un nivel de inteligencia emocional baja, mientras que la mitad de docentes poseen un nivel promedio y una mínima parte tiene un nivel muy bajo. En el aspecto intrapersonal, se observa que el 75.0% posee una capacidad emocional baja, el 14.0% posee una capacidad muy baja y el 10.8% posee una capacidad emocional promedio. En cuanto al aspecto interpersonal, el 68.0% se encuentra en un nivel promedio, el 14.0% tiene un nivel bueno, seguido por el 10.7% en un nivel muy bajo y el 3.6% en un nivel bajo. En el aspecto de adaptabilidad, el 60.0% tiene un nivel promedio, el 35.7% se encuentra en un nivel bajo y el 3.6% en un nivel muy bajo. En el manejo del estrés, el 53.6% se encuentra en un nivel bajo y el 46.0% tiene un nivel promedio. En cuanto al estado de ánimo, el 78.6% tiene un nivel promedio (normal) y el 21.0% se encuentra en un nivel bajo. Se concluyó que los profesores presentan dificultad para alcanzar el adecuado nivel de la inteligencia emocional.

Sarmiento (2019) llevó a cabo una investigación con la finalidad de investigar el nivel de inteligencia emocional en las profesoras del nivel inicial en la zona de Maynas. La investigación se enmarca dentro de un enfoque básico, con un diseño descriptivo y no experimental. La población en la cual se realizó la investigación estuvo compuesta por 102 profesoras, provenientes de 33 colegios pertenecientes a la UGEL de dicho distrito, en la Región Loreto. La muestra, constituida por 81 docentes, fue seleccionada mediante un muestreo probabilístico. Para evaluar la inteligencia emocional, se utilizó el Inventario de Cociente Emocional desarrollado por Bar-On (1997). Los resultados confirman que casi la mitad de las docentes poseen un bajo nivel de la inteligencia emocional, un poco más de la mitad presentan un nivel promedio, un docente posee un nivel muy bajo y otro alto nivel. El 54% de las profesoras poseen un nivel bajo en su componente intrapersonal, el 43,2% presentan un nivel promedio en su componente intrapersonal, el 1,2% de los mismos presentan un nivel

muy bajo y a la vez alta en su componente intrapersonal. El 24% de las profesoras poseen un nivel bajo en su aspecto interpersonal, el 72,8% presentan un nivel promedio en su componente interpersonal, el 1,2% de los mismos presentan un nivel muy bajo y en igual medida, están los que alcanzan un nivel alto en su componente interpersonal. El 53,1% de las profesoras poseen un nivel bajo en su adaptabilidad, el 44,4% presentan un nivel promedio, el 1,2% de los mismos presentan un nivel muy bajo y a la vez alta en su componente de adaptabilidad. El 95,1% poseen un nivel muy bajo en el manejo de tensión y el 4,9% poseen un nivel promedio en este componente. El 18,5% poseen un nivel bajo en su componente del estado de ánimo en general, el 76,5% de las docentes presentan un nivel promedio, el 2,5% poseen un nivel muy baja y el mismo porcentaje se ubica en el nivel alto de dicho componente. Se concluye que los docentes deben mejorar algunas habilidades como adaptarse y enfrentar diversas situaciones complicadas de su entorno.

2.1.2. Antecedentes internacionales

Cruz (2022) realizó una investigación con la finalidad de determinar la influencia entre la Inteligencia emocional y el rendimiento académico de estudiantes de psicopedagogía de una universidad de Ecuador. El estudio presenta un enfoque cuali-cuantitativo, de nivel explicativo y correlacional. La población está conformada por 40 alumnos de la carrera de Psicopedagogía. Para recopilar la información se utilizó un informe de las calificaciones y el inventario de Bar On. En la dimensión intrapersonal, los alumnos destacan con un nivel alto y adecuado, otro porcentaje menor de alumnos se encuentra en el nivel bajo. En la dimensión interpersonal los alumnos se encuentran en un nivel muy alto y adecuado, por otra parte, un porcentaje menor se hallan en el nivel bajo. En la dimensión de adaptabilidad los alumnos presentan un nivel alto y adecuado, a diferencia de un porcentaje menor que tienen un nivel bajo. Respecto a la dimensión de manejo del estrés, los alumnos están en un nivel alto y adecuado, solo un

porcentaje menor de alumnos está en un nivel bajo. Concluyó que el nivel de inteligencia emocional repercute de manera significativa y positiva en el rendimiento de los alumnos. El vínculo entre las variables es directamente proporcional.

Ariza (2017) presentó un estudio cuyo objetivo es analizar cómo repercute la inteligencia emocional y el afecto pedagógico en el rendimiento de los alumnos de una universidad de Colombia presenta un enfoque mixto, cuantitativo y cualitativo con un tipo de diseño convergente paralelo. La muestra de estudio fueron 30 estudiantes universitarios. Se recopiló datos utilizando el Inventario de Inteligencia Emocional de Reuven Bar-On adaptado por la doctora Nelly Ugarriza Chávez. Respecto al componente interpersonal, gran parte de los estudiantes tienen poco desarrollado el subcomponente de la empatía; mientras que, en el componente intrapersonal, los estudiantes están poco desarrollados en los subcomponentes de asertividad y comprensión emocional de sí mismos. En el componente de adaptabilidad se halla un grupo de estudiantes que en los subcomponentes de solución de problemas están poco desarrollados, y en el otro grupo no llegan a estar totalmente desarrollados. Respecto al componente manejo del estrés se evidencia que en los subcomponentes control de impulsos y tolerancia al estrés, están poco desarrollados en los estudiantes. Se concluye que existe un vínculo entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional.

Cárdenas, et. al. (2021) llevaron a cabo una investigación con la finalidad de conocer la inteligencia emocional de los profesores durante su labor, en un nido de México. La investigación es de tipo descriptivo, con enfoque cuantitativo. La población está constituida por 12 profesores. Para recopilar la información utilizaron una encuesta y el cuestionario de Bar On. En el componente intrapersonal se hallaron los siguientes resultados del subcomponente: comprensión de sí mismo, 3.4%; asertividad, 2.8%; autoconcepto, 2.3%; autorrealización, 2.5%; independencia, 1.8%. Dentro del componente interpersonal se obtuvo

en los subcomponentes los siguientes resultados: empatía, 3.8%; relaciones interpersonales, 3.2%; responsabilidad social, 3.8%. Mientras que en el componente adaptabilidad se encontró los siguientes datos en los subcomponentes: solución de problemas, 3.8%; prueba de realidad, 2.5%, flexibilidad, 2.6%. En el componente manejo del estrés se encontraron en los subcomponentes tolerancia al estrés, 3.3% y control de impulsos, 2.4%. Para concluir en el componente estado de ánimo en general se halló en el subcomponente felicidad, 3.1% y en el optimismo, 3.6%. Concluyeron que los profesores tienen más desarrollado el componente interpersonal a diferencia del interpersonal.

Molero, et. al. (2017) llevaron a cabo una investigación con el objetivo de analizar la inteligencia emocional en profesores durante su formación. La investigación es de tipo descriptivo - correlacional, no experimental de corte transversal. La población estaba conformada por 460 alumnos universitarios. Utilizaron un cuestionario sociodemográfico y un cuestionario respaldado en el modelo de Baron. Se halló una correlación entre los componentes de manera significativa.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Teorías de la inteligencia emocional

Mayer y Salovey (1990) definen que la inteligencia emocional está dentro de la inteligencia social, que es la habilidad para manejar y controlar las emociones propias y de los demás, saber utilizarlas para orientar nuestras acciones y pensamientos.

Mayer y Salovey (1997) se refieren a la habilidad de reconocer, entender y expresar emociones de manera precisa. También hablan de la habilidad para generar y manejar emociones que ayudan a la cognición, además, mencionan la importancia de entender las emociones y el conocimiento que estas pueden proporcionar. Finalmente, hablan de la

habilidad para manejar las emociones de manera que fomenten el desarrollo tanto emocional como intelectual.

Dentro de esta misma línea teórica, según Goleman (1997), la inteligencia emocional se trata de ser capaz de reconocer, comprender y aprovechar de manera efectiva el poder y la intensidad de nuestras emociones como una valiosa fuente de energía, conocimiento, conexión y capacidad de influencia en nuestras vidas.

En un intento por medir la variable de inteligencia emocional, Bar-On (1997) explica que la inteligencia emocional es un grupo de destrezas no cognitivas que influyen en la capacidad para enfrentar con éxito los acontecimientos que se presenten en el entorno.

Existen múltiples definiciones de inteligencia emocional, tantas como autores han investigado sobre el tema. Weisinger (1998) la describe como el uso inteligente de las emociones. Por su parte, Gardner (1993) la define como el potencial biopsicológico para poder analizar la información y resolver problemas en un contexto cultural. Además, Mayer y Cobb (2000) la ven como una habilidad para analizar la información emocional, que implica la percepción, asimilación, comprensión y manejo de las emociones. Entre todas ellas una de las teorías más difundidas y aceptadas es la Bar-On (2006), para quien la inteligencia emocional se define como la habilidad de comprenderse a uno mismo y a los demás de manera efectiva, tener buenas relaciones interpersonales y adaptarse al entorno inmediato para lograr mayor éxito en la atención y respuesta a las demandas del contexto.

2.2.2. Inventario de inteligencia emocional de Bar On Ice

Según Bar-On (1997), el inventario que ha desarrollado busca evaluar un grupo de habilidades no cognitivas, competencias y destrezas que tienen un impacto en la capacidad de adaptarse y responder de manera exitosa a las demandas y presiones del entorno que rodea a cada persona.

El modelo de Bar On es multifactorial y se centra en el potencial para el rendimiento en lugar del rendimiento en sí mismo. Es un enfoque que se centra en el proceso y el potencial para tener éxito en lugar de solo medir los logros ya alcanzados.

