UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO

Facultad De Psicología

Carrera Profesional De Psicología

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SANTA TERESITA DE CAJAMARCA, 2020.

Carlos Eduardo Odar Mendoza

María Rosa Camacho Ortiz

Asesor: Dra. Lucia Milagros Esaine Suárez

Cajamarca, Perú

2020

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO

Facultad De Psicología

Carrera Profesional De Psicología

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SANTA TERESITA DE CAJAMARCA, 2020.

Tesis presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Carlos Eduardo Odar Mendoza

María Rosa Camacho Ortiz

Asesor: Dra. Lucia Milagros Esaine Suárez

Cajamarca, Perú

2020

COPYRIGTH © by

CARLOS EDUARDO ODAR MENDOZA

MARIA ROSA CAMACHO ORTIZ

Todos los derechos reservados

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

APROBACIÓN DE TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGIA

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SANTA TERESITA DE CAJAMARCA, 2020.

Presidente **:** Dr. Luis Enrique Vásquez Rodríguez

Secretaria **:** Mg. Cynthia Daniela Peña Muñoz

Asesor **:** Dra. Lucia Milagros Esaine Suárez

A:

Nuestra familia, por su apoyo continuo que nos impulsaron a continuar preparándonos en nuestra carrera con el fin de conseguir nuestros sueños y metas.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a Dios por mantenernos de pie en los momentos complicados, guiándonos a lo largo de nuestra vida de aprendizaje; por ser una fuente de fortaleza y darnos la oportunidad de adquirir conocimientos y experiencias para nuestro desarrollo personal y profesional.

Le damos gracias a nuestra familia por su apoyo en todo momento, por los valores y consejos que nos han brindado en todo momento, por sus acciones y palabras de aliento.

Agradecemos a la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, por ser parte de nuestra vida universitaria durante todo este tiempo, ofreciéndonos significativas experiencias de aprendizaje.

A nuestra asesora Lucia Esaine Suárez por su apoyo, su compromiso y los consejos brindados que hicieron posible la culminación de la investigación realizada.

Índice

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACION 18
1.1. Planteamiento Del Problema 19
1.2. Formulación del Problema 25
1.3. Objetivos 25
1.3.1. Objetivo general 25
1.3.2. Objetivos específicos 25
1.4. Justificación de la Investigación 27
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO 29
2. Fundamentos teóricos de la investigación 30
2.1. Antecedentes Teóricos 30
2.1.1. A nivel internacional 30
2.1.2. A nivel nacional 34
2.1.3. A nivel local 35
2.2. Bases Teóricas 39
2.2.1. Inteligencia Emocional 39
2.2.2. Habilidades Sociales 48
2.3. Definición de términos básicos 62
2.3.1. Inteligencia Emocional 62
2.3.2. Habilidades Sociales 62
2.4. Hipótesis de investigación 62
2.4.1. Hipótesis General 62
2.4.2. Hipótesis especificas 63
2.5. Definición operacional de variables 64
CAPÍTULO III 68
3. Método de investigación 69
3.1. Tipo de investigación 69
3.2. Diseño de investigación 69
3.3. Población, muestra y unidad de análisis 69
3.3.1. Población y muestra 69
3.3.2. Criterios de inclusión y exclusión 73

3.3.3. Unidad de análisis 74
3.4. Instrumento de recolección de datos 74
3.5. Procedimiento de recolección de datos 82
3.6. Análisis de datos 83
3.7. Consideraciones éticas 83
CAPITULO IV 85
RESULTADOS Y DISCUSIÓN 85
4.1. Presentación, análisis e interpretación de resultados 86
4.2. Discusión de resultados 107
CAPÍTULO V 117
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 117
5.1. Conclusiones 118
5.2. Recomendaciones 119
Referencias 121
ANEXOS 130
ANEXO A – Instrumento de inteligencia emocional 130
ANEXO B – Instrumento de habilidades sociales 136
ANEXO C – Consentimiento Informado 140
ANEXO D – Solicitud de permiso a la institución educativa 141
ANEXO E – Carta de aceptación de la Institución Educativa 142
ANEXO F – Constancia de conformidad 143

Lista de Tablas

Tabla 1: Operación de variables..... 65

Tabla 2: Resumen del procesamiento de casos después de evaluar el inventario de Baron-ICE NA..... 87

Tabla 3: Nivel general de inteligencia emocional de Baron Ice 88

Tabla 4: Niveles de inteligencia intrapersonal (Baron Ice) en las estudiantes de la I.E Santa Teresita..... 89

Tabla 5: Niveles de inteligencia interpersonal (Baron Ice) en las estudiantes de la I.E Santa Teresita..... 91

Tabla 6: Niveles de adaptabilidad (Baron Ice) en las estudiantes de la I.E Santa Teresita..... 92

Tabla 7: Niveles de manejo de estrés (Baron Ice) en las estudiantes de la I.E Santa Teresita 94

Tabla 8: Niveles de estado de ánimo (Baron Ice) en las estudiantes de la I.E Santa Teresita 95

Tabla 9: Niveles de impresión positiva (Baron Ice) en las estudiantes de la I.E Santa Teresita 97

Tabla 10: Niveles generales de habilidades sociales en las estudiantes de la I.E Santa Teresita 98

Tabla 11: Niveles de autoexpresión en las estudiantes de la I.E Santa Teresita 100

Tabla 12: Niveles de defensa propia en las estudiantes de la I.E Teresita 101

Tabla 13: Niveles de expresión de enfado en las estudiantes de la I.E Santa Teresita 102

Tabla 14: Niveles de decir no en las estudiantes de la I.E Santa Teresita 104

Tabla 15: Niveles de hacer peticiones en las estudiantes de la I.E Santa Teresita..... 105

Tabla 16: Niveles de iniciar interacciones en las estudiantes de la I.E Santa Teresita 106

Tabla 17: Estadísticos descriptivos 87

Tabla 18: Relación entre Inteligencia Emocional y Habilidades sociales en estudiantes de la I.E Santa Teresita; según correlación de Pearson. 86

Lista de figuras

Figura 1: Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 88

Figura 2: Niveles de inteligencia intrapersonal en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 90

Figura 3: Niveles de inteligencia intrapersonal en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 91

Figura 4: Niveles de adaptabilidad en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca. 93

Figura 5: Niveles de manejo de estrés en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 94

Figura 6: Niveles de estado de ánimo en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 96

Figura 7: Niveles de impresión positiva en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 98

Figura 8: Nivel general de habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 99

Figura 9: Niveles de autoexpresión en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca. 100

Figura 10: Niveles de defensa propia en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca. 102

Figura 11: Niveles de expresión de enfado en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 103

Figura 12: Niveles de decir no en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca. 104

Figura 13: Niveles de hacer peticiones en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 106

Figura 14: Niveles de iniciar interacciones en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca..... 107

RESUMEN

El objetivo general de esta investigación fue determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y habilidades sociales en 132 estudiantes de la institución educativa Santa Teresita, en la ciudad de Cajamarca. La información se recabó mediante la aplicación de un test y un cuestionario. Esta investigación fue de tipo aplicada, con un diseño de investigación no experimental, de tipo correlacional. Para el análisis de datos se realizaron análisis de frecuencias, análisis de porcentajes y correlaciones de Pearson mediante el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (Statistical Package for the Social Sciences - SPSS) versión 22.0. Los resultados encontrados muestran que existe una correlación significativa entre inteligencia emocional y habilidades sociales en las estudiantes. Además, se pudo apreciar que el 32% de estudiantes están en un nivel medio y un 68% en un nivel alto en inteligencia emocional. De igual manera se presentó un 17% en un nivel bajo, un 36% en un nivel medio y un 47% en un nivel alto en habilidades sociales.

Palabras clave: estudiantes, inteligencia emocional, habilidades sociales

ABSTRACT

The general objective of this research was to determine the relationship between emotional intelligence and social skills in 132 students from the Santa Teresita educational institution, in the city of Cajamarca. The information was collected by applying a test and a questionnaire. This research was of an applied type, with a non-experimental, correlational research design. For data analysis, frequency analysis, percentage analysis and Pearson correlations were performed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 22.0. The results found show that there is a significant correlation between emotional intelligence and social skills in students. In addition, it could be seen that 32% of students are at a medium level and 68% at a high level in emotional intelligence. Similarly, 17% were presented at a low level, 36% at a medium level and 47% at a high level in social skills.

Keywords: students, emotional intelligence, social skills

INTRODUCCIÓN

Esta investigación tiene como principal propósito determinar la relación existente entre inteligencia emocional y habilidades sociales en 132 estudiantes en la Institución Educativa Santa Teresita, en la ciudad de Cajamarca. El interés por investigar estos datos surge de la observación de los estudiantes en su contexto social, educativa o familiar y en como esto se manifestaba en sus emociones, actitudes, acciones, problemas y por ende en su desarrollo personal.

El deseo de los investigadores es que la información encontrada sea de utilidad y pueda servir de antecedente a futuras investigaciones en nuestro contexto local, pensando en proporcionar hallazgos relevantes para la mejora del bienestar de las estudiantes. Donde además se puedan plantear programas en beneficio de los estudiantes en la ciudad de Cajamarca, con el fin de fortificar áreas para su crecimiento personal, social y familiar.

La presente tesis consigna de cinco capítulos en los que se abarca toda la información oportuna para el desarrollo del tema de investigación. A continuación, se puntualiza el contenido de los capítulos.

En el capítulo I se presenta el planteamiento del problema, la formulación del problema, la definición del problema, los objetivos de la investigación y su justificación. Se ha considerado relevante presentar la problemática existente a nivel internacional, nacional y local, ya que permite tener un mejor panorama del tema en investigación como un problema en los diferentes lugares. Luego se aborda también la problemática específica de la institución educativa, donde se pone de manifiesto que

existen altos índices de problemas diversos en las estudiantes. Los objetivos están encaminados a conocer el nivel de inteligencia emocional que existe en las estudiantes y el nivel de habilidades sociales; así como la relación que existe entre estas dos variables.

En el capítulo II se aborda el marco teórico, que comprende de los fundamentos teóricos, marco conceptual e hipótesis. Aquí se describen las principales teorías sobre las dos variables en estudio y su desarrollo conceptual, además de presentar investigaciones como antecedentes, que logran dar realce a la tesis, así mismo se describen las variables principales del estudio como son la inteligencia emocional, su evolución a lo largo de la historia, así como su importancia y las dimensiones que la componen. En cuanto a las habilidades sociales, se describir su concepto y cada una de sus dimensiones; explicando también la relación teórica en cuanto a la variable uno y sus sub escalas.

En el capítulo III se describe el método de investigación, señalando el tipo, diseño y nivel de investigación, los instrumentos, la población y unidad de análisis, además del método de procesamiento de datos. Se detalla el tipo de estudio utilizado para la obtención de los resultados, las principales correcciones y modificaciones de los instrumentos utilizados para la evaluación y se especifica paso a paso la metodología utilizada para procesar los datos obtenidos.

En el capítulo IV se presentan tablas y figuras para ayudar a comprender los resultados encontrados. Estos resultados se han ordenado en base a los objetivos planteados, se han contrastado con los antecedentes, haciendo una descripción y discusión clara y consistente.

Finalmente, en el capítulo V se resumen los resultados a modo de conclusiones y se plantean algunas recomendaciones útiles para futuros estudios sobre este tema.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACION

Inteligencia Emocional Y Habilidades Sociales En Estudiantes De La Institución Educativa Santa Teresita De Cajamarca, 2020

1.1. Planteamiento Del Problema

En la actualidad se ha ido avanzando tecnológicamente para la ayuda o en beneficio del ser humano como por ejemplo el internet, los microchips, en robótica, vacunas, etc. Esto nos ayuda enormemente para facilitarnos la forma en que vivimos en este entorno de globalización, sin embargo, no hemos avanzado mucho en cuestiones de educación y valores en la sociedad, con falta de empatía, el poder escuchar no solamente las palabras de los demás sino también sus sentimientos, el desarrollo de las motivaciones, el control de impulso, en donde el relacionarse asertivamente con las demás personas es más complicado y difícil que comprar un celular. Por ello es importante de relacionar y hablar de dos constructos como es la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales, las cuales son indispensables para la vida del ser humano, puesto que alguien con adecuadas habilidades sociales e inteligencia emocional es capaz de expresar sus sentimientos y pensamientos de manera asertiva. Las miradas, gestos, expresiones, etc. tienen mayor expectativa sobre la vida de uno mismo y de las demás personas, hay mayor tolerancia a la frustración ya que pueden resolver los conflictos de mejor manera y miran el error como algo que se puede modificar y mejorar (Goleman, 1995).

En la adolescencia hay cambios significativos en como expresan sus emociones y como los van manifestando en la sociedad, en donde se va desarrollando la independización e individuación, ya que esto contribuye a definición personal, la

exploración, la diferenciación del medio familiar, la búsqueda de pertenencia y la construcción de un sentido de vida, por ello, los factores individuales, sociales y emocionales son de gran importancia para los adolescente, ya que están en una etapa de muchos cambios físicos y psicológicos, en la cual se impulsa su independencia, deseo por comunicar lo que piensan, e interactuar con diversidad de personas o grupos sociales para encontrar su identidad, facilitando así su adaptación a su ambiente social, familiar, escolar y hacia un futuro también de manera laboral (Papalia, Duskin y Martorell, 2012).

Las emociones juegan un papel fundamental en el desarrollo biopsicosocial del ser humano, debido a que, en el momento de conocer y gestionar las emociones se obtendrá una mejora, influyendo en la calidad de vida de la persona, ya que al saber reconocer y manejar sus emociones se puede obtener ventajas para poder interactuar y socializar en su entorno, de igual manera la familia es el primer contexto donde el ser humano aprende a conocer y gestionar las emociones. Por consiguiente, en la actualidad, los problemas de interacción social se dan debido a la poca habilidad para gestionar las emociones, no saber cómo relacionarse o que emoción mostrar en una situación (Pinel, 2007).

La inteligencia emocional y las habilidades sociales se relacionan entre sí, ya que tienen que ver con el desarrollo o la capacidad del ser humano de sentirse bien consigo mismo y con las demás personas, por lo que si hay un adecuado desarrollo en los niños y adolescentes en las dos variables mencionadas, podrá desenvolverse adecuadamente en su vida familiar, social, educativa, laboral, de esta manera, la

persona irá mejorando progresivamente desde el nacimiento hasta llegar a la ancianidad, por consiguiente tendrá la motivación para realizar sus actividades diarias, adecuada comunicación con su entorno, siendo capaz de comprender las acciones de uno mismo, como de las demás personas, buscará en todo momento generar cosas positivas en su vida y en las que las rodea, por lo tanto, si hay poco desarrollo en estas variables puede ser todo lo contrario, por ello la importancia de conocer y reconocer las emociones, actitudes, pensamientos propios y ajenas, con el fin de mostrar empatía frente a los demás, por ende, la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales son de mucha importancia en cuanto al desempeño que cada persona tiene, tanto en su ámbito personal, familiar, social, escolar e incluso dentro del ámbito laboral (Sánchez, 2016).

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas expresadas por un individuo en un contexto interpersonal mostrando, sentimientos, actitudes, deseos opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas (Caballo, 2007).

Las investigaciones sobre el acoso escolar han ido incrementado puesto que se han visto peleas, acosos sexuales, acosos virtuales y asesinatos en algunos países importantes entre ellos tenemos los colegios de Estados Unidos, esto ayudado a poder entender un poco más la violencia y la relación que tiene la inteligencia emocional y las habilidades sociales, puesto que es un problema que se da por las relaciones que se

dan en el entorno escolar, donde se asumen distintos roles y formas de interactuar entre las personas, por eso se menciona que la violencia se presenta por la dificultad y problemas al relacionarse con las demás personas (Vargas y Paternina, 2017).

En las instituciones educativas hay indicadores sobre violencia, habiendo un 73.8% de estudiantes de 12 a 17 años manifestando ser víctimas de alguna conducta violenta en su propia escuela. De igual manera el 71.1% de los estudiantes expresan haber sufrido violencia física por parte de sus compañeros de estudio en forma de hostigamiento, con un 95.5%, en forma de acoso, con un 41.7%, en forma de escritura o también por mensajes virtuales amenazando contra su integridad física, un 30.4% son violentados físicamente, un 38.0% de alumnos en la secundaria han sido agredidos físicamente y el 37.8% ha participado de peleas físicas, esto a causa de no controlar sus emociones o no tener una comunicación asertiva, el 80.0% de alumnos en la secundaria han tenido contacto con acoso escolar, en donde se ha registrado índices de estados negativos como preocupación, irritabilidad, aburrimiento y tristeza, el 20.0% de alumnos en nivel secundario han tenido ideas suicidas, un 15.3% han planeado suicidio y un 17.4% han intentado quitarse la vida más de una oportunidad (MINSA, 2017).

La presente problemática se presenta a nivel internacional, específicamente en Ecuador que después de haberse realizado estudios, se llega la conclusión que del 44,99% de los encuestados manifiestan que existe un déficit en cuanto a sus relaciones interpersonales dentro de la escuela lo cual ha provocado que la inteligencia emocional no se desarrolle de mejor manera. El Instituto de la Niñez y la Familia de Ecuador, dio a conocer los resultados de varias encuestas que se presentaron en diferentes escuelas

y colegios. Los resultados que arrojaron estas encuestas dan a conocer que las relaciones interpersonales son muy escasas, además refieren que existe poca comunicación y seguridad en las instituciones. Esto ha provocado que los estudiantes se sienten inseguros en sus escuelas y colegios debido a la discriminación que reciben por parte de sus compañeros, lo cual da a entender que este tema es de suma importancia, no solo de investigar sino de dar solución en las escuelas y colegios (Moya 2015).

En cuanto a Perú hay correlación entre la Inteligencia Emocional y los factores de la Calidad de Vida, según sexo, en el caso del género masculino los factores que obtienen una correlación más elevada con la variable Inteligencia Emocional son: Educación y Ocio, seguido de Vida Familiar y Familia Extensa; mientras en el género femenino, el factor Bienestar Económico fue el que obtuvo la correlación más alta. En conclusión, la gran parte los estudiantes presenta un nivel promedio en su capacidad para poder relacionarse con el medio que lo rodea, presentan un mejor control de sus emociones y suelen comunicarse adecuadamente obteniendo una mejor calidad de vida (Patricio, 2017).

Cajamarca no es ajena esta problemática, ya que los adolescentes pueden llegar acarrear consecuencias negativas como la violencia, violencia familiar, ansiedad, depresión o algún tipo de adicciones, las cuales son más comunes en la región, todo está va influyendo en su desarrollo personal, académico, interpersonal y social las cuales son áreas de gran importancia para que el ser humano llegue a una vida plena, mejorando durante su desarrollo y motivándose hacia sí mismo, como hacia las demás

personas durante lo largo de su vida. Por lo tanto, un adecuado desarrollo en base a estas dos variables es de suma importancia ya que la inteligencia emocional es la que vincula con actividades de automotivación, es decir es la energía que mantiene a todo el sistema en marcha surgiendo una capacidad de ejercer domino en uno mismo, por lo que se puede afrontar en algunas situaciones de la vida con mayor serenidad y eficacia en los pensamientos y comportamientos de cada individuo, también interviene en el aprendizaje en donde uno mismo puede controlar sus emociones en beneficio propio y para otros, dejando de lado los factores estresantes, por lo que será más sencillo ver las situaciones negativas de un modo de aprendizaje. En cuanto a las habilidades sociales, es esencial para que exista un desenvolvimiento espontáneo de los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de modo adecuado frente a cada situación respetando esas conductas de los demás (Honorio, 2005).

De acuerdo a todo lo anteriormente mencionado y los problemas que acarrean no tener una adecuada inteligencia emocional y habilidades sociales es de gran interés determinar si estas dos variables se relacionan entre sí, para entender y mejorar los problemas psicológicos y sociales que se manifiestan en nuestra comunidad. En tal sentido es importante investigar estas dos variables porque en la actualidad en las instituciones educativas hay graves problemas de agresividad, ansiedad, depresión y más problemas relacionados a la salud mental siendo determinadas por las habilidades sociales bajas o inteligencia emocional baja, esto no es ajeno en la Institución Educativa Santa Teresita, por ende, ayudará a ampliar el conocimiento sobre las dos variables de estudio en la institución educativa.

1.2. Formulación del Problema

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y las habilidades sociales en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar el nivel de inteligencia emocional en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de inteligencia emocional en la dimensión de inteligencia intrapersonal en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de inteligencia emocional en la dimensión de inteligencia interpersonal en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de inteligencia emocional en la dimensión de adaptabilidad en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de inteligencia emocional en la dimensión de manejo de estrés en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de inteligencia emocional en la dimensión de estado de ánimo general en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de habilidades sociales en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de habilidades sociales en la dimensión de autoexpresión de situaciones sociales en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de habilidades sociales en la dimensión de defensa de los propios derechos como consumidor en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de habilidades sociales en la dimensión de expresión de enfado o disconformidad en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de habilidades sociales en la dimensión de decir no y cortar interacciones en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de habilidades sociales en la dimensión de hacer peticiones en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

Identificar el nivel de habilidades sociales en la dimensión de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

1.4. Justificación de la Investigación

El presente estudio se encuentra en la línea de investigación de bienestar desarrollo social, familiar, laboral y escolar, con la finalidad de determinar la relación entre Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Santa Teresita.

La investigación se justifica teóricamente, porque pretende enlazar el poco conocimiento que existe entre inteligencia emocional y habilidades sociales entrelazados entre sí, proporcionando así una mejor epistemología de estas dos variables. Se pretende contribuir en el conocimiento del campo psicológico y pedagógico, en donde se pueda fortalecer la comprensión teórica, el manejo adecuado de las emociones y las habilidades sociales para la vida. Se fomentará la interacción que se tenga en el ámbito educativo, como orientación para las gestiones emocionales e interacción asertiva con su ambiente, en las diferentes dificultades que pueda estar atravesando el adolescente.

A nivel práctico, los resultados de la investigación ayudarán a que, en la Institución Educativa, en trabajo con psicólogos, profesores pueda incluir talleres, charlas, escuela de padres, programas tomando en cuenta la inteligencia emocional y habilidades sociales en su Proyecto Educativo Institucional (PEI) para las adolescentes.

A nivel social la investigación dará a conocer un problema que ha ido incrementando mientras hay mayor población y poco aporte por la salud mental, fortaleciendo recursos para la protección de los adolescentes, identificando los riesgos o factores de amenaza que puedan desencadenar en problemas aún mayores en el futuro, en donde se tiene que dar mayor prioridad en el desarrollo de nuevas políticas para fomentar la salud mental y mejorar las condiciones psicosociales de la sociedad.

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO

2. Fundamentos teóricos de la investigación

2.1. Antecedentes Teóricos

Las siguientes investigaciones se observará las tendencias de estudio de acuerdo a las dos variables, examinando a diferentes autores, procedimiento y resultados.

2.1.1. A nivel internacional

Según lo investigado ardua y exhaustivamente a nivel internacional, sobre inteligencia emocional y habilidades sociales se observa que existe poca información, encontrando la siguiente tesis sobre éstas dos variables, siendo las más importantes las siguientes:

Mohamamd y Ahmad (2016) en su tesis titulada Emotional Intelligence and Its Relation with the Social Skills and Religious Behaviour of Female Students at Dammam University in the Light of Some Variables, han examinado la correlación entre la inteligencia emocional, las habilidades sociales y el comportamiento religioso entre las estudiantes universitarias, ya que se había notado que había una escalada en la frecuencia de algunos problemas de comportamiento y emocionales como el vandalismo, la agresión, el aislamiento social, la debilidad de relaciones sociales, patrones de amistad entre alumnas, falta de atributos sociales positivos, indiferencia y descuido hacia las conferencias y ausencias frecuentes. El estudio ha seguido el enfoque de investigación cuantitativa por el criterio de inteligencia emocional, criterio de habilidades sociales y criterio de comportamiento religioso. La muestra del estudio consistió en 338 mujeres estudiantes de los estudiantes universitarios seleccionados mediante el método de muestra intencional de los

departamentos de estudios islámicos y de lengua árabe. El estudio reveló que la calificación promedio de inteligencia emocional entre las estudiantes universitarias de la Facultad de Artes de Hafar Al-Batin / Universidad de Dammam es alta: el promedio aritmético en el criterio en su conjunto alcanzó 3.611. La nota media de comportamiento religioso entre las estudiantes universitarias de la Facultad de Artes de Hafar Al-Batin de la Universidad de Dammam es alta: el promedio aritmético del criterio en su conjunto alcanzó 4,605.

Salavera y Jarle (2017) en su tesis titulada Inteligencia emocional y habilidades sociales sobre la autoeficacia en estudiantes de Educación Secundaria. ¿Existen diferencias de género?; tuvo como objetivo si hay relación entre las dos variables e indagar si hay una diferencia de género, este estudio incluyó a 1.402 (50,71% hombres) estudiantes españoles de Educación Secundaria 12-17 años, y analizó la relación de la autoeficacia con la inteligencia emocional y las habilidades sociales. Mostraba cómo se relacionaban estos constructos y cómo variaba la autoeficacia percibida por los estudiantes según sus habilidades sociales e inteligencia emocional. El género no influyó en la autoeficacia, las habilidades sociales y la inteligencia emocional. Estas variables mostraron índices de correlación similares en mujeres y hombres. La autoeficacia se relacionó con las habilidades sociales y la inteligencia emocional en los estudiantes de Educación Secundaria, pero esta relación no fue sensible al género. Se necesitan más estudios e investigaciones para estudiar y describir estas variables según el género desde otras perspectivas. Una propuesta es investigar la asociación entre la identidad de género

y la autoeficacia y las habilidades sociales y la inteligencia emocional para comprender mejor cómo estos constructos participan en el desarrollo de los adolescentes.

Villalba en (2018) en su tesis “Inteligencia emocional y habilidades sociales en personas privadas de libertad del centro de rehabilitación social Ambato”; tuvo como objetivo de establecer la relación que existe entre inteligencia emocional y las habilidades sociales en personas privadas de la libertad del Centro de Rehabilitación Social Ambato en Ecuador, estuvo conformada por 100 personas, distribuidos en 50 mujeres y 50 hombres. Los reactivos que aplicaron fueron el inventario Emocional Bar-On I-CE Automatizado y la Lista de Chequeo De Evaluación de Habilidades Sociales. La conclusión que obtuvieron es que existe una relación entre las variables. Pues se verificó que el nivel de Inteligencia Emocional es de nivel medio con un 43%, seguido por un nivel bajo con 41%, un nivel muy bajo de 13% y con un nivel alto con el 3%. En Habilidades Sociales se observó que en el nivel medio hay un 50%, un nivel alto con un 47% y un nivel bajo con 3%.

Ayala y Manchego (2018) en su tesis “La relación entre las habilidades sociales, las dificultades en las relaciones interpersonales y la empatía en un grupo de adolescentes de grado 9, 10 y 11 de la institución educativa Liceo Caucasia”, tuvo como objetivo establecer relación entre las habilidades sociales, las dificultades en las relaciones interpersonales y la empatía en un grupo de adolescentes de grados 9, 10 y 11 de la Institución Educativa Liceo Caucasia del municipio de Caucasia, Antioquia. Los instrumentos que se utilizaron fueron: EHS Escala de Habilidades

Sociales, Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la Adolescencia (CEDIA). Los resultados obtenidos revelaron que los factores de los distintos cuestionarios se relacionaron de manera negativa, ya que uno de ellos evaluaba las dificultades en algunas situaciones y otros las habilidades que se tienen para desenvolverse en diferentes contextos, además los factores que más se correlacionaron fueron: aserción, relaciones con el otro sexo, relaciones con iguales, autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos del consumidor, hacer peticiones, toma de perspectiva y malestar personal.