Además, el modelo de BarOn (1988) está compuesto por cinco componentes principales: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general. Cada una de estas dimensiones abarca varios subcomponentes que son habilidades relacionadas, las cuales han sido estudiadas y analizadas en la investigación sobre la inteligencia emocional en adultos (Ugarriza, 2003).

2.2.3. Componentes de la inteligencia emocional

Componente intrapersonal

Sus subcomponentes son (Bar On,1997, como se cita en García & Giménez, 2010):

- **Comprensión emocional de sí mismo:** capacidad de entender las emociones y sentimientos, distinguirlos entre sí y comprender las razones detrás de ellos.
- **Asertividad:** capacidad para comunicar sentimientos y creencias de manera respetuosa, evitando causar daño a los sentimientos de los demás, y abogar por los propios derechos de manera constructiva.
- **Autoconcepto:** habilidad para entenderse, aceptarse y valorarse uno mismo, reconociendo tanto las cualidades favorables como desfavorables, así como las propias debilidades.
- **Autorrealización:** capacidad para llevar a cabo aquello que se es capaz de hacer, que se desea y disfruta, permitiendo alcanzar el potencial y encontrar satisfacción personal.
- **Independencia:** Esto implica ser capaz de dirigirse internamente, tener confianza en las propias ideas y acciones, ser emocionalmente independientes y poder decidir.

Componente interpersonal

Sus subcomponentes son (Bar On,1997, como se cita en García & Giménez, 2010):

- Empatía: permite que las personas puedan identificar, entender y valorar los sentimientos ajenos. De esta manera es más sencillo poder encontrar soluciones para los conflictos que se presenten.
- Relaciones interpersonales: es la habilidad que hace referencia a la interacción entre las personas para mantener relaciones significativas.
- Responsabilidad social: es el compromiso que tiene una persona dentro de un grupo social para adoptar medidas responsables y que sus acciones repercutan de forma positiva en la sociedad.

Componente de adaptabilidad

Sus subcomponentes son (Bar On,1997, como se cita en García & Giménez, 2010):

- Solución de problemas: aptitud para reconocer y precisar las dificultades, para crear y aplicar soluciones eficaces.
- Prueba de la realidad: capacidad para examinar la concordancia entre las experiencias y la realidad objetiva.
- Flexibilidad: capacidad para adaptar de manera apropiada las emociones, pensamientos y comportamientos en diversos contextos.

Componente del manejo del estrés

Sus subcomponentes son (Bar On,1997, como se cita en García & Giménez, 2010):

- Tolerancia al estrés: aptitud para resistir desafíos, enfrentar eventos estresantes y manejar emociones intensas.
- Control de los impulsos: capacidad para tolerar y gestionar las emociones.

Componente del estado de ánimo

Sus subcomponentes son (Bar On,1997, como se cita en García & Giménez, 2010):

- Felicidad: habilidad de experimentar satisfacción con la propia existencia.
- Optimismo: es la capacidad de percibir el lado bueno de la vida.

2.2.4. La inteligencia emocional en los docentes

Es fundamental que los docentes desarrollen habilidades emocionales para beneficio de los estudiantes y de ellos mismos. Esto crea un ambiente de aprendizaje saludable y les proporciona herramientas para manejar situaciones difíciles. Los docentes son modelos a seguir en el manejo de emociones y tienen la tarea de cultivar el bienestar emocional de los estudiantes en el aula. Esto implica crear un ambiente seguro y promover habilidades como la empatía y la autorregulación emocional.

En resumen, los docentes deben reconocer la importancia de su bienestar emocional y desarrollar habilidades en esta área para brindar un entorno de aprendizaje positivo y satisfactorio. (Abarca, Marzo & Sala, 2002; Vallés & Vallés, 2003).

2.2.5. Promover la inteligencia emocional en el aula

El control y la regulación de las emociones son fundamentales para evitar reacciones impulsivas y consecuencias negativas en la vida personal y social. Buscar seguridad emocional, experimentar bienestar y estabilidad emocional es esencial. Además, las emociones negativas pueden afectar la salud, por lo que es importante aprender a gestionarlas de manera saludable (Perea, 2002).

Es crucial comprender que las emociones no solo tienen un impacto en cada persona, sino también en las interacciones con los demás. Por eso, es importante desarrollar habilidades

emocionales que permitan expresar las emociones de manera adecuada, manejar el estrés y establecer relaciones positivas y saludables.

2.3. Definición de términos básicos.

Inteligencia emocional

Es entender y manejar las emociones para tener éxito en la vida (BarOn, 1997).

Componente intrapersonal

Se refiere a la comprensión y manejo de las propias emociones y pensamientos (BarOn, 1997).

Componente interpersonal

Entender y relacionarse de manera efectiva con los demás, mostrando empatía, habilidades de comunicación y estableciendo relaciones saludables (BarOn, 1997).

Componente adaptabilidad

Es la aptitud para enfrentar y resolver problemas de manera efectiva en su entorno, siendo flexible y enfrentando la realidad de manera adecuada (BarOn, 1997).

Componente de manejo de estrés

Mantener la calma y controlar los impulsos en situaciones estresantes (BarOn,1997).

Componente de estado de ánimo

Evaluar, expresar y regular las emociones propias, así como comprender y utilizar la información emocional de manera efectiva (BarOn, 1997).

2.4. Marco situacional

El estudio se realizará en tres instituciones educativas públicas del distrito de Ricardo Palma, pertenecientes a la provincia de Huarochirí, región Lima Provincias.

De las tres Instituciones una de ellas cuenta con los tres niveles educativos, una con dos niveles (primaria – secundaria) y la otra es sólo del nivel inicial. Todas son de género mixto.

Estas tres instituciones son muy reconocidas en el distrito dado que son las más antiguas y se ubican en una zona céntrica del casco urbano. Cuentan con una buena infraestructura en la actualidad.

Una fue fundada hace 68 años y cuenta actualmente con 850 estudiantes, la segunda tiene 33 años de antigüedad conformada por 450 estudiantes. Finalmente, la del nivel inicial tiene 290 estudiantes.

La gran mayoría de profesores son nombrados y unos pocos contratados, pero las relaciones interpersonales entre docentes, el trato que se brinda a los estudiantes y a los padres de familia son aspectos que aún falta mejorar.

Casi la totalidad de estudiantes de las tres instituciones pertenecen a las zonas aledañas al distrito, cuyos padres en su mayoría laboran fuera del lugar.

Los alumnos(as) en su mayoría manifiestan carencias afectivas en su entorno, realidad que se refleja en su autoestima y capacidad para tomar decisiones por sí mismos, por ello, la necesidad de que cuenten con un modelo de regulación de las propias emociones.

3. Hipótesis y variables

El presente estudio es de tipo descriptivo, por lo tanto, no lleva hipótesis. Hernández et al. (2014) consideran que no en todas las investigaciones descriptivas se formulan hipótesis o que éstas son afirmaciones más generales en caso se desee predecir el resultado, lo que no es el caso de la presente investigación (p.104).

3.1 Variables

- Definición conceptual de la variable: inteligencia emocional

De acuerdo con Bar-On (2006) la inteligencia emocional es la capacidad de entenderse a sí mismo y a los demás, tener buenas relaciones y adaptarse al entorno de diferentes situaciones, con la finalidad de enfrentar desafíos de manera efectiva.

Tabla 1

Cuadro de operacionalización de la variable inteligencia emocional

COMPONENTES	SUBCOMPONENTES	ITEM	ESCALA	NIVEL
COMPONENTE INTRAPERSONAL (CIA)	COMPRESIÓN EMOCIONAL DE SI MISMO (CM)	7, 9, 23, 35, 52, 63, 88, 118	1. Rara vez o nunca es mi caso	Muy alto
	ASERTIVIDAD (AS)	22, 37, 67, 82, 96, 111, 126	2. Pocas veces es mi caso	Alto
	AUCONCEPTO (AC)	11, 24, 40, 56, 70, 85, 100, 114, 129	3. A veces es mi caso	Promedio
	AUTORREALIZACIÓN (AR)	6, 21, 36, 51, 66, 81, 95, 110, 125	4. Muchas veces es mi caso	Bajo
	INDEPENDENCIA (IN)	3, 19, 32, 8, 92, 107, 121	5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.	Muy bajo
COMPONENTE INTERPERSONAL (CIE)	EMPATÍA (EM)	18, 44, 55, 61, 72, 98, 119, 124		
	RELACIONES INTERPERSONALES (RI)	10, 23, 31, 39, 55, 62, 69, 84, 99, 113, 128		
	RESPONSABILIDAD SOCIAL (RS)	16, 30, 46, 61, 72, 76, 90, 98, 104, 119		
COMPONENTE ADAPTABILIDAD (CAD)	SOLUCIÓN DE PROBLEMAS (SP)	1, 15, 29, 45, 60, 75, 89, 118		
	PRUEBA DE LA REALIDAD (PR)	8, 35, 38, 53, 68, 83, 88, 97, 112, 127		
	FLEXIBILIDAD (F)	14, 28, 43, 59, 74, 87, 103, 131		
COMPONENTE MANEJO DE ESTRÉS (CME)	TOLERANCIA AL ESTRÉS (TE)	4, 20, 33, 49, 64, 78, 93, 108, 122		
	CONTROL DE LOS IMPULSOS (CI)	13, 27, 42, 58, 73, 86, 102, 110, 117, 130		
COMPONENTE ESTADO DE ÁNIMO GENERAL (CAG)	FELICIDAD (FE)	2, 17, 31, 47, 62, 77, 91, 105, 120		
	OPTIMISMO (OP)	11, 20, 26, 54, 80, 106, 108, 132		

4. Metodología

4.1. Nivel de investigación

El presente estudio es de nivel descriptivo, según Sánchez y Reyes (2015) el objetivo es recopilar información con respecto a una variable, en este caso la inteligencia emocional en docentes.