Orbea (2019) en su tesis titulada "relación entre inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes de bachillerato de una unidad educativa del Cantón Ambato en Ecuador"; se planteó como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y habilidades sociales en los adolescentes de una unidad educativa del Cantón Ambato. Esta investigación tiene un enfoque empírico cuantitativo de alcance descriptivo correlacional y de corte trasversal, en el cual la población seleccionada son los estudiantes de bachillerato de una unidad educativa religiosa del Cantón Ambato, que se encuentran cursando del primero hasta el tercero año de bachillerato, con una muestra de 187 casos, seleccionados a través de un muestreo no probabilístico. Se utilizó el test de inteligencia emocional TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale) adaptación de Extremera, Fernández y Ramos (2004), junto con el cuestionario de Escala de Habilidades Sociales, creada por Gismero (2006). Finalmente, a través de la investigación realizada y el análisis de datos estadísticos, se comprobó la hipótesis de estudio, al encontrar una relación positiva estadísticamente significativa entre inteligencia emocional y habilidades sociales.

2.1.2. A nivel nacional

Según lo investigado ardua y exhaustivamente a nivel nacional sobre inteligencia emocional y habilidades sociales se observa que se ha investigado poco, encontrando limitada información de tesis sobre estas dos variables, siendo las más importantes las siguientes:

Barbarán (2016) en su tesis, titulada "Inteligencia emocional y habilidades sociales en universitarios de una facultad de educación – Lima 2016". Tuvo como objetivo general determinar la relación entre inteligencia emocional y las habilidades sociales en universitarios de una facultad de educación en Lima 2016. El diseño fue no experimental – transversal. La muestra estuvo conformada por 125 estudiantes de la facultad de educación. Se aplicaron los instrumentos para medir la inteligencia emocional y las habilidades sociales. Los resultados indican que: existe relación entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales en universitarios de la facultad de educación - Lima 2016; ya que el nivel de significancia calculada es $p < .05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de ,634.

Colichón (2017) en la investigación titulada "Inteligencia emocional y habilidades sociales en la conducta disruptiva de estudiantes del nivel secundario", tuvo como objetivo general determinar la influencia de la inteligencia emocional y habilidades sociales en la conducta disruptiva de estudiantes del nivel secundario. Respecto a la metodología el enfoque de estudio fue cuantitativo, de diseño no experimental, de tipo básica y nivel explicativo. Por otro lado, la muestra estuvo compuesta por 210 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa PNP

Alipio Ponce Vásquez del Cercado de Lima, que fueron seleccionados en forma probabilística. La técnica que se utilizó fue la encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron cuestionarios para medir ambas variables en estudio. Finalmente, se concluye que la inteligencia emocional y las habilidades sociales influyen en la conducta disruptiva de los estudiantes del nivel secundario de la IE PNP Capitán Alipio Ponce Vásquez, año 2016.

Escobar (2019) en la investigación titulada "Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en adolescentes de la Institución Educativa Particular César Vallejo de Huancavelica, 2019", tuvo como objetivo general determinar la relación entre inteligencia emocional y habilidades sociales en los adolescentes de la Institución Educativa Particular "Cesar Vallejo" de la ciudad de Huancavelica, fue de tipo aplicada, nivel correlacional y diseño descriptivo correlacional. Los instrumentos que utilizó fue el Inventario emocional de Baron Ice-NA y la lista de chequeo de Habilidades Sociales - Goldstein. Su muestra fue de 90 adolescentes. Los resultados obtenidos es que existe una correlación significativa entre ambas variables (p=0,017 <0,005) según Rho de Spearman que es de 0,470.

2.1.3. A nivel local

Según lo investigado a nivel local sobre inteligencia emocional y habilidades sociales se observa que hay una tesis sobre estas variables, la cual es la siguiente:

Siguenza (2013) realizó un estudio correlacional entre habilidades sociales e inteligencia emocional en estudiantes de nivel secundario de la institución educativa

particular “María de Nazaret” de la ciudad de Cajamarca, cuya población está constituida por 116 alumnas entre 11 y 17 años pertenecientes a los cinco grados de secundaria. Utilizaron dos instrumentos, La escala de habilidades sociales para evaluar habilidades sociales y el inventario de inteligencia emocional de Baron ICE: NA. Encontraron que no existe correlación significativa entre habilidades sociales inteligencia emocional (p-valué= 6.681> a= 0.05). En los análisis descriptivos encontraron que las habilidades sociales e inteligencia emocional el mayor porcentaje de estudiantes se ubican en el nivel alto (46% y 74.1% respectivamente) el segundo nivel de mayor porcentaje es el normal con (34.5% y 16.4% respectivamente) y el de menor porcentaje es el nivel bajo (19% y 9.5% respectivamente).

Deza y Diaz (2016) en su estudio titulado “adicción a las redes sociales y habilidades sociales en un grupo de adolescentes de la ciudad de Cajamarca” evaluaron a una muestra de estudiantes de 3º a 5º de secundaria de una institución educativa estatal, con edades comprendidas entre los 14 y 16 años, con la participación de 142 estudiantes, a los cuales se les aplicó dos instrumentos de medición: Escala de habilidades sociales y Cuestionario de Adicción a las redes sociales, resaltando que no existe relación entre las habilidades sociales y la adicción a las redes sociales. Sin embargo, si existen áreas específicas que deben considerarse para el análisis, por ejemplo, la relación significativa entre las áreas de habilidades sociales “Autoexpresión y Defensa” y el área de adicción a las redes sociales “Obsesión”, así como, entre el área

de habilidades sociales “Peticiones” y el área de adicción a las redes sociales “Uso Excesivo”.

Malca y Vásquez (2018) en su estudio titulado “Inteligencia emocional y funcionalidad familiar en alumnos de educación secundaria de un colegio estatal de Cajamarca” buscó conocer la relación entre inteligencia emocional y funcionalidad familiar, tomando en cuenta las dimensiones de la primera variable: Percepción, comprensión y regulación. Para este estudio se aplicaron las Escalas de Apgar Familiar y TMMS-24 de inteligencia emocional, con una población constituida por 475 y la muestra de 123 adolescentes de ambos sexos, utilizaron un muestreo no probabilístico por conveniencia. Encontrando correlaciones entre las variables de estudio, de esta manera se optó por utilizar la prueba Rho Spearman. Los resultados arrojaron que existe correlación entre la funcionalidad familiar y la inteligencia emocional. A su vez, existe correlación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los componentes de la inteligencia emocional: Percepción, comprensión y regulación. Esto quiere decir, a mejor funcionalidad familiar, mayores niveles de inteligencia emocional.

Acuña y Gamarra (2020). En su estudio titulado “Inteligencia emocional e ideación suicida en estudiantes de educación secundaria de un colegio estatal de Cajamarca, 2019” tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional e ideación suicida en estudiantes de educación secundaria de un colegio estatal de Cajamarca, 2019; siendo una investigación descriptiva - correlacional, de corte transversal con enfoque cuantitativo no experimental; el estudio estuvo

conformado por una población de 540 estudiantes, seleccionando una muestra de 225 mujeres de 12 a 18 años de edad de educación secundaria de los diferentes grados de un colegio estatal, realizándose mediante un muestreo al azar. Para realizar la evaluación se utilizó la escala de inteligencia emocional TMMS- 24 de Salovey Mayer y Escala de Ideación Suicida de Beck (SSI). Finalmente en la investigación, se concluyó que existe una correlación baja (r=0,207) alcanzando una significancia bilateral de (0.002) entre la variable inteligencia emocional y la variable ideación suicida y con respecto a los niveles de inteligencia emocional en estudiantes se encontró que el 67,6% alcanzó un nivel medio, un 11,6% nivel alto y un 20,9% en nivel bajo; en cuanto a ideación suicida se halló que el 65,8% se encuentran en nivel medio, un 34,2% en nivel alto y un 0% en nivel bajo.

Cruzado y Medina (2020) en su tesis titulada "Habilidades sociales y clima escolar en estudiantes de primaria de la institución pública San Ramón – Cajamarca" tuvo como objetivo determinar la relación entre habilidades sociales y el clima escolar en estudiantes de primaria de la Institución Pública San Ramón Cajamarca, el enfoque de investigación con el que se desarrolló el presente estudio fue cuantitativa aplicada con diseño no experimental de corte transversal – tipo descriptivo correlacional. La población estuvo constituida por 273 estudiantes de ambos sexos, siendo la muestra 160 estudiantes, la misma que fue por muestreo no probabilístico. Se hizo uso de los instrumentos: Cuestionario de Evaluación de Habilidades Sociales (MINSA) y la Escala de Clima Social Escolar (CES) desarrollada por Moos y E. Triket (1989), los mismos que fueron procesados mediante el programa estadístico SPSS, versión 23,

para hallar la prueba de normalidad se utilizó el estadístico Kolmogorov-Smirnov con una significancia de .000, correspondiendo a una distribución no paramétrica, por lo que para hallar la correlación se usó el estadístico para pruebas no paramétricas de Spearman con una relación significativa directamente positiva, encontrándose que el 28,7% de los estudiantes poseen un nivel alto en el desarrollo de habilidades sociales, seguido del 20,6% con un nivel medio, sin embargo el 50,6% represento un nivel bajo; por otro lado el 59,4%, perciben un clima escolar medio seguido del 28,7% con un nivel bueno y solo un 11,9% un nivel bajo; concluyéndose que existe relación entre habilidades sociales y clima escolar, es decir a mayor desarrollo de habilidades sociales mejor percepción de clima escolar.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional ha ido evolucionando desde el siglo XIX, dada el interés por ahondar en la inteligencia en general, haciendo posibles los medios económicos, sociales y de motivación para el desarrollo de las investigaciones posteriores en donde MCkeen Cattell utilizó por primera vez la expresión “prueba mental” para referirse a la capacidad mental de una manera practica o experimental, así se empezó a introducir pruebas de percepción, atención y de memoria para la medición de la inteligencia, consecutivamente se fue desarrollando nuevos test y cuestionarios sobre inteligencia, en donde surgen diversas teorías como la teoría analítico factorial y el factor g, así Galton menciona que las personas tienen una capacidad general, pero también hay capacidades específicas que lo van desarrollando de acuerdo a las

experiencias vividas, posteriormente Gardner en 1983 menciona su teoría de inteligencias múltiples, identificando seis tipos de inteligencia, las cuales son inteligencia lingüística, musical, lógico-matemática, espacial ,corporal-cinestésica e inteligencia personal, siendo cada uno de estas inteligencia a uno especifico, siendo la última considerada como inteligencia emocional (Gardner, 1983)

2.2.1.1. Conceptos

La inteligencia es la capacidad de solucionar problemas, de razonar, de adaptarse al ambiente o a nuevas situaciones, a cualidades formales como la memoria, la percepción, la atención, y el intelecto, siendo catalogado por años, lo más importante del ser humano, dándole un valor significativo (Ardila, 2011).

Las emociones son impulsos que nos llevan a actuar, reacciones automáticas. La etimología de emoción proviene del verbo latino moverse que significa “moverse” más el prefijo “e-” significando de esta manera “movimiento hacia”, por lo que toda emoción implica una acción, respondiendo a un estímulo externo o interno, en donde cada emoción será diferente para la respuesta como el enojo aumenta el flujo sanguíneo en las manos, aumenta el ritmo cardiaco y las hormonas como la adrenalina que, obteniendo mayor fuerza y energía, con la emoción del miedo el flujo sanguíneo disminuye en el rostro y fluye hacia a la musculatura esquelética larga, que ayuda a la huida, en la felicidad inhibe los sentimientos negativos y disminuye los estados de preocupación, esto produce que el cuerpo haya reposo, tranquilidad, entusiasmo para desarrollar actividades, en el amor se activa el sistema nervioso parasimpático, donde hay sentimientos de ternura y satisfacción sexual, en la tristeza disminuye la energía y

entusiasmo por las actividades como la diversión o placeres, esto ayuda asimilar las cosas que pueda estar sucediendo, analizar las consecuencias y planificar nuevas cosas (Goleman, 1995)

La inteligencia emocional es la capacidad para observar los sentimientos y emociones de los demás y de uno mismo, logrando separar cada uno de ellos y poder usar esa información para beneficios positivos, tener pensamientos más claros y tener una mejor orientación de objetivos. (Fernández y Extremera, 2005)

La inteligencia emocional ayuda a poder entender en como nosotros percibimos el mundo a través de las emociones, como las interpretamos y como las manifestamos, en donde esto nos puede ayudar a adaptarnos a las diferentes circunstancias que tenemos en la vida o por lo contrario a no adaptarnos si es que no sabemos cómo manifestar esas emociones (Goleman, 1995)

2.2.1.2. Componentes de Inteligencia Emocional

Los componentes reconocidos al principio fueron como competencia emocional, donde la persona podía reconocer las propias emociones, siendo capaz de apreciar las emociones de las demás personas y poder darle un nombre, entender cómo se siente, así poder manejarlos correctamente, utilizar el potencial existente para obtener buenos resultados estar al tanto de las propias cualidades como la motivación o la perseverancia, siendo empáticos, encontrando personas que podía reconocer emociones, actitudes o pensamientos sin conversar, por lo que se podía facilitar al tener relaciones sociales con diferentes personas (Dueñas, 1994)

Inteligencia Intrapersonal

Este tipo de componente comprende en la compresión emocional de sí mismo, la cual es la habilidad para entender nuestros propios sentimientos y emociones, diferenciarlos a cada una de ellos y conocer por qué lo tenemos, también comprende el asertividad, la cual es la habilidad para defender nuestros derechos, nuestra ideología, creencias de manera adecuada, sin hacer daño a las demás personas, también tenemos el auto concepto, la cual es importante para aceptar nuestros características positivas, negativas, nuestras limitaciones, posibilidades, pudiendo comprender aceptar y respetar esas condiciones, también tenemos la autorrealización, la cual es importante ya que es la habilidad en donde cada persona desea lo que quiere hacer, disfruta lo que realiza y por ultimo tenemos la independencia, la cual consiste en la seguridad que se tiene de sí mismo en las decisiones que vaya tomando a lo largo de su vida (Ugarriza, 2001).

Inteligencia Interpersonal

Este tipo de componente tiene tres áreas las cuales son la empatía, la cual consiste en comprender los sentimientos o emociones de otra persona, las relaciones interpersonales, la cual consiste en mantener relaciones con otras personas de manera satisfactoria y responsabilidad social, siendo importante ya que la persona que la tiene, es alguien que coopera, contribuye y es un miembro constructivo en la sociedad (Ugarriza, 2001).

La inteligencia interpersonal, también denominada teoría de la mente que constituye un tipo de conexiones cerebrales que hace tener un conjunto de momentos representacionales, las cuales incluyen ideas en como las otras personas también son iguales, es decir, que un grupo de personas son capaces de dar significado al lenguaje u objetos en un contexto, por lo que el cerebro humano se acostumbra a tener una disposición genéticamente determinada para que se piense de manera automática al igual a otras personas, entonces estas representaciones dadas en cada ser humano ayuda a entender mejor a las personas o a los objetos sociales para una mejor interacción con familiares, amigos, compañeros, etc. Para ello es necesario incluir el contexto cultural como las costumbres, los modelos de comportamiento o valores, los cuales son significativos en el comportamiento de cada ser social. Así la inteligencia interpersonal se va formando a través del comportamiento de cada individuo que son integradas a lo largo de su vida social como los gestos, los movimientos y los estados internos como la parte emocional, el conocimiento, la motivación o la intencionalidad (Castello y Cano, 2011).

Componente de adaptabilidad

En este componente le da énfasis en que la persona pueda desarrollar la solución de problemas en los diversos contextos de su vida cotidiana, siendo esta importante puesto que es la habilidad para generar e implementar soluciones efectivas a determinados problemas, teniendo la posibilidad de tener un abanico de posibilidades, sin limitarse a solo una o dos, generando así opciones o posibles rutas para generar un cambio ante una situación de disconformidad, las cuales pueden limitar a las personas

a alcanzar sus metas u objetivos o simplemente tenerlas, por ello, las personas inteligentemente adaptables pueden identificar un problema, después poder analizarla, generar posibles soluciones, lograr tomar decisiones, implementar sus ideas, acciones para después ejecutarlas y evaluarlas, pudiendo analizarlas para futuros conflictos similares y aprender de ello; la otra área que se caracteriza en el área de adaptabilidad es la flexibilidad, la cual es la habilidad para saber cómo debe de ser el comportamiento, pensamientos o emociones a distintas circunstancias vividas a lo largo de la vida, ya que en muchas ocasiones las personas no pueden saber cómo reaccionar o actuar a una circunstancia nueva, nueva o no familiar, por lo que las personas con esta característica puede ajustar las emociones, sentimientos, pensamientos y conductas a las situaciones cambiantes, sin necesidad de que sea convencido o modificar su forma de pensar, sus valores o ideas centrales que lo caracteriza (Ugarriza, 2001).

Componente de Manejo de estrés

El manejo del estrés tiene que ver con el poder o la habilidad de tolerar a diversos estímulos del entorno que causan malestar al individuo como los eventos desfavorables u hostiles, situaciones estresantes en la vida del ser humano, las cuales pueden ser diversos y depender netamente de la persona por la que esté pasando esos eventos, esto dependerá de la cultura, las creencias, la crianza, los factores sociales y de familia, en donde en la actualidad el estrés puede ser un factor peligroso ya que puede causar diversos problemas físicas y psicológicas como problemas cardiacos,

ansiedad, depresión, que pueden dejar secuelas durante la vida del ser humano (Ugarriza, 2001).

Componente de Estado de ánimo general

El estado de ánimo le da importancia a la felicidad puesto que es la habilidad para estar satisfecho con la vida, disfrutando en cada momento de uno mismo y de otras personas expresando emociones o pensamiento positivos a través del comportamiento humano, la felicidad también se puede describir como una serie de pensamientos o ideas sobre las emociones, produciendo un bienestar interno, profundo y perenne. De igual manera la felicidad puede resultar difícil dar una definición exacta, puesto que cada persona de acuerdo a sus creencias y su cultura pueden definirla de una u otro modo, pudiendo ser diferente en algún contexto u otro, así podemos decir que es una de las cosas que no se puedan definir, pero cuando es observable se sabe lo que es la felicidad. La otra variable importante dentro del estado de ánimo es el optimismo, puesto que es la habilidad para observar o analizar los aspectos más brillantes de la vida, manteniendo una actitud positiva a pesar de los problemas y/o sentimientos negativos a pesar de las veces que caigan o malos momentos vividos a lo largo de su vida (Romaní, 2018).

2.2.1.3. Dimensiones de Inteligencia Emocional

Autoconocimiento emocional

El conocerse a uno mismo, a los sentimientos y emociones que nos rodean en cada momento influye enormemente en la persona, por eso es importante reconocer

cada tipo de emoción que tenemos de acuerdo a un determinado hecho o acción puede afectar el comportamiento en ese mismo momento como en el futuro, así el saber cuáles son nuestros puntos débiles y las fortalezas de cada uno ayuda a manejar mejor los problemas o circunstancias adversas de la vida (Vallés y Vallés, 2000).

Autocontrol emocional

Esto nos ayuda a dominar y entender mejor los sentimientos y emociones de cada uno y también de las demás personas para reflexionar y analizar con mejor detalle las cosas que se suscitan en el día a día y no simplemente el hecho de actuar, por eso, el autocontrol ayuda a detectar las dinámicas sociales, para saber cuáles son beneficiosas o perjudiciales para la persona, de esta manera se puede ser consciente de que hay aspectos emocionales que se pueden aprovechar y asó se puede relacionar mejor con el entorno para restarle importancia a otras acciones que son más dañinas para la persona (Kamphaus. 2005).

Automotivación

El entender las emociones hacia un objetivo o metas trazadas permitirá a la persona tener motivación y poder determinar claramente la atención en esas metas, en lugar de siempre mantener la mirada hacia los obstáculos, por ello, es importante ese grado de optimismo e iniciativa, en donde se tiene que valorar en siempre ser proactivo y actuar con asertividad y de forma positiva, gracias a la automotivación las personas pueden ser ellos mismos para mantener y realizar las metas, analizando con detenimiento cuales son las más beneficiosas para cada uno, de igual manera, se puede

dejar de lado esos problemas que no los dejan avanzar y solo fomentan un miedo injustificado a lo que pueda suceder (Vallés y Vallés, 2000).

Reconocimiento de emociones en los demás

Primero tenemos que entender que las personas son por naturaleza sociables y por eso siempre habrás ciertos tipos de circunstancia, en donde dependerá de la persona en cómo lo interpretará y pensará que la forma que actúa es la correcta, de igual manera, las demás personas tienen algunas señales que expresan en todo momento de forma inconsciente que a menudo lo hacen de manera no verbal, por lo que la otra persona lo interpretara a su manera, es por esto que la detección de las emociones o sentimientos de otras personas se hacen a través de gestos, reacciones fisiológicas, tics, etc. Y esto nos puede ayudar a establecer vínculos más adecuados y duraderos con las personas. El reconocer las emociones y sentimientos también es el primer paso para entender o comprender a identificar a lo que los demás expresan, por lo tanto, las personas que entienden estos sentimientos o emociones y no lo ven como interpretación propia, tienen mayores habilidades y competencia para relacionarse con las demás personas (Kamphaus. 2005).

Relaciones interpersonales

Las buenas relaciones que se manejen con las demás personas es una fuente importante para la felicidad de cada ser humano y de igual manera para un buen desempeño en la sociedad ya sea en la parte educativa, laboral o en la familia, esto

sucede porque el saber tratar y comunicarse con los demás ayuda a ser más empáticos y cercanos (Vallés y Vallés, 2000).

2.2.1.4. Importancia de la Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional es imprescindible para el ser humano puesto que influye en los pensamientos y en la conducta de cada individuo, en donde explica porque las emociones pueden ayudar a una persona a alcanzar el éxito, cuando son adecuadas y por lo contrario si no sabemos aprovechar de los beneficios de las emociones, esto nos puede perjudicar (Dalgleish, 2004).

La inteligencia emocional puede repercutir en las relaciones interpersonales de cada persona, ya sea en la escuela, en el trabajo, en la familia o en la sociedad, puesto que dependiendo a como se relacionan pueden tener mayor motivación, manejo de estrés, mayor adaptabilidad, a tener objetivos y a poder cumplirlos de manera apropiada (Ugarriza, 2001).

2.2.2. **Habilidades Sociales**

2.2.2.1. Conceptos

Actualmente las habilidades sociales es de gran interés en la sociedad, por lo que ha ido evolucionando a través de los años hasta llegar a la actualidad para así tener una mejor comprensión y análisis de la misma, descrita por primera vez hacia el año 1947 por Salter en su libro “Seis técnicas para habilidades”, mencionando la importancia de las habilidades sociales en uno mismo y en la sociedad, después de ello hay más personajes que han ido definiendo las habilidades sociales, por lo que consideremos los más importante en donde tenemos:

Las habilidades sociales pueden ser complicadas de definir puesto que es dependiente de los contextos cambiantes, considerando dentro de esto que va a depender de la cultura de un determinado lugar, al igual que va a depender de los patrones de comunicación, edad, el sexo, la clase social, la educación entre las diferentes culturas que se encuentran en un determinado lugar, así mismo, cada persona va a reaccionar diferente a alguna circunstancia por sus valores, actitudes, creencias, capacidades cognitivas y su propio sistema de interacción, por ello es que dos personas pueden comportarse de un modo distinto en una situación similar, por consiguiente, las habilidades sociales deberían identificarse en tres tipos de consecuencia, primero que la eficacia para alcanzar los objetivos trazados, segundo en la eficacia para mantener o mejorar la relación con otras personas y tercero la eficacia en el respeto de uno mismo (Caballo, 2007)

Las habilidades sociales son conductas aprendidas del ser humano, las cuales se manifiestan en situaciones interpersonales, por lo tanto estás conductas se pueden obtener o reforzar de acuerdo a diferentes circunstancias que la persona tenga a lo largo de su vida, de igual manera de acuerdo a las experiencias obtenidas por cada individuo se pueden tener consecuencias positivas o consecuencias negativas, así mismo, hay diversidad de situaciones que se pueden manifestar diversas conductas de manera natural, sin embargo, las habilidades sociales se puede describir aquellas conductas con objetivos en donde la persona puede alcanzar una mejor satisfacción en la interacción con las demás personas, como el de tener citas, tener amigos con los que charlar, tener reuniones formales o informales, sin embargo, para llegar a estos contextos debería

pasar un proceso en su vida en donde va ser aceptado por las demás personas y por el mismo como adecuado para su contexto, de esta manera las habilidades sociales facilitan las relaciones con las demás personas, aumenta el atractivo social o el valor de reforzamiento de la persona que lo exhibe, ya que las demás personas responderán positivamente ante los que tengan buenas habilidades sociales (Kelly, 2002).

Las habilidades sociales permitirían a las personas desarrollarse adecuadamente, desempeñando de manera exitosa y saludable en diferentes ámbitos como los vínculos, relaciones afectivas, en la vida laboral y académica, en donde se manifiesta actitudes, deseos, opiniones y derechos de manera adecuada a una situación, por lo que se puede dar una explicación de la conducta humana, el lugar en donde se interacciona y las variables personales, entonces en las interacciones personales pueden permitir al individuo relacionarse adecuadamente, como inadecuadamente, dependiendo a la situación y al medio sociocultural (Moran y Orlando, 2014).

Las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos que permiten a la persona tener buenas relaciones con las demás, las cuales son comportamientos aprendidos que ayudan a la relación con su entorno, como defender los propios derechos, ayudando a evitar la ansiedad en situaciones complicadas o nuevas, también facilitan la comunicación y la resolución de problemas (Minsa, 2004).

Las habilidades sociales son un conjunto de hábitos en la forma en como actuamos, pensamientos y emociones, los cuales nos permiten tener una comunicación eficaz, nos ayuda a tener relaciones interpersonales satisfactorias, sentirnos bien, entender que es lo que necesitamos y queremos obtener, logrando así objetivos, por lo

tanto, ayuda a incrementar el propio bienestar individual y la calidad de vida (Roca, 2014).

Las habilidades sociales también se pueden llamar perfeccionamiento de competencia social, que son procesos que ocurren naturalmente, por medio de las interacciones sociales cotidianas a lo largo de la vida, en la niñez y la adolescencia, se da a través de la familia y de la escuela, en conjunto con la experiencia de convivencia con los compañeros, hay muchas condiciones para que se den o se obtengan las habilidades sociales que pueden ser positivas en las personas en cómo se relacionan con los demás ayudando así a sus factores emocionales y conductibles, sin embargo, cuando estas prácticas son desfavorables, se puede surgir problemas de habilidades sociales que impactan negativamente en las relaciones interpersonales y por lo tanto a la calidad de vida de las personas (Prette y Prette, 2011).

2.2.2.2. Componentes de las Habilidades Sociales

Modelo del aprendizaje social

Para este modelo las habilidades sociales tienen que ver con estrategias aprendidas, que tienen una función o una finalidad, que se van adquiriendo en las experiencias que se da en el día a día, por lo que las personas se comportan, piensan o actúan de acuerdo a lo que ellos han aprendido durante su desarrollo, entonces de acuerdo a esto la conducta se puede predecir, describir y/o explicar, así podemos comprender como es su forma de manejar las situaciones, por lo que es de gran importancia el factor ambiental en donde se cría una persona, ya que esto puede influir

significativamente en el pensamiento o comportamiento de un individuo (Kelly, 2002).

Aprendizaje por reforzamientos

Desde el nacimiento se dan reforzamientos, de acuerdo a la conducta que haga la persona, como llorar para recibir alimentos, afecto o atención, a lo largo de la vida esto se va desarrollando y por ende es más elaborado y variado, desviándose de las necesidades básicas o primarias, diversificándose y extendiéndose en un ámbito más social, por lo que la persona entenderá algunas situaciones como positivas, de acuerdo a los reforzadores que reciba, moldeando así las habilidades sociales que pueda obtener a lo largo de su vida (Kelly, 2002).