4.2. Tipo de investigación

La presente investigación es básica, pues de acuerdo con Muñoz (2015), este tipo de investigación persigue como objetivo fundamental generar nuevos conocimientos sin llegar a una aplicación práctica. En este caso se busca incrementar los conocimientos sobre la variable inteligencia emocional.

De acuerdo con el enfoque metodológico utilizado, este estudio se clasifica como cuantitativo, ya que se caracteriza por tratar aspectos estables de la realidad, enfocados en los resultados que permite respuestas breves utilizando datos cuantificados, fiables y evaluaciones estadísticas que permiten ser expresados matemáticamente organizando la información generalizada (Ander-Egg, 2016).

En este estudio, se presentarán datos empíricos y objetivos relacionados con la variable de inteligencia emocional.

4.3. Diseño de la investigación

El diseño del presente estudio, según Hernández et al. (2014), es no experimental, transeccional, ya que el objetivo es recolectar datos sobre la variable en un contexto específico sin alterar los resultados; es descriptivo porque la finalidad es conocer el nivel de inteligencia

emocional de los profesores de los colegios públicos (CP) del distrito de Ricardo Palma (RP) - Huarochirí.

Se empleará el siguiente esquema:

Figura 1

Diseño de investigación

M — O

M = muestra de estudio
O = información recolectada

4.4. Población y muestra

4.4.1 Población

En el estudio realizado por Hernández et al. (2014) se define la población de estudio al grupo de individuos que cumplan con ciertos criterios específicos que serán objeto de investigación, de modo que se pueda obtener resultados y conclusiones.

La presente investigación está conformada por 69 docentes de los colegios públicos (CP) del distrito de Ricardo Palma (RP) - Huarochirí.

Criterios de inclusión

- Que firmen el consentimiento informado.
- Que laboren en instituciones educativas estatales.
- Que laboren en el distrito de Ricardo Palma.
- Que el docente responda todas las preguntas del instrumento.

Criterios de Exclusión

- Que no completen el cuestionario.
- Que no pertenezcan al distrito de Ricardo Palma.

- Que no firmen el consentimiento informado.

4.4.2. Muestra

De acuerdo con Hernandez et al. (2014), la muestra es un subconjunto representativo de la población con el fin de reunir datos. Es importante definir y delimitar la muestra con exactitud antes de comenzar la investigación. El objetivo del investigador es que los resultados obtenidos en la muestra se puedan aplicar a toda la población, para lograr esto, es necesario reflejar de manera precisa las características y la diversidad de la población en su totalidad. La muestra de la presente investigación está conformada por 41 docentes de los colegios públicos (CP) del distrito de Ricardo Palma (RP) - Huarochirí.

El tipo de muestreo es no probabilístico, para lo cual, se empleará la siguiente fórmula:

Figura 2

Fórmula para el cálculo de la muestra

$$n = \frac{NZ^2PQ}{(N-1)E^2 + Z^2PQ}$$

4.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.5.1 Técnica

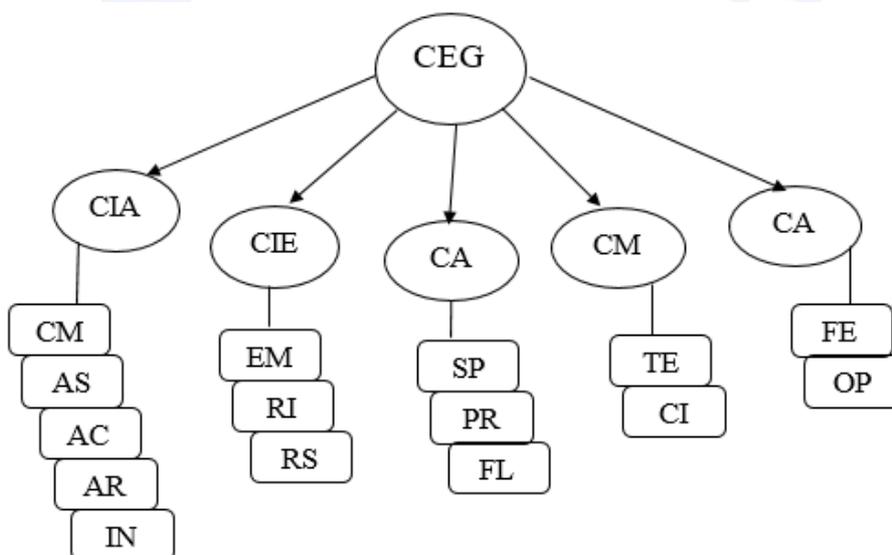
La técnica que será empleada en el estudio será el cuestionario, en este caso, el Inventario de Inteligencia emocional de Bar-On para jóvenes y adultos adaptado por Ugarriza. Permite la recolección de datos de la variable inteligencia emocional.

4.5.2 Instrumentos de recolección de datos

Para recolectar datos, se utilizó el Inventario de Inteligencia emocional de Bar-On (ICE) para jóvenes y adultos adaptado por Ugarriza y Pajarres (2002), diseñado por Reuven Bar On (1997) en Toronto- Canadá; siguiendo la línea de investigación de diversos autores, entre ellos Gardner (1983), y Mayer & Salovey (1997). El instrumento cuenta con 5 componentes y 15 subcomponentes como se observa en el siguiente gráfico:

Figura 3

Distribución de componentes por subcomponentes



ABREVIATURAS: Cociente emocional general = CEG; Componentes: CIA = Intrapersonal; CIE = Interpersonal; CAD = Adaptabilidad; CME= Manejo del Estrés; CAG = Estado de Ánimo General. Subcomponentes: CM = Comprensión de Sí Mismo, AS = Asertividad; AC = Autoconcepto; AR = Autorrealización; IN = Independencia; EM = Empatía; RI = Relaciones Interpersonales; RS = Responsabilidad Social; SP = Solución de problemas; PR = Prueba de la Realidad; FL = Flexibilidad; TE = Tolerancia al estrés; CI = Control de Impulsos; FE = Felicidad; OP= Optimismo.

Cuenta con 133 ítems tipo Likert de 5 opciones: 1= Rara vez o nunca es mi caso vale, 2 = Pocas veces es mi caso, 3 = A veces es mi caso, 4 = Muchas veces es mi caso, 5 = Con Mucha frecuencia o siempre es mi caso. En la siguiente tabla se muestran los ítems según corresponde a los subcomponentes.

Dentro de cada subcomponente se encuentran sus respectivos ítems, así como se observa en la siguiente tabla.

Tabla 2

Distribución de los ítems por subcomponentes

:

COMPONENTES	SUBCOMPONENTES	ITEM
CIA	CM	8
	AS	7
	AC	9
	AR	9
	IN	7
CIE	EM	8
	RI	11
	RS	10
CAD	SP	7
	PR	10
	FL	8
CME	TE	9
	CI	10
CAG	FE	9
	OP	8

ABREVIATURAS: Componentes: CIA = Intrapersonal; CIE = Interpersonal; CAD = Adaptabilidad; CME = Manejo del Estrés; CAG = Estado de Ánimo General. Subcomponentes: CM = Comprensión de Sí Mismo, AS = Asertividad; AC = Autoconcepto; AR = Autorrealización; IN = Independencia; EM = Empatía; RI = Relaciones Interpersonales; RS = Responsabilidad Social; SP = Solución de problemas; PR = Prueba de la Realidad; FL = Flexibilidad; TE = Tolerancia al estrés; CI = Control de Impulsos; FE = Felicidad; OP = Optimismo.

Dentro de cada subcomponente se encuentran ítems negativos y positivos, así como se observa en la siguiente tabla:

Tabla 3

Distribución de ítems positivos y negativos por subcomponentes.

COMPONENTES	SUBCOMPONENTES	ITEMS	
		NEGATIVOS	POSITIVOS
CIA	CM	4	4
	AS	4	3
	AC	3	6
	AR	5	4
	IN	6	1
CIE	EM	1	7
	RI	4	7
	RS	3	7
CAD	SP	2	6
	PR	7	3
	FL	7	1
CME	TE	4	5
	CI	9	1
CAG	FE	4	5
	OP	1	7

ABREVIATURAS: Componentes: CIA = Intrapersonal; CIE = Interpersonal; CAD = Adaptabilidad; CME = Manejo del Estrés; CAG = Estado de Ánimo General. Subcomponentes: CM = comprensión de Sí Mismo, AS = Asertividad; AC = Autoconcepto; AR = Autorrealización; IN = Independencia; EM = Empatía; RI = Relaciones Interpersonales; RS = Responsabilidad Social; SP = Solución de problemas; PR = Prueba de la Realidad; FL = Flexibilidad; TE = Tolerancia al estrés; CI = Control de Impulsos; FE = Felicidad; OP = Optimismo.

El inventario puede ser respondido de manera virtual o manual y el tiempo aproximado para resolverlo es de 30 a 40 minutos.

4.5.2.1. La validez del instrumento

El propósito de los estudios de validez del I-CE es demostrar cuán efectivo es este instrumento para medir diversos aspectos referentes al nivel de inteligencia emocional.

BarOn (1997) llevó a cabo un análisis factorial exploratorio de los ítems del I-CE e identificó cinco componentes teóricamente sólidos, para lo cual realizó un análisis factorial confirmatorio de segundo orden que respalda el modelo 5-1 y concluyó que sólo son 15 los componentes básicos que conforman dicho instrumento.

El enfoque de Bar On es ecléctico, ya que se basa en una combinación de teorías para medir la inteligencia emocional de manera confiable y válida. Aquellos que obtienen puntajes altos en el I-CE tienden a ser personas saludables y exitosas, capaces de enfrentar eficazmente las demandas y presiones del entorno.

Ugarriza (2001), para la adaptación peruana del instrumento, contó con la participación de tres psicólogos como jueces, quienes evaluaron el contenido de los diferentes ítems de la escala. Además, se realizó un análisis factorial que confirmó la significancia del modelo del instrumento.

Para evaluar la validez por criterio, se contó con la participación de 6 jueces, quienes revisaron y calificaron cada ítem del instrumento como "se acepta, modifica o rechaza". Los datos fueron examinados utilizando el coeficiente V-Aiken y se encontró que todos los ítems fueron estadísticamente significativos con un margen de error de 0.05, cumpliendo con los criterios estadísticos establecidos. Esto indica que el instrumento es válido y cumple con los estándares requeridos.

4.5.2.2 Confiabilidad

La confiabilidad del I-CE se refiere a la medida en que las diferencias en los puntajes del test se pueden atribuir a diferencias "verdaderas" en las características que se están evaluando.

Los estudios de confiabilidad del I-CE en el extranjero se han basado en la consistencia interna y la confiabilidad retest. En cuanto a la consistencia interna, se han encontrado coeficientes de alfa de Cronbach altos para la mayoría de los subcomponentes, siendo el más bajo 0.69 para la responsabilidad social y el más alto 0.86 para la comprensión de uno mismo.

En el caso de la muestra peruana, los coeficientes de alfa de Cronbach muestran una consistencia interna de 0.93, para el inventario total los valores van entre 0.77 y 0.91.

Según Bar-On (1997a), la estabilidad del I-CE a lo largo del tiempo muestra un coeficiente de estabilidad promedio de 0.85 después de un mes y 0.75 después de 4 meses. Esto indica que hay una buena consistencia en los resultados de una administración a otra, pero la correlación no es lo suficientemente alta como para sugerir que la inteligencia emocional social

sea permanente o estable. Sin embargo, en el caso específico del Perú, no se ha determinado la confiabilidad retest del I-CE.

4.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Se solicitó a la asesora que revise y apruebe el formulario para su aplicación. Una vez aprobado, se envió a diversos colegas que cumplen con las características de la muestra de estudio. Para participar en el desarrollo de la investigación, se explicó a los docentes el objetivo de la investigación y se leyó el consentimiento informado antes de la aplicación del formulario.

A través de google form se realizó la digitalización del formulario. Este formulario cuenta con un consentimiento informado para que los docentes puedan dejar constancia de su aceptación, para ello antes de iniciar se les brindará las instrucciones que deben seguir y posterior a ello responder los 133 ítems que contarán con 5 opciones para marcar según su criterio.

Se elaboró una base de datos con la información obtenida en la encuesta en una hoja de cálculo utilizando el programa Microsoft Excel.

El análisis se inició con la codificación de los datos, asignando puntuaciones a cada ítem, según la escala, correspondiendo: 1 a la respuesta rara vez o nunca es mi caso; 2 pocas veces es mi caso; 3 a veces es mi caso; 4 muchas veces es mi caso y 5 con mucha frecuencia o siempre es mi caso, respecto a las afirmaciones presentadas sobre inteligencia emocional.

Para la interpretación, se utilizaron los siguientes niveles establecidos: Muy alto, Alto, Promedio, Bajo y Muy bajo, en función al resultado de la muestra de estudio.

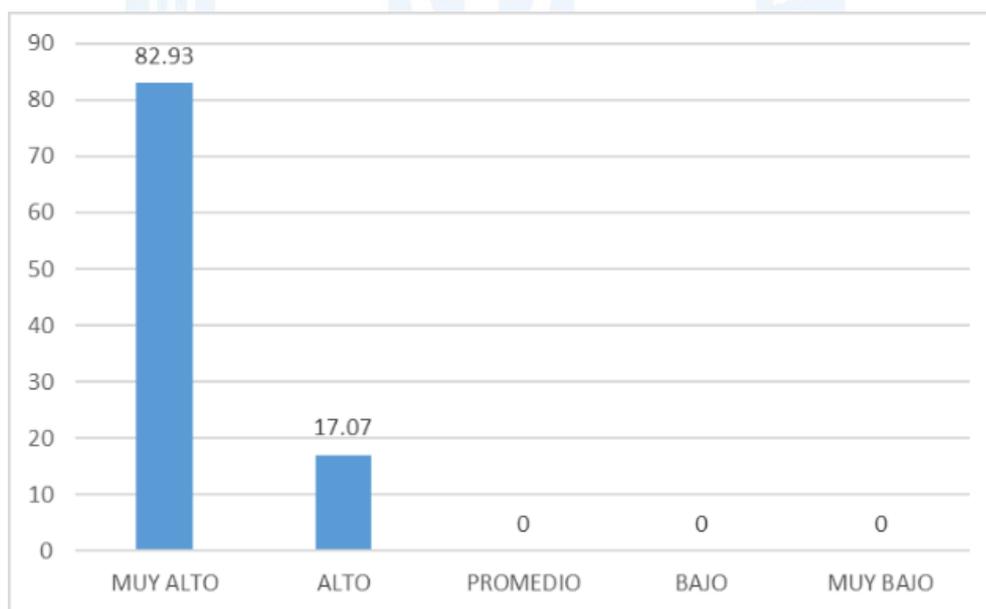
5. Resultados

5.1. Nivel general de la Inteligencia Emocional

Cómo resultado general de los 3 niveles (Inicial, Primaria y Secundaria) del distrito de Ricardo Palma-Huarochirí, se halló el 0% en el nivel muy bajo, 0% en el nivel bajo, 0% en el nivel promedio, un 17.07 % (07 de los docentes) en el nivel alto y un 82.93% (34 de los docentes) muy alto.

Figura 4

Resultados generales



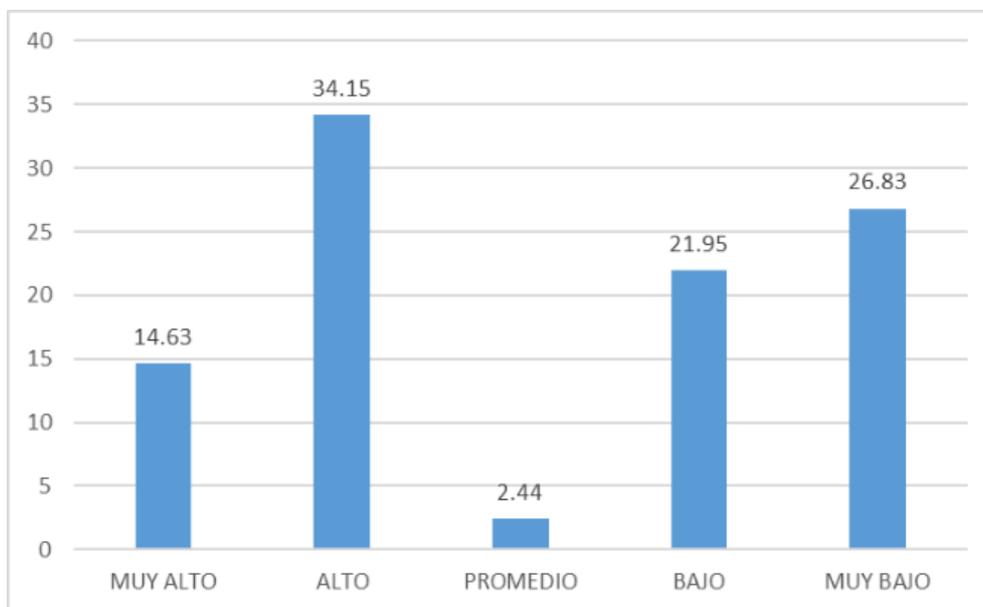
5.2. Resultados por Componentes

- **Componente Intrapersonal**

En este componente los docentes mostraron un 26.83 % (11 docentes) en el nivel muy bajo, 21.95% (9 docentes) en el nivel bajo, 2.44% (1 docente) en el nivel promedio un 34.15 % (14 docentes) en el nivel alto y un 14.63% (6 docentes) muy alto.

Figura 5

Resultados del componente Intrapersonal

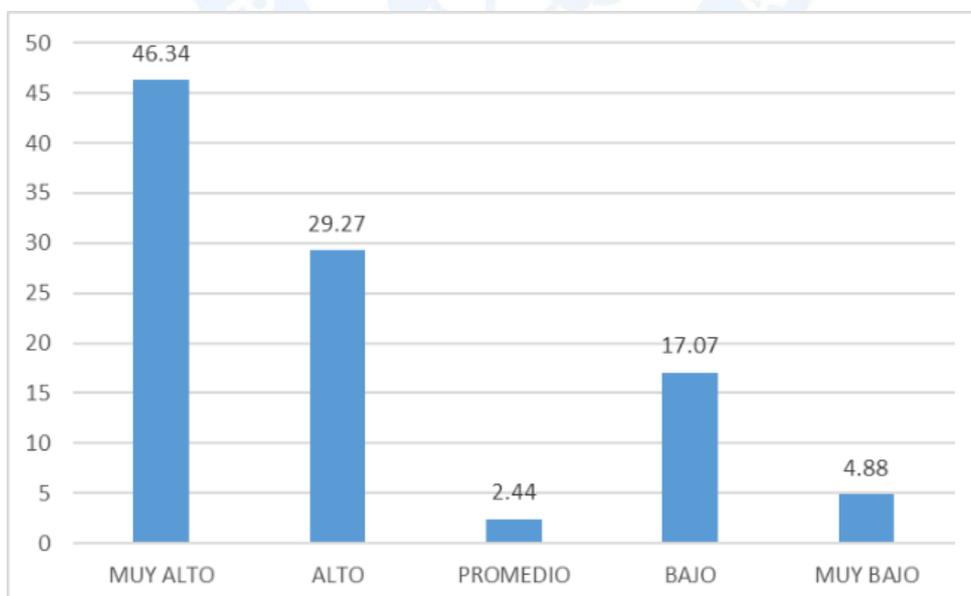


- **Componente Interpersonal**

En este componente los docentes mostraron un 4.88% (2 docentes) en el nivel muy bajo, 17.7% (7 docentes) en el nivel bajo, 2.44 % (1 docente) en el nivel promedio, un 29.27 % (12 docentes) en el nivel alto y un 46.34 % (19 docentes) muy alto.