Aprendizaje en la experiencia observacional

Este tipo de aprendizaje se plantea para dar respuesta a aquellos pensamientos, conductas, actitudes de un sujeto, en donde tiene que ver en como la persona representa la información recibida y como los manifiesta, dándole importancia más hacia algunos estímulos o alguna información que recibe, se da directamente a través de un modelo, en donde es observable, que también puede ser imitado, por ejemplo en un estudio con niños, en donde observaron el comportamiento de adultos hacia un muñeco de manera agresiva y otros niños observando a personas que no eran agresivas con el muñeco, después de observar esto, los dos grupos de niños empezaron actuar de la manera que habían observado o percibido el ambiente de los adultos para que sea posible la imitación, es necesario que el individuo posea una serie de capacidades como atención,

procesos motores, sensoriales y capacidad retentiva, edad del aprendiz, estado emocional, e historia aprendizaje. Este aprendizaje vicario o sustitutivo ocurre a través de cuatro etapas, la primera es prestar atención a las conductas relevantes del modelo y consecuencia y observar al modelo, el segundo es la retención, incluyen la codificación simbólica, la organización cognitiva, el entrenamiento simbólico y el motor. El sujeto codifique bajo formas de memoria la conducta modelada; es decir, son los actos que el observador ejecuta para ayudarse a recordar la conducta del modelo, una forma importante es representar tal conducta a menudo con palabras, la tercera es reproducción motora de la conducta, la cuarta son los procesos motivacionales, los cuales incluyen refuerzo externo, refuerzo vicario y autor refuerzo, éstas formas de motivación interactúan a nivel interno y ayudan a producir aprendizaje mediante el modelaje social o la observación (Bandura,1966, citado en Schultz, 2009).

También puede tener algunos factores importantes para que se dé la imitación o el aprendizaje por observación, las cuales son la edad del modelo, se da con mayor grado en la infancia y en la adolescencia, ya que tienden a imitar con mayor facilidad la conducta de un modelo con una edad similar o cuando ven superior a ellos, por otra parte cuando se trata de una persona menor a ellos, tienen poca o una mínima de probabilidad de ser imitadas, como segundo factor está el sexo del modelo, ya que las personas con el mismo sexo, la imitación puede ser mayor que con el sexo opuesto, como tercer factor está la amabilidad del modelo, puesto que los modelos que se manifiestan cálidos y afectuosos son de mayor influencia, que los que son fríos y distantes, como cuarto factor tenemos la similitud percibida con el observador, siendo

así que la persona que percibe o se le informa que entre el modelo y él hay cierto parecido, se tendrá un grado elevado de aprendizaje por imitación, al que por ejemplo en situaciones donde el modelo es percibido como muy diferente, como quinto factor tenemos las consecuencias observadas de la conducta social del modelo, que consiste en que el observador ve que el resultado que obtiene el modelo es positivo, habrá un cambio significativo para que puede ser imitado, como sexto factor tenemos la historia de aprendizaje particular del observador respecto de situaciones parecidos a las que observa el modelo (Kelly, 2002).

2.2.2.3. Dimensiones de las Habilidades Sociales

Existen seis dimensiones, las cuales son la habilidad conversacional, habilidades heterosociales de concertación de citas, aceptación asertiva, oposición asertiva, habilidad para entrevista de trabajo y habilidades de juego cooperativo en niños, los cuales tienen que ver con el contacto visual, relacionados con el tiempo que puede mantener la mirada con el interlocutor, el afecto adecuado, que es el tono emocional y responsividad dirigidas hacia una adecuada interacción y de contenido verbal, preguntas conversacionales, las cuales son preguntas dirigidas al interlocutor con el objetivo de recibir información (Kelly, 2002).

De acuerdo a la revisión bibliográfica, las dimensiones más óptimas y de acuerdo al cuestionario realizado, son las siguientes:

Autoexpresión de situaciones sociales

La autoexpresión de situaciones sociales se refiere a la capacidad de poder expresarse uno mismo de forma espontánea, sin miedo a los sucesos futuros en los distintos tipos de situaciones sociales, tiendas, grupos o reuniones, las personas que tienen una adecuada autoexpresión tienen facilidad para las interacciones en diferentes contextos sociales para dar su propia opinión o expresar sus sentimientos y no tener miedo a realizar preguntas (Ruiz, 2006).

De igual manera la expresión ante las diversas situaciones se da por la experiencia que a tenido el individuo a lo largo de su vida, por ello es importante que desde la niñez vayan comprendiendo las emociones y poder expresarlas de la mejor manera para el bienestar personal, para las relaciones íntimas y tener mejor éxito en los objetivos propuestos por cada ser humano (Caballo, 2007).

Defensa de los propios derechos como consumidor

La defensa de los propios derechos como consumidor manifiesta expresiones de conductas asertivas o no asertivas dirigida a personas desconocidas para valer las normas sociales que se dan en el día a día en situaciones de consumo como el que no puedan colarse en una fila, en una tienda, en el banco, en el supermercado, pedir descuentos, devolver objetos defectuosos, etc. Todo esto puede ayudar a regular el comportamiento de cada individuo para tener una vida civilizada con los valores intrínsecos en donde se tiene que respetar a cada ser humano sin distinguir condiciones de raza, género, religión, pensamientos ideológicos, condición social, etc. (Ruiz, 2006).

Expresión de enfado o disconformidad

La expresión de enfado o disconformidad hace referencia a la capacidad de emitir asertivamente sentimientos de enfado o sentimientos negativos que son justificados y desacuerdos con otros individuos, por lo contrario, también las personas que tienen dificultad al expresar estos sentimientos prefieren estar en silencio para evitar posibles conflictos. La expresión del enfado es una manera habitual de reaccionar a una variedad de situaciones o circunstancias, que pueden ser cotidianas que pueden ayudar para poder resolver problemas o conflictos, reclamar cosas justas o también para marcar limites, por el contrario, se puede convertir en un problema que puede derivar consecuencias para la salud y el bienestar personal, por ello, la importancia de saber cómo expresamos estos sentimientos o emociones (Ruiz, 2006).

Decir no y cortar interacciones

Es una habilidad para terminar interacciones las cuales no se quieren mantener ya sea con personas desconocidas como vendedores, como también con personas que conocemos como amigos o compañeros y personas cercanas como es la familia, las cuales desean seguir charlando, sin embargo, no hay deseo de hacerlo o no hay tiempo para una conversación, también se refiere a negar el prestar algo cuando no se desea o no es de agrado hacerlo, por lo que, el individuo puede decir no a otras personas a corto o largo plazo que no se desea mantener por más tiempo de forma asertiva (Caballo, 2007).

Hacer peticiones

Hacer peticiones puede no ser fácil, ya que el ser humano por naturaleza tiene miedo a ser rechazado, a incomodar o a ser ignorados, esto puede ser por falta de asertividad o por experiencias vividas desagradable cuando se a pedido un favor o una petición o también se puede ser agresivo, exigente o manipulador al realizar esa acción, pero hacer peticiones refleja la postulación de una necesidad o algo que se desea dirigida a otras personas, que puede ser amigos, compañeros, familia o también puede ser en situaciones de consumo como en un centro comercial o restaurante cuando no recibimos algo que pedimos o hay necesidad de cambiarlo, esto significa que la persona es capaz de realizar peticiones sin dificultad, por lo cual, ayuda a un mejor bienestar personal, una mejor sociabilidad, se puede conseguir lo que se necesita sin necesidad de ser grosero, las demás personas sabrán nuestras necesidades, por el contrario, una persona que no sabe o le dificulta hacer peticiones puede tener sentimientos de que las otras personas pueden ser más importante que uno mismo, pensamientos negativos en los que cree que puede herir, ofender o perjudicar a los demás, esto puede generar malestar, estrés y derivar en otros problemas de salud o psicológicos (Riso, 2015)

Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto

Es una habilidad para iniciar una conversación, pedir una cita, etc. Que se hace de manera espontánea como hacer un halago, hablar con alguien que puede resultar atractivo, haciendo intercambios positivos entre dos individuos, las personas con una adecuada interacción se les facilita este tipo de conductas como expresarse espontáneamente lo les gusta de uno mismo como de otras personas, por otro lado, una

persona con dificultad en las interacciones tendrá ansiedad o temor a realizarlas (Ruiz, 2006).

Comunicación

La palabra comunicación proviene del latino “communicare”, que significa compartir algo, por ello es importante el intercambio de mensajes en las personas, en donde una persona emite un mensaje y la otra lo recibe, influenciando de alguna manera por el mensaje, si esa transmisión de mensaje no llega a la otra persona o no influye o es de manera unidireccional y sin generar cambios, no se puede hablar de comunicación, puesto que no se pone en nada en común, no se comparte, entonces la comunicación es el acto de comunicar en donde se intercambia información, ideas, emociones o también llamados entre comunicación verbal y no verbal como la mirada, que consiste en el contacto ocular, permitiendo observar conductas de otras personas y socializarse; dilatación y contracción de pupilas, ya que depende de los estímulos que se percibe, ya que habrá mayor dilatación ante cosas que nos interesan, nos agradan o nos atraen, pudiendo percibir a las personas con las pupilas dilatas como más atractivas; la expresión facial que tiene que ver con el sistema básico de señales entre dos o más personas, por medio de palabras, figuras, símbolos, gestos, sucediendo así los intercambios sociales, permitiendo que se resuelva necesidades en el entorno (Sánchez, 2016).

La comunicación es un arte que se aprende, donde se expresa pensamientos, sentimientos y deseos, esto es fundamental para enriquecer y mejorar la relación con las demás personas, hay dos tipos de comunicación la verbal, que consiste en los

mensajes a través de las palabras y la no verbal que consiste en mensajes a través del cuerpo, como los movimientos del cuerpo, la mirada, por ello es importante que exista coherencia entre los mensajes no verbales y verbales. (MINSA, 2004).

Autoestima

El autoestima es la valoración que se tiene de uno mismo, de cómo se observa, de cómo se ve a sí mismo, lo que piensa acerca de él o ella, cómo reacciona consigo mismo,, esto puede ser de una manera positiva o negativa, en la cual influirá en como pensamos y nos comportamos, la autoestima se va construyendo durante las etapas de la vida, es constante siendo importante que se experimente un sano sentimiento de agrado hacia uno mismo, de igual manera que se pueda conocer las virtudes, valores, defectos, posibilidades de uno mismo (MINSA, 2004).

Control de Ira

La ira es una emoción que es determinada por un aumento del ritmo cardiaco, de la presión arterial, como de los niveles de noradrenalina y adrenalina en el cuerpo, donde puede ser muy común que el individuo sienta comezón, enrojecimiento, sudor, tensión de músculos, respiración más rápida y aumento de energía corporal, es una emoción relacionada netamente con el impulso agresivo, ya que es la manifestación de la respuesta que emite el cerebro para atacar o huir de un acto peligroso, esto puede ser por consecuencias de inseguridad, envidia, miedo u otras cosas parecidas, pero en las habilidades sociales se manifiestan por la incapacidad de afrontar una situación concreta, por lo que la persona se sentirá frustrada o molesta, por ello es importante

que en las habilidades sociales, sepamos manejar las circunstancia estresantes, tomando consciencia de las cusas que puedan ocasionar la ira, para después poder controlarla aprendiendo a que racionalizar algunas emociones o impulsos irracionales que se vaya produciendo, en donde no se irá acumulando la ira, si no, se gestionará de manera correcta reflexionando sobre las causas y consecuencia que se puede tener al actuar violentamente y así evitar mayores conflictos con las personas o con uno mismo (Payne, 2005).

Toma de decisiones

La toma de decisiones es un grupo de procesos que una persona toma determinada selección a diferentes opciones posibles de las que se presentan, esto puede suceder gracias a la experiencia que el individuo ha tenido a lo largo de su vida, donde ha ido desarrollando a lo largo de su vida las cuales también son llamadas funciones ejecutivas, las cuales son un conjunto de capacidades y habilidades cognitivas, por lo que somos capaces de resolver situaciones a las que son parecidas en contexto, como también a situaciones que no se está habituado o pueden ser novedosas, asi esto permite adaptar al medio o a la circunstancia de acuerdo a la información que se va recogiendo y poder resolver el problema o circunstancia (Castillero, 2019).

Role playing

Se da una simulación sobre una determinada escena en donde la persona tiene que interactuar, en donde se tiene que narrar la situación, donde se da instrucciones específicas de una situación real, en donde se verá cómo actúa, como se relaciona, que

clase de comunicación tiene, si es fácil o difícil en interactuar con las demás personas, donde se tienen que individualizar, ya que la persona es única y con diferentes ideas o problemas. Para la validez se ha estandarizado en varias situaciones y con la mayor verosimilitud, también tiene que ver con la reacción del cliente ante el role-play (Castillero, 2019).

2.2.2.4. Importancia de las Habilidades Sociales

Las habilidades sociales van a determinar la forma en como una persona se relaciona con los demás empezando desde su hogar con sus padres, hermanos y otros familiares, los pares y otras personas cercanas a él como instructores, en general con todas las personas con las que se relaciones, todo esto es un proceso de crecimiento y desarrollo que le permitirán conseguir objetivos a nivel personal, posibilitando que se desarrolle mejor en otras áreas como la cognitiva o intelectuales. Por otra parte, al no tener una adecuada habilidad social puede tener perdida de motivación, ansiedad por experiencias adversas, depresión al no saber de qué manera actuar a las diversas circunstancias. Las habilidades sociales son importantes ya que ayuda a que las personas puedan interactuar en las diferentes entornos que se va desarrollado o interactuando, ayudando a que cada una de las personas pueda motivarse, esforzándose en tener y conseguir objetivos, siendo más fácil resolver problemas o situaciones estresantes; siendo más fácil expresar lo que se siente, por lo que mejora la relación con las demás personas, como con los padres, hermanos, pareja, compañeros de estudio, compañeros de trabajo, etc. (Rodríguez, 2016).