Figura 6

Resultados del componente Interpersonal

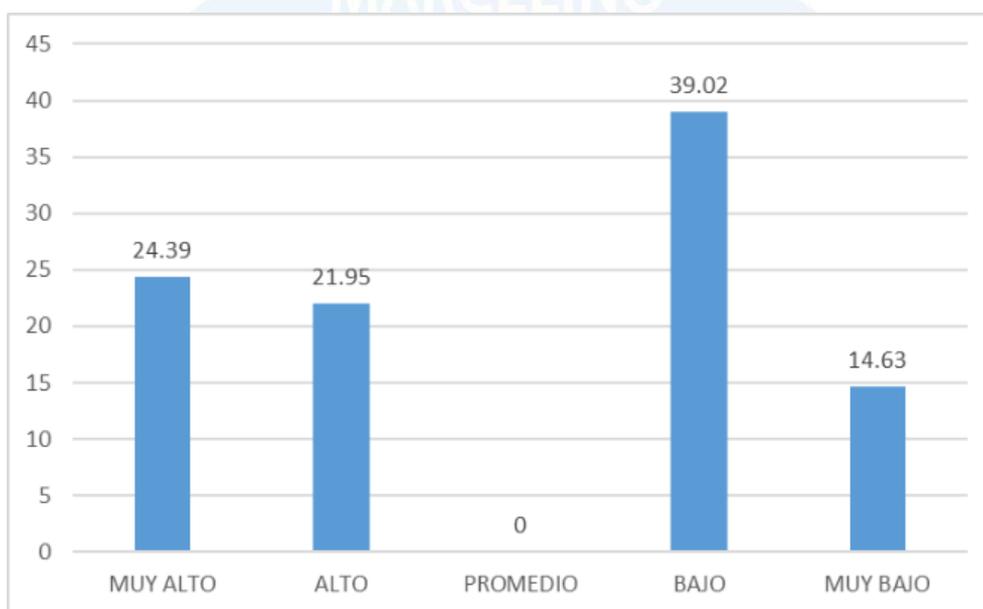


- **Componente de Adaptabilidad**

En este componente los docentes mostraron un 14.63% (6 docentes) en el nivel muy bajo, 39.02 % (16 docentes) en el nivel bajo, 0% (0 docentes) en el nivel promedio, un 21.95% (9 docentes) en el nivel alto y un 24.39 % (10 docentes) muy alto.

Figura 7

Resultados del componente de Adaptabilidad

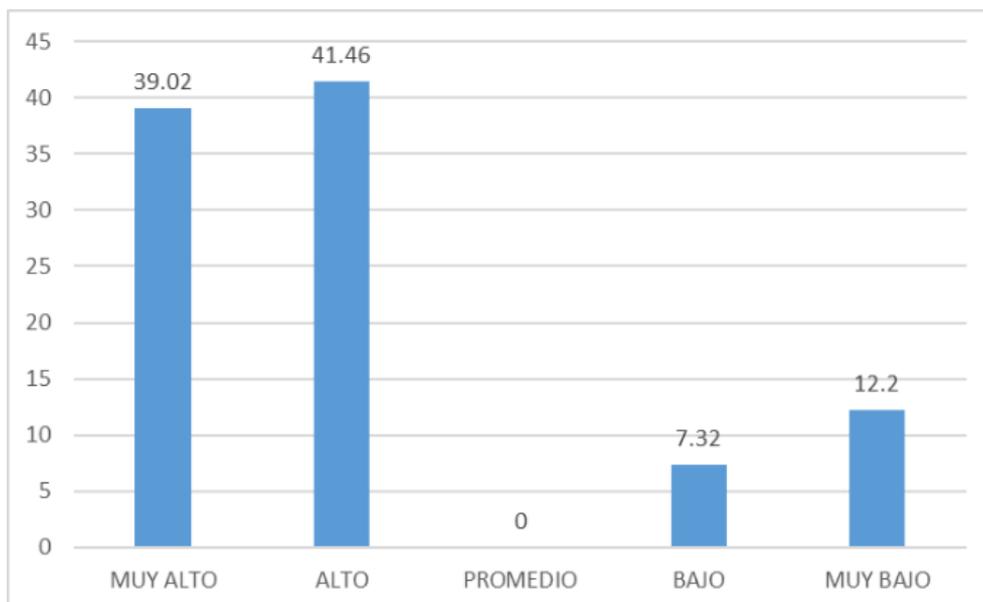


- **Componente de Manejo de Estrés**

En este componente los docentes mostraron un 12.20 % (5 docentes) en el nivel muy bajo, 7.32 % (3 docentes) en el nivel bajo, 0 % (0 docentes) en el nivel promedio, un 41.46 % (17 docentes) en el nivel alto y un 39.02 % (16 docentes) muy alto.

Figura 8

Resultados del componente Manejo del estrés

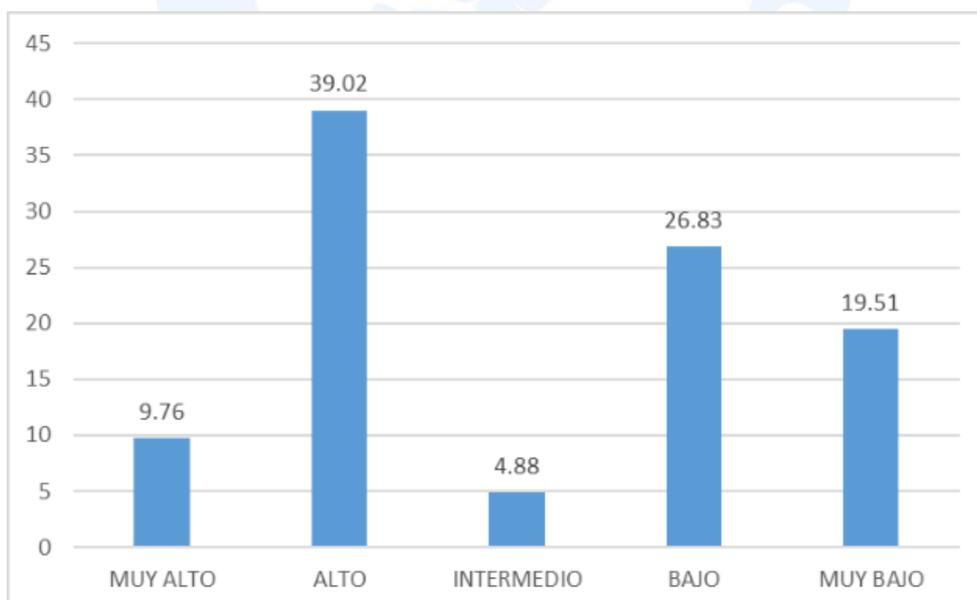


- **Componente del Estado de Ánimo en General**

En este componente los docentes mostraron un 19.51 % (8 docentes) en el nivel muy bajo, 26.83 % (11 docentes) en el nivel bajo, 4.88 % (2 docentes) en el nivel promedio, un 39.02 % (16 docentes) en el nivel alto y un 9.76 % (4 docentes) muy alto.

Figura 9

Resultados del componente del Estado de ánimo en General

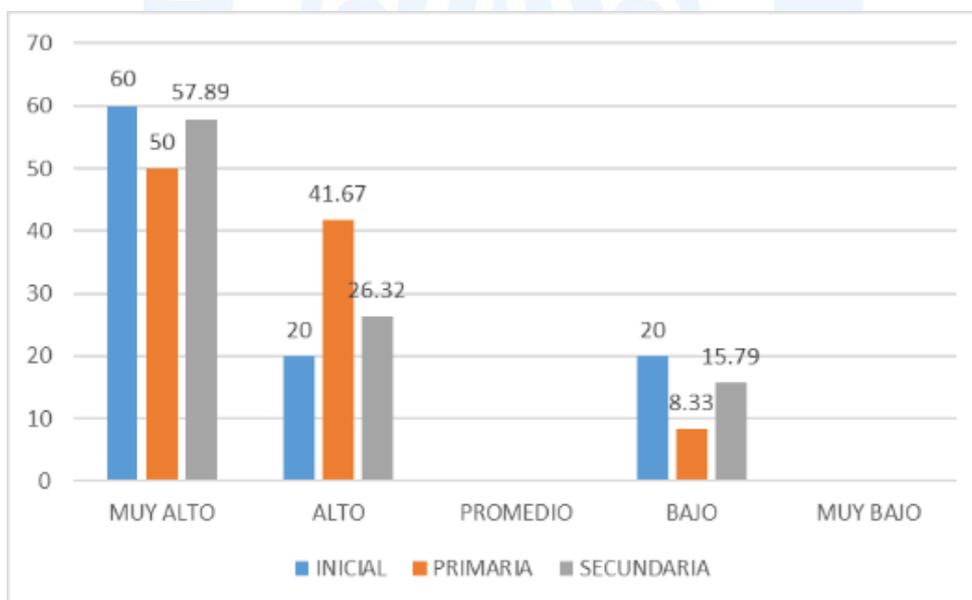


5.3 Resultados comparativos

En la figura nro.10 se observa el resultado comparativo de los 3 niveles (inicial, primaria y secundaria) del distrito de Ricardo Palma-Huarochirí. Se halló que el 60% de docentes del nivel inicial, 57.89% de docentes del nivel de secundaria y 50% de docentes del nivel de primaria se encuentran en el nivel muy alto. Así mismo, en el nivel alto, en el nivel de primaria se encuentran 41.67% de docentes, 26.32% de docentes del nivel de secundaria y 20% de docentes del nivel inicial. Mientras que, en el nivel bajo, hay 20% de docentes del nivel inicial, 15.79% de docentes del nivel de secundaria y 8.33% de docentes del nivel de primaria. Por otro lado, en el nivel promedio y muy bajo no se halló ningún docente.

Figura 10

Resultados comparativos por niveles



5.4 Media de la inteligencia emocional y el valor teórico de niveles

Tabla 4

Inteligencia emocional en los docentes, según niveles.

	MÍNIMO	MÁXIMO	MEDIA	MEDIANA	DESVIACIÓN ESTÁNDAR	COEFICIENTE DE DESVIACIÓN
INICIAL	447	507	477	477	42,43	0,09
PRIMARIA	488	493	490,5	490,5	3,54	0,01
SECUNDARIA	515	559	537	537	31,11	0,06

En la tabla 4 se observa que el nivel de secundaria obtuvo una puntuación superior a la de inicial y primaria, tanto en el puntaje mínimo como en el máximo. En estos casos los resultados de la media y la mediana de los 3 niveles presentan igual puntaje. El recorrido, o amplitud del rango, en el caso del nivel inicial (42,43) fue superior a diferencia del nivel secundaria (31,11) y el nivel de primaria (3,54) fue bajo a diferencia de los otros niveles; esto y los coeficientes de variación menores a 10% indican que se trata de grupos muy homogéneos.

6. Discusión de resultados.

La inteligencia emocional ayuda a los docentes a establecer relaciones positivas y empáticas con sus estudiantes, Al comprender y regular sus propias emociones, los docentes pueden responder de manera adecuada a las necesidades emocionales de los estudiantes, lo que contribuye a un ambiente de aprendizaje seguro y de apoyo.

El estudio del nivel de inteligencia emocional, que presentan los docentes que participaron en la investigación, mostró que el 82.93% de los docentes presenta un nivel muy alto de inteligencia emocional, solo el 17.07% se encuentran un nivel alto, es decir, que los docentes presentan un buen control en los componentes intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, y estado de ánimo general que les permite interrelacionarse efectivamente con sus colegas, estudiantes y su entorno social. Sin embargo, un grupo significativo de docentes se encuentran con un 53.65% en los niveles de bajo y muy bajo del componente de adaptabilidad.

Dentro de esta habilidad, está la solución de problemas, las pruebas de realidad y flexibilidad, debido a estas dificultades se podrían perjudicar negativamente en su entusiasmo y dedicación en la enseñanza, y esto puede influir en adaptarse a diferentes perspectivas y estilos de comunicación, podrían también experimentar conflictos y dificultades en las relaciones interpersonales. Por lo tanto, es importante destacar que la adaptabilidad es una habilidad que se puede desarrollar y fortalecer. Los docentes que reconocen sus dificultades en la adaptabilidad pueden buscar apoyo y recursos, como programas de desarrollo profesional, capacitaciones o la colaboración con otros docentes, para mejorar en este aspecto.

Con respecto al resultado obtenido por los diferentes niveles educativos resalta el nivel educación primaria dado que el 91.67% de los docentes demuestran tener un muy buen desarrollo de su inteligencia emocional. El siguiente nivel en destacar es el nivel de secundaria

que sobrepasan del 80 % y queda un poco rezagado el nivel inicial con el 80% de desarrollo. Como se puede apreciar, el resultado de los tres niveles es bastante positivo.

Esto es muy beneficioso ya que han podido desarrollar de manera significativa sus habilidades emocionales. Estos docentes tienen un alto grado de autoconciencia, lo que les permite reconocer y comprender sus propias emociones y cómo estas afectan su comportamiento y toma de decisiones. Además, tienen una gran capacidad para reconocer y comprender las emociones de los demás, lo que les permite establecer relaciones sólidas y empáticas con sus estudiantes y colegas. También tienen habilidades avanzadas en la gestión emocional, lo que les permite manejar el estrés, regular sus emociones de manera saludable y resolver conflictos de manera constructiva.

Aun así, se debería tomar algunas acciones para lograr que el 20% de docentes de inicial que no ha logrado el desarrollo de su inteligencia emocional pueda reforzar estas habilidades dada la gran importancia que tienen en este nivel con los niños más pequeños, así mismo, los docentes de educación secundaria deben tomar en cuenta que para poder tratar con adolescentes deben ser muy empáticos y estar abiertos a la escucha. De acuerdo a los resultados un poco más del 15% no logra todavía estas habilidades. Este grupo de docentes pueden enfrentar desventajas como dificultad para manejar el estrés, falta de empatía y comprensión hacia los estudiantes, dificultad para resolver conflictos de manera constructiva, falta de autorregulación emocional y menor satisfacción laboral. Para poder ayudar a mejorar su inteligencia emocional se sugiere implementar estrategias como programas de desarrollo profesional, apoyo y mentoría individualizada, práctica de autorreflexión, entrenamiento de resolución de conflictos, promoción de un ambiente de apoyo y autocuidado.

En el estudio realizado en el distrito de Ricardo Palma, se encontró que un porcentaje significativo de docentes mostró niveles bajos y muy bajos en los diferentes componentes de la inteligencia emocional. Esto es similar a los resultados encontrados en otros estudios

nacionales e internacionales, donde también se observó que muchos profesores presentaban dificultades para alcanzar un nivel óptimo de inteligencia emocional.

Por otro lado, también se encontraron diferencias en los resultados generales. Por ejemplo, en el estudio realizado por Flores en el Callao, se encontró que un grupo mayoritario de profesores poseía un nivel adecuado de inteligencia emocional, mientras que, en el estudio de Valverde en Huari, más de la mitad de los docentes presentaban un nivel bajo de inteligencia emocional.

Estas diferencias pueden estar influenciadas por diversos factores, como el contexto educativo, las características de los docentes y las políticas educativas implementadas en cada lugar. Es importante tener en cuenta que la inteligencia emocional es una habilidad que se puede desarrollar y mejorar a lo largo del tiempo. Por lo tanto, es fundamental implementar programas de desarrollo de habilidades emocionales para los docentes, con el objetivo de fortalecer su inteligencia emocional y promover un ambiente de aprendizaje positivo y emocionalmente saludable tanto para los docentes como para los estudiantes.

En el distrito de Ricardo Palma, se observa que un porcentaje significativo de docentes se encuentra en los niveles muy bajo y bajo de inteligencia emocional intrapersonal el 48.78%. Esto es similar a los resultados encontrados en el estudio de Valverde en Huari, donde más del 75% de los profesores mostraron un nivel bajo o muy bajo en este componente.

En el estudio de Flores en el Callao, se encontró que un grupo mayoritario de profesores poseía un adecuado nivel de inteligencia emocional intrapersonal.

En el distrito de Ricardo Palma, la mayoría de los docentes se encuentra en los niveles alto y muy alto de inteligencia emocional interpersonal el 75.61%. Esto es similar al estudio de Flores en el Callao, donde el 78.57% de los docentes mostraron un nivel idóneo en este componente.

En el estudio de Valverde en Huari, se encontró que el 68% de los docentes se encontraba en un nivel promedio en este componente.

En el distrito de Ricardo Palma, se observa que un porcentaje significativo de docentes se encuentra en los niveles bajo y muy bajo de adaptabilidad emocional el 53.65%. Esto es similar al estudio de Valverde en Huari, donde el 35.7% de los docentes se encontraba en un nivel bajo de adaptabilidad.

En el estudio de Flores en el Callao, se encontró que un grupo mayoritario de profesores mostró un grado adecuado de adaptabilidad.

En el distrito de Ricardo Palma, se encontró que un porcentaje significativo de docentes se encuentra en los niveles alto y muy alto de manejo de estrés el 80.48%. Esto es similar al estudio de Flores en el Callao, donde el 41.46% de los docentes mostraron un nivel alto de manejo de estrés.

En el distrito de Ricardo Palma, se observa que un porcentaje significativo de docentes se encuentra en los niveles bajo y muy bajo de estado de ánimo general el 46.34%. Esto es similar al estudio de Valverde en Huari, donde el 26.83% de los docentes se encontraba en un nivel bajo de estado de ánimo.

En el estudio de Flores en el Callao, se encontró que un grupo mayoritario de profesores mostró un nivel idóneo de estado de ánimo general.

En general, se puede concluir que existen similitudes en los resultados de los componentes de inteligencia emocional entre los diferentes estudios. En todos los casos, se encontraron porcentajes significativos de docentes con niveles bajos o muy bajos en los componentes intrapersonal, adaptabilidad y estado de ánimo general. Sin embargo, también se encontraron diferencias en los niveles de inteligencia emocional interpersonal y manejo de estrés.

Estas similitudes y diferencias pueden estar influenciadas por diversos factores, como el contexto educativo, las características de los docentes y las políticas educativas implementadas en cada lugar. Es importante destacar que, independientemente de las similitudes y diferencias encontradas, es fundamental implementar programas de desarrollo de habilidades emocionales para los docentes, con el objetivo de fortalecer su inteligencia emocional en todos los componentes. Esto contribuirá a crear un ambiente de aprendizaje positivo y promover el bienestar emocional tanto de los docentes como de los estudiantes.

La investigación presenta las siguientes limitaciones que están relacionadas con la muestra de docentes de instituciones públicas del distrito de Ricardo Palma, como por ejemplo tener en cuenta el tamaño de la muestra utilizada en cada estudio, es decir, si la muestra es pequeña, los resultados pueden no ser representativos de la población total de docentes. Es posible que se necesite una muestra más grande para obtener resultados más precisos y generalizables.

Este estudio se realizó en un contexto educativo específico del distrito de Ricardo Palma. Los resultados pueden estar influenciados por las características únicas de cada contexto, como las políticas educativas, la infraestructura escolar y las condiciones socioeconómicas. Por lo tanto, los resultados pueden no ser aplicables a otros contextos educativos.

Por otro lado, existe la posibilidad de que los docentes que participaron en los estudios tuvieran características particulares que podrían sesgar los resultados. Por ejemplo, los docentes que están más interesados en el tema de la inteligencia emocional pueden ser más propensos a participar en el estudio, lo que podría sesgar los resultados hacia un nivel más alto de inteligencia emocional.