2.3. Definición de términos básicos

2.3.1. Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional ayuda a poder entender en como nosotros percibimos el mundo a través de las emociones, como las interpretamos y como las manifestamos, en donde esto nos puede ayudar a adaptarnos a las diferentes circunstancias que tenemos en la vida o por lo contrario a no adaptarnos si es que no sabemos cómo manifestar esas emociones. (Goleman, 1995)

2.3.2. Habilidades Sociales

La definición de habilidades sociales es compleja, ya que depende del contexto, social, cultural, el sexo, la edad, patrones de comunicación, la clase social y la educación, por lo que una conducta determinada puede ser vista como algo adecuado en un lugar y negativo en otro sitio, por lo que lo más adecuado a la definición seria la eficacia que se da en las funciones realzadas en determinadas situaciones o actuar de manera diferente en dos o más situaciones, siendo de agrado para las demás personas (Caballo, 2007)

2.4. Hipótesis de investigación

2.4.1. Hipótesis General

La inteligencia emocional se relaciona directa y significativamente con las habilidades sociales en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, 2020.

2.4.2. Hipótesis especificas

El nivel de Inteligencia Emocional en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es alto.

El nivel de Inteligencia Emocional en la dimensión de inteligencia interpersonal en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es alto.

El nivel de Inteligencia Emocional en la dimensión de inteligencia intrapersonal en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es alto.

El nivel de Inteligencia Emocional en la dimensión de adaptabilidad en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es alto.

El nivel de Inteligencia Emocional en la dimensión del manejo de estrés en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es alto.

El nivel de Inteligencia Emocional en la dimensión de estado de ánimo general en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es alto.

El nivel de Inteligencia Emocional en la dimensión de estado de impresión positiva en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es alto.

El nivel de habilidades sociales en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es alto.

El nivel de habilidades sociales en la dimensión de autoexpresión de situaciones sociales en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es medio.

El nivel de habilidades sociales en la dimensión de defensa de los propios derechos como consumidor en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es medio.

El nivel de habilidades sociales en la dimensión de expresión de enfado o disconformidad en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es medio.

El nivel de habilidades sociales en la dimensión de decir no y cortar interacciones en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es medio.

El nivel de habilidades sociales en la dimensión de hacer peticiones en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es medio.

El nivel de habilidades sociales en la dimensión de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en el que se encuentran las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita es medio.

2.5. Definición operacional de variables

- Variable 01: Inteligencia Emocional
- Variable 02: Habilidades Sociales

Tabla 1

Operación de variables

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Instrumento
Inteligencia Emocional	La inteligencia emociona es un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio. Siendo un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional (Baron,1997)	Intrapersonal	-Comprende sus emociones con facilidad. -Expresa sus sentimientos y emociones sin dañar sentimientos de los demás. -Reconoce sus aspectos positivos y negativos.	2,5,10,14, 20,30,35, 39,42	1-4	EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory. (Adaptacion Peruana por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares-2003).
		Interpersonal	-Mantiene relaciones Interpersonales satisfactorias. -Demuestra una escucha activa a los demás -Comprende con facilidad los sentimientos de los demás.	3,7,17,28, 37,47	1-4	
		Adaptabilidad	-Demuestra flexibilidad en el manejo de sus actitudes. -Se adapta con facilidad a los cambios ambientales. -Aplica estrategias en la solución de problemas cotidianos.	12,16,22, 24,28,32, 38	1-4	
		Manejo del estrés	-Demuestra calma y tranquilidad ante situaciones adversas. -Demuestra control de sus impulsos. -Responden adecuadamente en eventos estresantes.	6, 11, 15, 21,29, 33, 40,43, 48	1-4	
		Estado de ánimo general	-Se sienten satisfecho con su vida. -Mantiene una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativo s. -Son visionarias y optimistas.	1, 4, 9, 13,19, 23, 26,31, 34, 41,44, 45	1-4	
		Impresión positiva	-Expresa una impresión positiva de sí misma(o).	8,18,25,2 7,236,46	1-4	

Variable 2	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Instrumento
Habilidades Sociales	La definición de habilidades sociales es compleja, ya que depende del contexto, social, cultural, el sexo, la edad, patrones de comunicación, la clase social y la educación, por lo que una conducta determinada puede ser vista como algo adecuado en un lugar y negativo en otro sitio, por lo que lo más adecuado a la definición seria la eficacia que se da en las funciones realzadas en	Autoexpresión de situaciones sociales	capacidad de expresarse uno mismo de forma espontánea	1,2,10,11, 19,20,28, 29	1-4	Escala de Habilidades sociales adaptado por (Gismero, 2006)
		Defensa de los propios derechos como consumidor	expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo	3,4,12,21, 30	1-4	
		Expresión de enfado o disconformidad	capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos justificados y / desacuerdos con otras personas	5,14,15,23,24,33	1-4	
		Decir no y cortar interacciones	habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener	6,7,16,25, 26,	1-4	
		Hacer peticiones	expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos	17,18,27	1-4	

	determinadas situaciones o actuar de manera diferente en dos o más situaciones, siendo de agrado para las demás personas (Caballo, 1997)	Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto	13,22,31, 32	1-4

CAPÍTULO III
MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

3. Método de investigación

3.1. Tipo de investigación

La presente investigación será de tipo correlacional, porque busca describir de manera específica las características del grupo estudiado y el objetivo es medir el grado de relación existente entre dos o más variables. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

3.2. Diseño de investigación

La investigación es de diseño no experimental y de corte transversal. El diseño experimental de acuerdo con Hernández (2014) "Son estudios en los que no hacemos variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables"; entonces, un diseño no experimental es la metodología en la cual el investigador no manipula la reacción de las variables a estudiar, por lo que se analizan dichas reacciones que ejercen las variables a la muestra que se desea investigar

Además, de corte transversal; hace referencia a que la finalidad de la investigación será describir las variables, para luego analizar su relación en un momento dado (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

3.3. Población, muestra y unidad de análisis

3.3.1. Población y muestra

Población

Se entiende por población a una totalidad de personas o elementos que ostentan características similares en un tiempo o espacio determinado, que a su vez son

utilizadas para realizar deducciones, cálculos o suposiciones (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

El presente trabajo de investigación tiene una población que pertenece a una institución educativa estatal, en donde una de las características importantes es la representación católica. Mencionando esto, la población está formada por 1344 estudiantes en el nivel secundario, de sexo femenino, con una edad que oscila entre 12 y 17 años, de diferente nivel socioeconómico.

Muestra

De acuerdo a Sampieri, Collado y Baptista (2006), menciona que la muestra es la existencia de un subgrupo determinado perteneciente a la población que resulta de interés para la recolección de datos específicos, y de igual manera presenta la característica de ser representativa.

La muestra del estudio será finita, en donde se considerará a las estudiantes del quinto grado de secundaria debido que a lo largo de su vida escolar han ido experimentando y manifestando conductas asertivas o no asertivas, esto permite a tener un mejor sustento o explicación sobre cómo se ha ido manifestando las habilidades sociales y la inteligencia emocional a lo largo de su etapa escolar, de ese modo se podrá ayudar a grados inferiores a conocer las deficiencias y las aptitudes de las variables en estudio.

La muestra está constituida por 254 estudiantes, que de acuerdo a la fórmula para determinar con exactitud las participantes, la muestra objetiva estará conformada

por 132 estudiantes que se encuentran cursando el 5° grado de secundaria por las secciones del “A” al “I” en la Institución Educativa Santa Teresita de Cajamarca, matriculadas en el año 2020, información dada por parte de la directiva y profesores de la Institución Educativa, oscilando entre los 16 y 17 años de edad, de sexo femenino, de nivel socioeconómico medio. A partir de ello, se desarrollará una muestra probabilístico aleatorio simple ya que según Cuesta (2009) define a la muestra probabilística como aquellos que se basan en el principio de equiprobabilidad. Es decir, que todos los participantes del quinto grado del nivel secundario tienen la misma probabilidad de ser elegidos para formar parte de una muestra, y por consiguiente las posibles muestras de tamaño tienen la probabilidad de ser seleccionadas, y sobre todo sirve para investigaciones correlaciónales. Este tipo de muestreo es de gran importancia para nuestro estudio, es un método que toma de forma equitativa la selección, la población es representativa dentro de nuestro contexto local y ayudará a explicar los resultados obtenidos ya que es una elección aleatoria e imparcial. A si mismo se puede dar a conocer que mediante la muestra aleatoria simple según López (2010) afirma que es la selección de la muestra y se realiza en una sola etapa, directamente y sin reemplazamientos. Es decir, se aplica en investigaciones sobre poblaciones pequeñas y completamente identificables.

Realizaremos un nivel de confianza de 95%, puesto que nos ayudará a calcular dos valores en este caso Inteligencia Emocional y Habilidades sociales alrededor de una medida muestral y dar una estimación puntual del parámetro poblacional, Marco (2020) menciona que esto nos permite acotar en qué nivel está la media de la población

escogida. En este caso son las alumnas del quinto grado de secundaria de la I.E. Santa Teresita.

El error muestral o margen de error será de un 5%, en donde Marco (2020) menciona que este porcentaje es la cantidad de error de muestreo aleatorio más pertinente para la elaboración de estudios científicos, decidiendo así realizar este porcentaje para tener una mayor exactitud de nuestros resultados. Puesto que tenemos una población significativa dentro de nuestra población de estudio, ya que Santa Teresita es una Institución Educativa Emblemática dentro de la ciudad de Cajamarca, fundada en el 1935, por lo que tiene una gran trascendencia e importancia dentro de nuestra ciudad.

Teniendo en cuenta que la población es finita, López y Facheli (2015) afirma que se puede conocer con exactitud el número de población objetivo, se aplicará la siguiente fórmula para determinar el tamaño de muestra. Por lo tanto, nuestra formula seguirá la siguiente:

$$n = \frac{\mathrm{N}}{1 + \frac{e^2(N-1)}{z^2pq}}$$

Donde:

n = tamaño de muestra

N = tamaño de la población (254)

e = margen de error o precisión (5%) (0.05)

z = nivel de confianza (95%) (1.65)

p = Probabilidad de éxito o proporción esperada (0.5)

q = Probabilidad de fracaso (0.5)

$$n = \frac{254}{1 + \frac{0.05^2(254-1)}{(1.65)^2(0.5)(0.5)}}$$

Por lo tanto, nuestro tamaño de muestra es:

$n = 132$

Entonces el tamaño de la muestra estará constituido por 132 estudiantes.

3.3.2. **Criterios de inclusión y exclusión**

3.3.2.1. Criterios de inclusión

Alumnas que están matriculadas en el periodo 2020.

Alumnas, con edades entre 16 y 17 años de edad, matriculados en el 5to año de secundaria de la Institución Educativa Santa Teresita.

Alumnas con acceso a la plataforma virtual de la Institución Educativa Santa Teresita.

3.3.2.2. Criterios de exclusión

Alumnas sin acceso a la plataforma virtual de la Institución Educativa Santa Teresita.

Alumnas cuyas edades son mayores o menores a las indicadas para la evaluación.

Alumnas que no estén matriculadas en el periodo 2020.

3.3.3. Unidad de análisis

Alumnas entre 16 y 17 años de edad de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Santa Teresita – Cajamarca.

3.4. Instrumento de recolección de datos

Medición: Se utilizarán un inventario y una escala, el inventario emocional Baron y la escala de habilidades sociales.

A. Inventario de Inteligencia Emocional

Nombre **:** Inventario de Bar-On-ICE

Nombre original **: EQI**-YV BarON Emotional Quotient Inventory

Año de creación **:** 2005

Autores **:** Reuven Bar-On

Procedencia **:** Toronto Canadá

Adaptación peruana **:** Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares

Adaptación local **:** Sara, Moscoso Luyo, y Vargas Velásquez, Claudia

Tipo de prueba **:** Evaluación típica

Aplicación **:** Niños y adolescentes entre 7 y 18 años

Número de ítems **:** Forma completa 60 ítems y forma abreviada 30 ítems/ forma adaptada 48 ítems

Duración **:** Forma completa aproximadamente 20 a 25 minutos, forma abreviada aproximadamente de 10 a 15 minutos

Propósito **:** Evaluar la inteligencia emocional

Soporte de aplicación: Documento en formato virtual (computadora) y en formato físico (lápiz)

Confiabilidad total **:** 9.54

Confiabilidad local **:** 1.00

Validez **:** 0.92

Baremación **:** Baremos Peruanos/ Baremos cajamarquinos

Inventario de Baron Ice: Es un inventario cocientes emocionales de BarOn que evalúa los funcionamientos sociales de jóvenes de entre 7 y 18 años, que proporciona una estimación de sus aspectos emocionales y sociales subyacentes. Brindando información sobre el funcionamiento emocional y social del encuestado en términos de puntajes obtenidos. El puntaje total y los puntajes de escala se presentan como puntajes estándar. El puntaje estándar en el rango de 90 a 110 indica un funcionamiento emocional y social efectivo. Una puntuación mayor de 110 sugiere la presencia de habilidades emocionales y sociales mejoradas, mientras que una puntuación de menos 90 sugiere que se debe hacer hincapié en las habilidades enriquecedoras en esa área.

El inventario del cociente emocional se publicó en 1997 y se revisó en el suplemento de buros del decimotercer anuario de mediciones mentales. Incluye 133 ítems y utiliza una escala de respuesta Likert que varía desde muy raramente o no es cierto para mí hasta muy a menudo cierto para mí o cierto para mí, produce una puntuación total y cinco puntuaciones de escala compuesta. La versión se basa en una

muestra grande y representativa de la población de Estados Unidos que incluye 3.831 participantes. No se observaron diferencias significativas entre hombres y mujeres o por grupo étnico. La versión para niños y jóvenes, lo hace partiendo de la versión original diseñada para adultos. Tomó 133 ítems de la versión final de adultos que, una vez revisados en cuanto a su contenido y forma, y tras introducir modificaciones y eliminar aquellos ítems que no se consideraron adecuados a la edad, quedaron 96 ítems. En una fase inicial, estos 96 ítems fueron administrados a una muestra de 371 jóvenes de entre 7 y 18 años. Los análisis factoriales indicaron la existencia de 4 factores que coincidían con la estructura propuesta en la versión adulta (intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés). Con esta misma muestra, se llevaron a cabo análisis factoriales independientes tomando los ítems de las escalas felicidad y optimismo, que se agruparon formando el factor estado de ánimo de 12 ítems; los análisis con los ítems de la escala de impresión positiva se agruparon en un factor de 6 ítems. De estos primeros análisis factoriales quedaron en total 48 ítems. A estos 48 ítems se le añadieron otros 33 ítems (de nueva redacción), quedando un total de 81 ítems. Para probar la validez del nuevo cuestionario de 81 ítems, éste se administró a 800 jóvenes de entre 7 y 18 años (M = 13.3 años), resultando una estructura de 4 factores (compuestos por 40 ítems), más dos factores independientes: estado de ánimo (14 ítems) e impresión positiva (6 ítems), dando un total de 60 ítems. Esta versión final del EQ-i:YV fue finalmente corroborada usando un procedimiento de análisis factorial confirmatorio en una muestra de 280 jóvenes, evidenciándose otra vez la misma estructura de 4 factores más dos factores independientes (Bar-On & Parker, 2000).

Se ha podido identificar cuatro estudios que hacen referencia a la estructura factorial del cuestionario. En primer lugar, Parker et al. (2005), realizaron la investigación con dos grupos de participantes. El primer grupo formado por 384 niños y adolescentes aborígenes de Cánada con edad media de edad de 12.5. El segundo grupo control, estuvo integrado por 384 niños no aborígenes de Ontario emparejada con la anterior, replicaron la estructura de cuatro factores del EQ-i:YV propuesta por Bar-On y Parker (2000) mediante un análisis factorial confirmatorio que tuvo en cuenta sólo los ítems de las escalas intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés.

En segundo lugar, Ugarriza y Pajares (2005), con una muestra de Perú de 3374 (de 7 a 18 años), examinaron, mediante un análisis de componentes principales con rotación varimax, la estructura factorial de los 40 ítems de las escalas intrapersonal, interpersonal manejo del estrés y adaptabilidad, hallando cuatro factores que coincidían en líneas generales con los hallados con población norteamericana por Bar-On & Parker (2000).

Finalmente, el trabajo analizado corresponde a Hassam y Sader (2005). Los autores realizaron el estudio con 390 alumnos con edades entre los 10 y 18 años, y utilizando una adaptación al árabe de la versión del EQ-i:YV, se llevaron a cabo dos análisis factoriales exploratorios con rotación varimax. Por un lado se realizó un análisis de componentes principales sobre las cuatro escalas principales del EQ-i:YV, el cual resultó en la agrupación de dos factores: uno donde cargaban las escalas de interpersonal y adaptabilidad, y otro donde cargaban manejo del estrés e interpersonal. Por otro lado, los mismos autores realizaron un análisis de componentes principales

sobre el total de los 40 ítems de dichas escalas, que reveló una estructura de 11 factores que en general se corresponderían con las dimensiones de cada subescala (control de impulsos, asertividad, empatía, resolución de problemas, persistencia, amistad, responsabilidad social, validación de la realidad, autoconciencia emocional, más dos factores que no tuvieron cargas elevadas en ninguna dimensión).

También se estudiaron muestras grandes en los Países Bajos (n = 1,639), Israel (n = 2,702) y el Norte América (n = 3,831). Los resultados de estos estudios confirman el estudio sudafricano, indicando que impacta fuertemente la autorrealización con regresión múltiple correlaciones que alcanzan .78, .75 y .80 para las muestras holandesas, israelíes y estadounidenses respectivamente.

En España el Cuestionario de Cociente Emocional para la Versión Juvenil (EQ-i: YV) fue probado y validado con una muestra de 1655 estudiantes españoles. Un análisis psicométrico detallado proporcionó evidencia en apoyo de la confiabilidad del EQ-i: YV y la solidez de su estructura de cinco factores propuesta. Utilizando diferentes sub-muestras de participantes, se examinaron las asociaciones entre el EQ-i: YV y una serie de constructos relevantes (inteligencia general, rasgos de personalidad, auto concepto y rendimiento académico). En general, el EQ-i: YV mostró relaciones esperadas con todas las demás construcciones. Finalmente, el puntaje estándar proporcionado puede ayudar a interpretar las habilidades emocionales, competencias y facilitadores de los niños y adolescentes españoles. Palabras clave: Inteligencia emocional, EQ-i: YV, puntajes estándar, propiedades psicométricas, validez y confiabilidad. Resumen El objetivo es validar el cuestionario de inteligencia emocional (EQ-i: YV, Inventario del cociente emocional: versión joven). En el estudio

han experimentado 1655 estudiantes. Los análisis psicométricos aportan evidencias sobre la fiabilidad y la validez de la estructura de cinco factores del cuestionario (Ferrándiz, Hernández, Bermejo, Ferrando y Sáinz 2012).

En Perú se ha realizado una adaptación por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares en el 2003, la administración es individual o colectiva, su duración es sin límite de tiempo, se realizó la confiabilidad del Test - retest cabe mencionar que el retest efectuado en una muestra de 60 niños cuya edad promedio fue 13.5 años reveló la estabilidad del inventario oscilando los coeficientes entre .77 y .88 tanto para la forma completa como para la abreviada. En cambio, en las muestras normativas peruanas además de los efectos del sexo y grupos de edad, se ha procedido también a examinar los efectos de la gestión y grupos de edad. La consistencia interna fue medida a través de método de coeficientes de alfa de Crombach obteniendo coeficientes entre 0.00 confiabilidad muy baja y 1.00 confiabilidad perfecta. Los coeficientes de confiabilidad son bastantes satisfactorios a través de los diferentes grupos normativos a pesar que algunas escalas contienen poco número de ítems. La magnitud de las correlaciones inter ítems mejoran con el incremento de la edad y la validez está destinada a demostrar cuan exitoso y eficiente es el instrumento en la medición del constructo ya que existe un número significativo de estudios que, utilizando diversas metodologías, presentan la evidencia con que el instrumento mide de manera adecuada el constructo para el que fue diseñado medir.

La validación en el Perú se ha centrado en dos aspectos: a) la validez del constructo del inventario y b) la multidimensionalidad de las diversas escalas. Otras evidencias de

validez se focalizan en las relaciones entre el BarOn ICE: NA Versiones completa y abreviada con el I-CE de BarOn para adultos y la relación de BarOn ICE: NA según el sexo en una muestra de estudiantes universitarios y por otro lado la escala de depresión de Reynolds para niños y adolescentes con el BarOn ICE: NA, versiones completa y abreviada en un centro educativo estatal de Viña Alta.

En cuanto a Cajamarca Moscoso y Rojas (2010) han estandarizado el inventario con una confiabilidad de 1.00, con un error de 5%, lo que indica que la prueba es válido y confiable al momento de ser utilizado en la región.

B. Escala de habilidades sociales

Nombre **:** EHS Escala de Habilidades Sociales.

Autora **:** Elena Gimero Gonzales – Universidad Pontifica Comillas (Madrid)

Adaptación **:** Ps. Cesar Ruiz Alva - Universidad Cesar Vallejo De Trujillo - 2006

Administración **:** Individual o colectiva

N° de ítems **:** 33 ítems

Duración **:** Variable aproximadamente 10 a 16 minutos

Aplicación **:** Adolescencia y Adultos

Significación **:** Evaluación de la aserción y las habilidades sociales.

Confiabilidad **:** 0.88

Validez **:** 0.70

Tipificación **:** Baremos Peruanos de población general

Escala de habilidades sociales: la primera escala sobre habilidades sociales, desarrollado por Gismero (1996) mencionando que trabajaba en años anteriores al 2000, específicamente durante 1995 y 1996 con adolescentes con anorexia y bulimia, publicando un libro en ese mismo año sobre ese tema en específico, en donde encontró un problema en estás personas, que no tenían buenas habilidades sociales, por lo que, le pareció importante desarrollar una escala que pueda medir esta variable.

Este cuestionario está compuesto por 33 ítems, sin tener modificaciones en los ítems, este cuestionario explora la conducta habitual de los diversos individuos en situaciones concretas, de igual manera valora hasta donde las habilidades sociales interfieren en las actitudes. Este tipo de escala se puede realizar para observar el índice global del nivel de habilidades sociales o aserción de los sujetos analizados y también de examinar de forma individualizada, que áreas pueden ser más altas o más bajas a la hora del comportamiento asertivo. Por eso se esta escala tiene seis sub escalas las cuales son: Autoexpresión en situaciones sociales, Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad, Decir "no" y cortar interacciones, Hacer peticiones e Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. (Gismero, 2000).

En diversas tesis revisadas dentro de américa latina, encontramos que utilizan la misma escala para realizar las investigaciones, pero sin adaptaciones a su propio país, a diferencia de la nuestra que ha sido adaptada en la ciudad de Trujillo en el 2006,

por Cesar Ruiz Alva, siendo este personaje reconocido a nivel nacional por sus adaptaciones psicométricas. La escala de habilidades sociales adapta a nuestro contexto, está compuesto por 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales y 5 de ellos en el sentido positivo. Consta de 4 alternativas de respuesta, desde No me identifico en absoluto y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos. A mayor puntaje global el sujeto expresa más habilidades sociales y capacidades de aserción en distintos contextos. El análisis factorial final ha revelado 6 factores: auto expresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Sus ámbitos de aplicación preferentes son el clínico, educativo y el de investigación con adolescentes y adultos. El tiempo que se requiere para su contestación es de aproximadamente de 15 minutos. Su confiabilidad muestra una consistencia interna alta, como se expresa en su coeficiente de confiabilidad $\alpha = 0{,}88$, el cual se considera elevado, pues supone que el 88% de la varianza de los totales se debe a lo que los ítems tienen en común, o a lo que tienen de relacionado, de discriminación conjunta. (Ruiz, 2006).

3.5. Procedimiento de recolección de datos

Se utilizará los cuestionarios a través de plataforma virtual formularios de Google. Primero se solicitó la aprobación para realizar los cuestionarios a la persona encargada de la Institución Educativa Santa Teresita, la cual aceptó, mencionando que en los siguientes días emitirá una carta para la aplicación de los cuestionarios

psicológicos. Luego se procederá a tener una reunión de manera virtual con las profesoras del quinto grado de secundaria, para que nos brinden las facilidades para él envió del cuestionario a todas las alumnas, de esta manera, se enviarán los correos correspondientes, la primera de inteligencia emocional y la segunda de habilidades sociales, en donde especificará al rellenar y reenviar los cuestionarios está aceptando la participación de los cuestionarios, se dará un límite de tiempo de dos semanas.

3.6. Análisis de datos

Para el análisis de datos se utilizará el paquete estadístico para Ciencias Sociales - SPSS V y el programa Microsoft Excel. Se realizará una exploración descriptiva de los datos y un análisis cuantitativo. De igual manera se aplicará la prueba de normalidad de tipo multivariada, ya que se realizará el análisis de dos variables que son inteligencia emocional y habilidades sociales. Además, se utilizarán análisis de frecuencia, análisis de porcentajes y correlaciones de Pearson, donde > 0.05 indica una correlación significativa y <0.05 indica correlación no significativa.

3.7. Consideraciones éticas

Para los aspectos éticos de esta investigación, en el inicio para realizar las encuestas se fijó un acuerdo de manera oral, seguidamente de enviar una solicitud con las autoridades de la Institución Educativa Santa Teresita, para obtener los permisos correspondientes, para la autorización de enviar los cuestionarios de manera online.

La información que se obtendrá en la investigación será considerada confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de este estudio sin el consentimiento de las participantes. Cada una de las estudiantes será informada acerca del objetivo de la

investigación y tendrán la opción de hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento.

De igual manera se les facilitará información de contacto de los investigadores, tales como correos electrónicos y números de celular.

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Presentación, análisis e interpretación de resultados

Tabla 2

Relación entre Inteligencia Emocional y Habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita; según correlación de Pearson.

		Inteligencia Emocional Total	Habilidades Sociales total
Inteligencia Emocional	Correlación de Pearson	1	,990**
	Sig. (bilateral)		,000
	F	132	132
Habilidades Sociales	Correlación de Pearson	,990	1
	Sig. (bilateral)		,000
	F	132	132

En la relación de ambas variables (Inteligencia emocional y habilidades sociales) de esta investigación se realizó una correlación de Pearson donde se puede apreciar que la correlación es significativa en el nivel 0,000, con una correlación de ,990**. (Ver tabla 2).

Tabla 3

Estadísticos descriptivos

	Media	Desviación estándar	N
Inteligencia Emocional	170,3561	14,36394	132
Habilidades sociales	89,5985	12,98023	132

Observando las dos variables se aprecia que la media de Inteligencia emocional es 170,3561 con una deviación estándar de 14,36394. La variable de habilidades sociales presenta una media de 89,5985 y una desviación estándar de 12,98023 (ver tabla 3).

Tabla 4

Resumen del procesamiento de casos después de evaluar el inventario de Baron-ICE NA

	Casos	
	F	%
General * Baron-Ice	132	100,0%

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

El inventario de Baron Ice NA fue aplicado a 132 alumnas del Centro Educativo Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca. Para la investigación se ha considerado todos los casos es decir no se excluyó a ninguna encuesta llenada por las adolescentes

embarazadas, puesto que todas cumplían con las características apropiadas para el presente estudio (Ver tabla 4).