En general, es importante tener en cuenta estas limitaciones al interpretar los resultados y considerarlos como una indicación general de la inteligencia emocional de los docentes en los contextos específicos de este estudio. Se requiere más investigación para obtener una

imagen más completa y precisa de la inteligencia emocional de los docentes a nivel nacional e internacional.

A pesar de las limitaciones señaladas, los resultados presentados son relevantes, esta investigación es visionaria en el campo educativo nacional, además de proporcionar un instrumento adaptado al contexto de Educación Básica Regular nacional, se proporciona información diagnóstica que podrá ser empleada como insumo para sustentar la necesidad de implementar programas para mejorar la inteligencia emocional de los docentes en contextos educativos similares.



7. Conclusiones y recomendaciones

7.1 Conclusiones

A partir de todo lo expuesto se llegó a las siguientes conclusiones:

- En general, se observa que la mayoría de los docentes participantes en el estudio presentan un nivel muy alto de inteligencia emocional en los componentes intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés y estado de ánimo general. Esto indica que tienen un buen control emocional y son capaces de interrelacionarse efectivamente con sus colegas, estudiantes y entorno social.
- En el componente intrapersonal, los docentes del distrito de Ricardo Palma-Huarochirí, se encuentran en el nivel alto y muy alto.
- En el componente interpersonal la mayoría de los docentes del distrito de Ricardo Palma-Huarochirí, se ubican en un nivel alto y muy alto.
- En el componente adaptabilidad, el resultado es preocupante ya que un grupo significativo de docentes muestra niveles bajos y muy bajos. Esta habilidad es fundamental para adaptarse a diferentes perspectivas y estilos de comunicación, y su falta puede afectar negativamente el entusiasmo y la dedicación en la enseñanza, así como generar conflictos en las relaciones interpersonales.
- En el componente manejo de estrés, la mayoría de los docentes del distrito de Ricardo Palma-Huarochirí, se encuentran en un nivel alto y muy alto.
- En el componente de estado de ánimo en general, se encuentra la mayoría de docentes del distrito de Ricardo Palma-Huarochirí, en el nivel alto y muy alto.

7.2 Recomendaciones

Para mejorar la inteligencia emocional de los docentes, especialmente en el componente de adaptabilidad, se sugiere implementar estrategias de desarrollo profesional. Estas estrategias pueden incluir programas de capacitación, apoyo y mentoría individualizada, práctica de autorreflexión, entrenamiento de resolución de conflictos y promoción de un ambiente de apoyo y autocuidado.

Dado que es fundamental que los docentes reconozcan sus dificultades en la adaptabilidad y busquen ayuda y recursos para mejorar en este aspecto, se sugiere fomentar la formación continua en habilidades emocionales para fortalecer su capacidad para afrontar los desafíos y cambios en el entorno educativo, promoviendo así un ambiente de aprendizaje más positivo y emocionalmente saludable.

Además, se recomienda prestar especial atención a los docentes de educación inicial y secundaria, ya que presentan un menor desarrollo de su inteligencia emocional en comparación con los docentes de educación primaria. En el caso de los docentes de educación inicial, es fundamental reforzar estas habilidades dada la gran importancia que tienen en este nivel con los niños más pequeños. Por otro lado, los docentes de educación secundaria deben ser conscientes de la importancia de ser empáticos y estar abiertos a la escucha, considerando las particularidades de tratar con adolescentes.

Se recomienda que los directores y directivos de la Ugel 15 de Huarochirí organicen talleres y capacitaciones en inteligencia emocional. Estos talleres pueden incluir actividades prácticas, ejercicios de autoconciencia y estrategias para manejar las emociones.

Se sugiere brindar un espacio seguro y de apoyo emocional para los docentes. Esto puede incluir la creación de grupos de apoyo, donde los maestros puedan compartir sus experiencias y recibir orientación emocional.

Se recomienda fomentar la autorreflexión en las instituciones educativas, es decir, animar a los docentes a reflexionar sobre sus propias emociones y cómo estas pueden afectar su desempeño en el aula. Esto puede hacerse a través de diarios de emociones o sesiones de coaching individual.

Se recomienda promover la empatía incentivando a los docentes a desarrollar la empatía hacia sus estudiantes y colegas. Esto puede lograrse a través de actividades que fomenten la comprensión y la perspectiva de los demás.

Se sugiere capacitar a los docentes en habilidades de comunicación efectiva, incluyendo la escucha activa y la expresión clara de emociones. Esto ayudará a fortalecer las relaciones entre los docentes y los estudiantes, así como entre los colegas.

Se propone promover en los docentes el autocuidado, es decir, cuidar de sí mismo emocionalmente. Esto puede incluir la promoción de hábitos saludables, el equilibrio entre el trabajo y la vida personal, y la búsqueda de actividades que les brinden bienestar emocional.

En resumen, es necesario implementar estrategias de desarrollo de la inteligencia emocional en los docentes, centrándose especialmente en la adaptabilidad, para promover un ambiente de aprendizaje positivo y emocionalmente saludable tanto para los docentes como para los estudiantes.

Referencias

- Almeida, M. Nazaré, E. Ximenes, F. Evangelista, R. Nogueira, A. & Vieira, B. (2015). Síndrome de Burnout: un estudio con profesores. *Salud de los Trabajadores*, 23 (1), 19-28. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-01382015000100003
- Ander, E. (2011). Aprender a investigar: Nociones básicas para la investigación social. Brujas. <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2017/05/Aprender-a-investigar-nociones-basicas-Ander-Egg-Ezequiel-2011.pdf.pdf>
- Ariza-Hernández, M. L. (2017). Influencia de la inteligencia emocional y los afectos en la relación maestro-alumno, en el rendimiento académico de estudiantes de educación superior. *Educación y Educadores*, 20(2), 193-210. DOI: 10.5294/edu.2017.20.2.2
- Atahuaman, I. (2023). *Nivel de sensibilidad intercultural en estudiantes de tercero de secundaria de una Institución Educativa Pública de Surquillo*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Marcelino Champagnat. <https://repositorio.umch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14231/3593/130.%20AtahuamanI.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Buleje, N. (2018). Implementación de políticas públicas para la atención integral al niño y niña de 0 a 3 años de edad en el distrito de San Jerónimo, Provincia de Andahuaylas. [Tesis de maestría]. Universidad Católica del Perú. Repositorio Institucional de la PUCP, https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14272/BULEJE_OCAMPO_IMPLEMENTACION_DE_POLITICAS_PUBLICAS_PARA_LA_ATENCION_INTEGRAL_AL_NI%C3%91O_Y_NI%C3%91A.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Campbell, Z. (2014). La inteligencia emocional como factor clave en el perfil de competencias docentes: el caso de formadores de docentes universitarios. *Revista anual acción y reflexión educativa*. pp. 77-107

https://revistas.up.ac.pa/index.php/accion_reflexion_educativa/article/view/2032/1844

Cárdenas, A. Chávez, P. & Gutierrez, M. (2021) *La inteligencia emocional en la práctica docente de las educadoras*. XVI Congreso nacional de investigación educativa. CNIE 2021. p.1-9 <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v16/doc/0431.pdf>

Conesa, S. (2017). La inteligencia emocional en el profesorado. *Campus educación revista digital docente*. <https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/la-inteligencia-emocional-profesorado/>

Córica, J. L. (2020). Resistencia docente al cambio: Caracterización y estrategias para un problema no resuelto. RIED. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 23(2), pp. 255-272. <https://www.redalyc.org/journal/3314/331463171013/html/>

Cruz, R. (2022) *Inteligencia emocional y rendimiento académico en los estudiantes de tercer y cuarto semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato, del cantón Ambato*. [Trabajo de investigación previo a la obtención del título de licenciado en Psicopedagogía]. Universidad técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/34688/1/Tesis%20Roger%20Neil%20Cruz%20Solis%281%29-signed-signed-signed.pdf>

Extremera, N; Fernández P. & Berrocal, P. La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación*. (ISSN:1681-5853)

<https://rieoei.org/historico/deloslectores/759Extremera.PDF>

Flores, C. (2019). Inteligencia emocional en docentes de una institución Educativa Pública del distrito Mi Perú - Callao. [Tesis de maestría]. Universidad San Ignacio de Loyola.
<https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/01143f5d-61ce-498a-b4ee-5c6c0ea003aa>

Flores, K; Polo, J. & Torres, A. (2018). *Inteligencia emocional y desempeño docente en las Instituciones Educativas FAP de Lima*. [Tesis para optar al Grado Académico de maestro en educación]. Universidad Marcelino Champagnat
<https://repositorio.umch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14231/544/66.%20Tesis%20%28Flores%20Daorta%2c%20Polo%20Churrango%20y%20Torres%20Aguiar%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Fragoso Luzuriaga, R. (2022). Inteligencia Emocional en las aulas universitarias: prácticas docentes que promueven su desarrollo. *Zona Próxima*, 36, 49-75.
<https://www.redalyc.org/journal/853/85375376005/html/>

García, M. & Giménez, S. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral*. Cuadernos del Profesorado [en línea], 3(6), 43-52. <http://www.cepcuevasolula.es/espiral>

Hernandez, R; Fernandez, C. & Baptista, M. (2014) *Metodología de la investigación*.
<https://www.esup.edu.pe/wpcontent/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20BaptistaMetodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

Lopez, S; Orellana, G; Herrera, L; Maldonado, J. & Moran, E. (2023). La importancia de la inteligencia emocional en la práctica pedagógica de los docentes de educación general básica. *Revista Ciencia Latina*.

<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7708/11692>

Molero, D. Pantoja, A. & Galiano, M. (2017). Inteligencia emocional rasgo en la formación inicial del profesorado. *Contextos Educativos*. p.43-56

<https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/2993/2775>

Muñoz, C. (2015). Metodología de la investigación. Editorial Progreso S. A. de C. V.

<https://issuu.com/malurojas19/docs/56-metodologia-de-la-investigacion-carlos-i.-munoz>

Ortega Navas, MD, (2010). La Educación Emocional y sus Implicaciones en la Salud. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 21 (2), 462-470.

<https://www.redalyc.org/pdf/3382/338230785025.pdf>

Pulso PUCP, Grupo de Investigación en Psicología Comunitaria PUCP y Ministerio de Educación (2021). Agotamiento profesional: Factores de riesgo en docentes de servicios educativos públicos de EBR. Instituto de Analítica Social e Inteligencia Estratégica - *Pulso PUCP*.

https://repositorio.pucp.edu.pe/index/bitstream/handle/123456789/182536/EVIDENCIAPULSO_0002.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Santos, T. (2020). *Actitudes de igualdad de género e inteligencia emocional en estudiantes del Instituto de educación Superior Tecnológico Público "Ricardo Salinas Vara" - Huánuco, 2019*. [Tesis de maestría]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Repositorio Institucional de UNHEVAL. <https://hdl.handle.net/20.500.13080/6347>

Sanchez, H. & Reyes, C. (2015). Metodología y diseños en la investigación científica. (quinta edición).

https://www.academia.edu/78002369/METODOLOG%3%8DA_Y_DISE%3%91OS_EN_LA_INVESTIGACI%3%93N_CIENT%3%8DFICA

Sarmiento, N. (2019). Inteligencia emocional en docentes de educación inicial de Instituciones Educativas Públicas de Maynas - Loreto. [Tesis Maestría en Educación con Mención en Psicopedagogía]. Universidad San Ignacio de Loyola.

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/3b12868a-c1c1-4cfd-abd3-5faff4738776/content>

Ugarriza, N., (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*, (4), 129-160.

<https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118178005.pdf>

Ugarriza, N. & Pajares del Águila, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de Bar On ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes.

Persona, (8), 11-58. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001.pdf>

Valverde (2017). Inteligencia emocional en docentes de la institución educativa Silvia Ruff de Huaraz- Perú. [Tesis de licenciatura]. Universidad San Pedro. http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/9016/Tesis_59432.pdf?sequence=1&isAllowed=y



ANEXO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por de la Universidad Marcelino Champagnat. La meta de este estudio es determinar el nivel de inteligencia emocional en docentes del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder un cuestionario de 133 preguntas. Esto tomará aproximadamente 40 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Una vez transcritas las respuestas, las pruebas se destruirán.

Si tiene alguna duda sobre esta investigación, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en ella. Igualmente, puede retirarse de la investigación en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante el cuestionario le parece incómoda, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por...
.....He sido informado(a) de que la meta de este estudio es determinar el nivel de inteligencia emocional en docentes del distrito de Ricardo Palma – Huarochirí.

Me han indicado también que tendré que responder un cuestionario de 133 preguntas, lo cual tomará aproximadamente 40 minutos.

Reconozco que la información que yo brinde en esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado(a) de que puedo hacer preguntas sobre la investigación en cualquier momento y que puedo retirarme de la misma cuando así lo decida, sin que esto genere perjuicio alguno para mi persona.

ANEXO

INSTRUMENTO



UNIVERSIDAD
MARCELINO CHAMPAGNAT
FUNDADA EN 1863

Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por:

- Zuzi Jady, Coila Alvarez;
- Kathya Libertad, Flores Gavilán
- Yaclin, Rivas Vivanco
- Laura Isabel, Tintaya Valverde.

He sido informado(a) de que la meta de este estudio es determinar el nivel de inteligencia emocional en docentes del distrito de Ricardo Palma – Huarochiri.

Me han indicado también que tendré que responder un cuestionario de 133 preguntas, lo cual tomará aproximadamente 40 minutos.

Reconozco que la información que yo brinde en esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado(a) de que puedo hacer preguntas sobre la investigación en cualquier momento y que puedo retirarme de la misma cuando así lo decida, sin que esto genere perjuicio alguno para mi persona.

Entiendo que puedo pedir información sobre esta investigación, para lo cual puedo contactar al correo: 2007427@umch.edu.pe

*Indica que la pregunta es obligatoria

- Sí acepto
 No acepto

Nombres y Apellidos*

Nivel*

- Inicial
 Primaria
 Secundaria

INSTRUCCIONES

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces. Hay cinco respuestas por cada frase.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

Lee cada una de las frases y selecciona UNA de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para ti, seleccionando el número (del 1 al 5) que corresponde a la respuesta que escogiste según sea tu caso. Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta cómo te sentirías, pensarías o actuarías si estuvieras en esa situación. Notarás que algunas frases no te proporcionan toda la información necesaria; aunque no estés seguro(a) selecciona la respuesta más adecuada para ti. No hay respuestas "correctas" o "incorrectas", ni respuestas "buenas" o "malas". Responde honesta y sinceramente de acuerdo a cómo eres, NO como te gustaría ser, no como te

gustaría que otros te vieran. NO hay limite de tiempo, pero, por favor, asegúrate de responder a TODAS las oraciones.

1. *Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

2. *Es duro para mí disfrutar de la vida.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

3. *Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

4. *Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

5. *Me agradan las personas que conozco.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

6. *Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

7. *Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

8. *Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

9. *Reconozco con facilidad mis emociones.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.



10. ***Soy incapaz de demostrar afecto.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
11. ***Me siento seguro(a) de mi mismo(a) en la mayoría de situaciones.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
12. ***Tengo la sensación de que algo no está bien en mi cabeza.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
13. ***Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
14. ***Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
15. ***Cuando enfrente una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
16. ***Me gusta ayudar a la gente.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
17. ***Me es difícil sonreír.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
18. ***Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
19. ***Cuando trabajo con otros tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso

4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
20. ***Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
21. ***Realmente no sé para que soy bueno(a).**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
22. ***No soy capaz de expresar mis ideas.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
23. ***Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
24. ***No tengo confianza en mí mismo(a).**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
25. ***Creo que he perdido la cabeza.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
26. ***Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
27. ***Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
28. ***En general, me resulta difícil adaptarme.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.



29. ***Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

30. ***No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

31. ***Soy una persona bastante alegre y optimista.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

32. ***Prefiero que otros tomen decisiones por mí.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

33. ***Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

34. ***Pienso bien de las personas.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

35. ***Me es difícil entender cómo me siento.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

36. ***He logrado muy poco en los últimos años.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

37. ***Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

38. ***He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

39. ***Me resulta fácil hacer amigos(as).**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

40. ***Me tengo mucho respeto.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

41. ***Hago cosas muy raras.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

42. ***Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

43. ***Me resulta difícil cambiar de opinión.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

44. ***Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

45. ***Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

46. ***A la gente le resulta difícil confiar en mí.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

47. ***Estoy contento(a) con mi vida.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.



- 48. *Me resulta difícil tomar decisiones por mi mismo(a).**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 49. *No puedo soportar el estrés.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 50. *En mi vida no hago nada malo.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 51. *No disfruto lo que hago.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 52. *Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 53. *La gente no comprende mi manera de pensar.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 54. *Generalmente espero lo mejor.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 55. *Mis amigos me confían sus intimidades.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 56. *No me siento bien conmigo mismo(a).**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 57. *Percibo cosas extrañas que los demás no ven.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 58. *La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 59. *Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 60. *Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 61. *Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 62. *Soy una persona divertida.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 63. *Soy consciente de cómo me siento.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 64. *Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 65. *Nada me perturba.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
- 66. *No me entusiasman mucho mis intereses.**
1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.



67. *Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decirselo.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

68. *Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

69. *Me es difícil llevarme con los demás.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

70. *Me resulta difícil aceptarme tal como soy.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

71. *Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

72. *Me importa lo que puede sucederle a los demás.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

73. *Soy impaciente.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

74. *Puedo cambiar mis viejas costumbres.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

75. *Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

76. *Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

77. Me deprimó.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

78. *Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

79. *Nunca he mentado.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

80. *En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

81. *Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

82. *Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

83. *Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

84. *Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.



85. *Me siento feliz con el tipo de persona que soy.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

86. *Tengo reacciones fuertes, intensas, que son difíciles de controlar.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

87. *En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

88. *Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

89. *Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

90. *Soy capaz de respetar a los demás.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

91. *No estoy muy contento(a) con mi vida.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

92. *Prefiero seguir a otros a ser líder.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

93. *Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

94. *Nunca he violado la ley.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

95. *Disfruto de las cosas que me interesan.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

96. *Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

97. *Tiendo a exagerar.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

98. *Soy sensible ante los sentimientos de las otras personas.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

99. *Mantengo buenas relaciones con los demás.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

100. *Estoy contento(a) con mi cuerpo.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

101. *Soy una persona muy extraña.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

102. *Soy impulsivo(a).

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.



103. *Me resulta difícil cambiar mis costumbres.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

104. *Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

105. *Disfruto las vacaciones y los fines de semana.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

106. *En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

107. *Tengo tendencia a depender de otros.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

108. *Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

109. *No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

110. *Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

111. *Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

112. *Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

113. *Los demás opinan que soy una persona sociable.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

114. *Estoy contento(a) con la forma en que me veo.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

115. *Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

116. *Me es difícil describir lo que siento.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

117. *Tengo mal carácter.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

118. *Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

119. *Me es difícil ver sufrir a la gente.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

120. *Me gusta divertirme.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.



121. ***Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

122. ***Me pongo ansioso(a).**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

123. ***No tengo días malos.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

124. ***Intento no herir los sentimientos de los demás.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

125. ***No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

126. ***Me es difícil hacer valer mis derechos.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

127. ***Me es difícil ser realista.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

128. ***No mantengo relación con mis amistades.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

129. ***Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

130. ***Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.**

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

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

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

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

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

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

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

INFORME DE ORIGINALIDAD

7%

INDICE DE SIMILITUD

7%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
2	repositorio.unp.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	biblioteca.uajms.edu.bo Fuente de Internet	1%
6	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	1 library.co Fuente de Internet	1%

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Apagado