Tabla 5

Nivel general de inteligencia emocional de Baron Ice

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Escala general de Inteligencia Emocional de Baron	Bajo	0	0
	Medio	42	32
	Alto	90	68
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

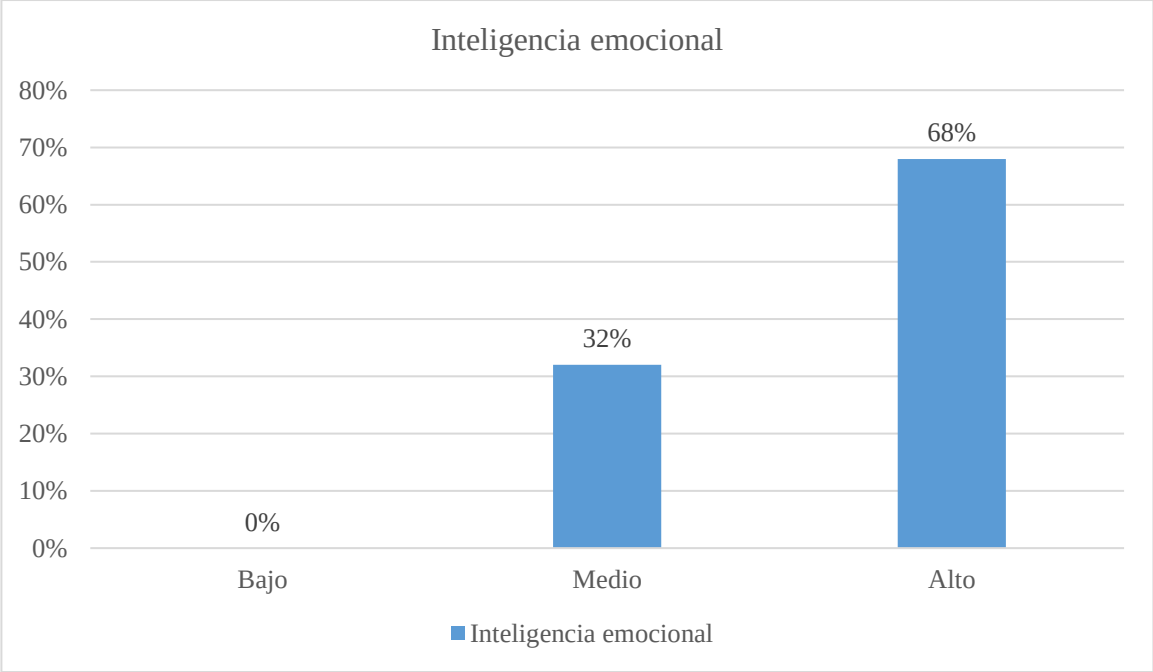

Figura 1: Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

En la tabla 5 y en la figura 1 se puede apreciar que ante la evaluación de inteligencia emocional de Baron Ice se encontró que, de las 132 participantes evaluadas, 90 estudiantes, es decir un 68% del grupo de estudio tienen un nivel alto, asimismo 42 estudiantes, es decir el 32% de participantes se encuentran en un nivel medio, por otro lado, un 0% del grupo se ubican en un nivel bajo.

Tabla 6

Niveles de inteligencia intrapersonal (Baron Ice) en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Inteligencia Intrapersonal	Bajo	12	9
	Medio	50	38
	Alto	70	53
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

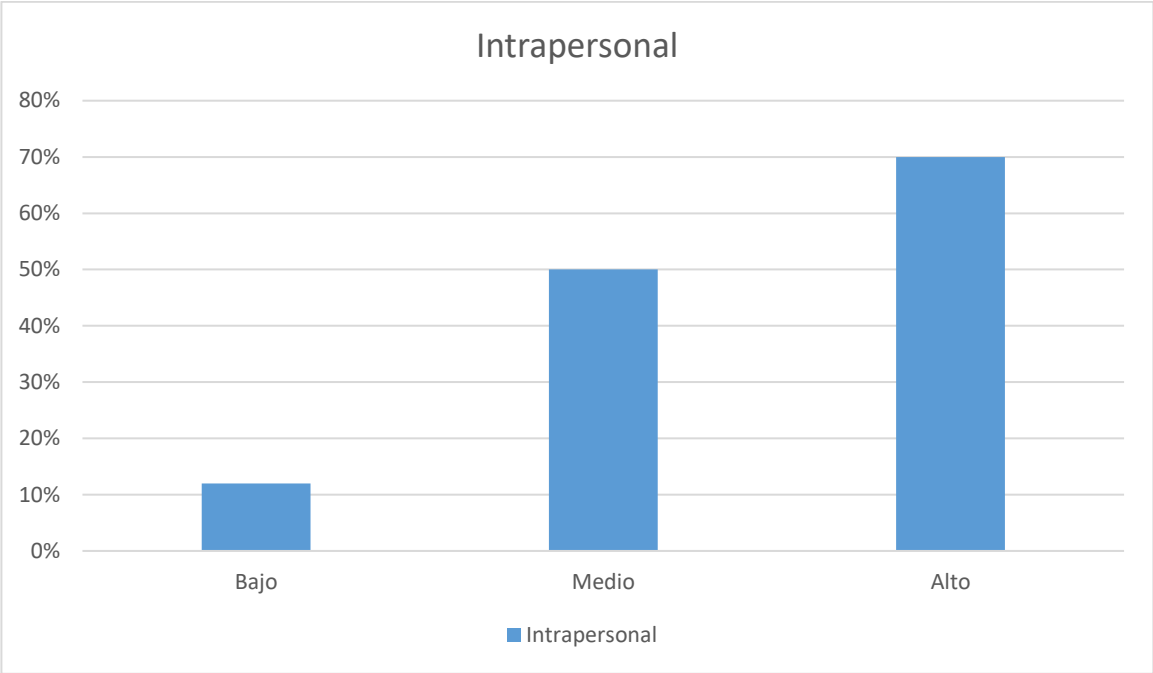

Figura 2: Niveles de inteligencia intrapersonal en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a inteligencia intrapersonal, 9% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, asimismo un 38% se encuentran en un nivel medio y un 53% en un nivel alto (ver tabla 6 y figura 2).

Tabla 7

Niveles de inteligencia interpersonal (Baron Ice) en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Inteligencia Interpersonal	Bajo	11	8
	Medio	61	46
	Alto	60	46
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

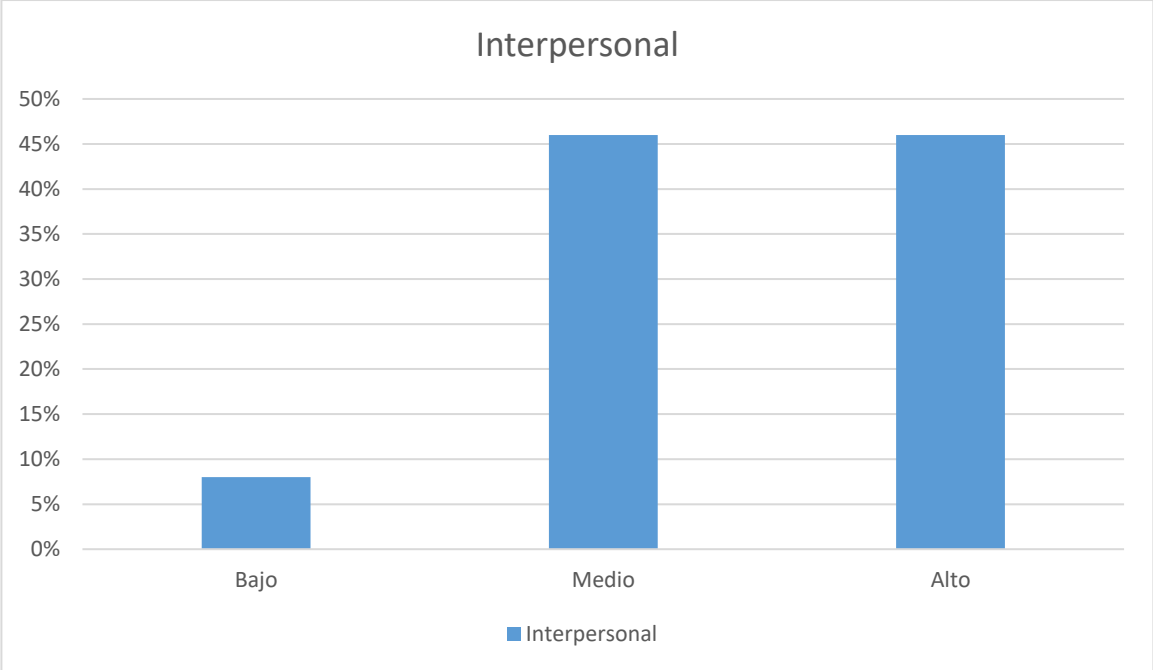

Figura 3: Niveles de inteligencia intrapersonal en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a inteligencia interpersonal, 8% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, asimismo un 48% se encuentran en un nivel medio, de igual manera un 48% en un nivel alto (ver tabla 7 y figura 3).

Tabla 8

Niveles de adaptabilidad (Baron Ice) en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Adaptabilidad	Bajo	11	8
	Medio	23	18
	Alto	98	74
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

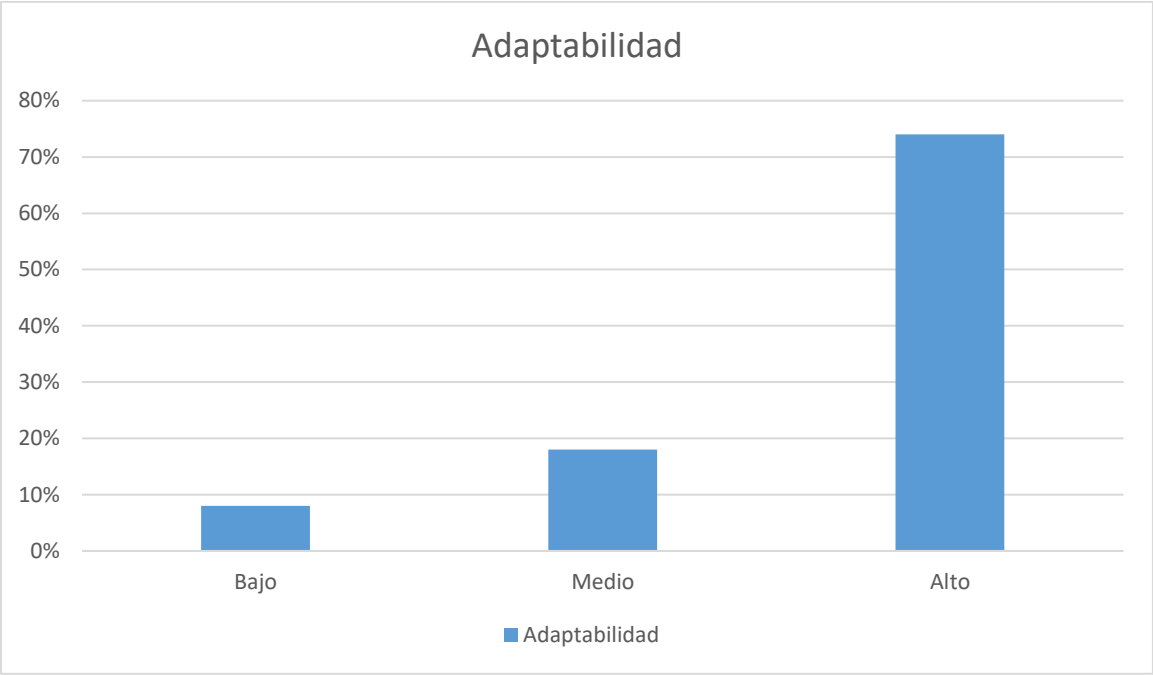

Figura 4: Niveles de adaptabilidad en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de adaptabilidad, 8% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, asimismo un 18% se encuentran en un nivel medio y un 78% en un nivel alto (ver tabla 8 y figura 4).

Tabla 9

Niveles de manejo de estrés (Baron Ice) en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Manejo de estrés	Bajo	0	0
	Medio	57	43
	Alto	75	57
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

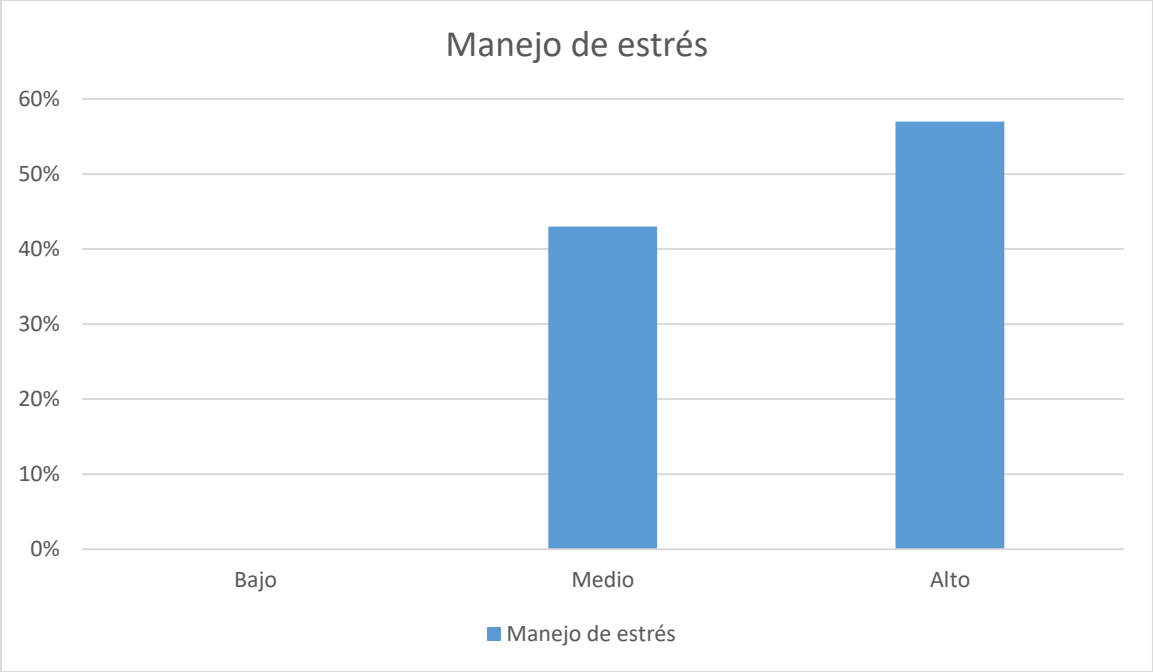

Figura 5: Niveles de manejo de estrés en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de manejo de estrés, un 0% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 43% se encuentran en un nivel medio y un 57% en un nivel alto (ver tabla 9 y figura 5).

Tabla 10

Niveles de estado de ánimo (Baron Ice) en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Estado de ánimo	Bajo	6	5
	Medio	16	12
	Alto	110	83
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

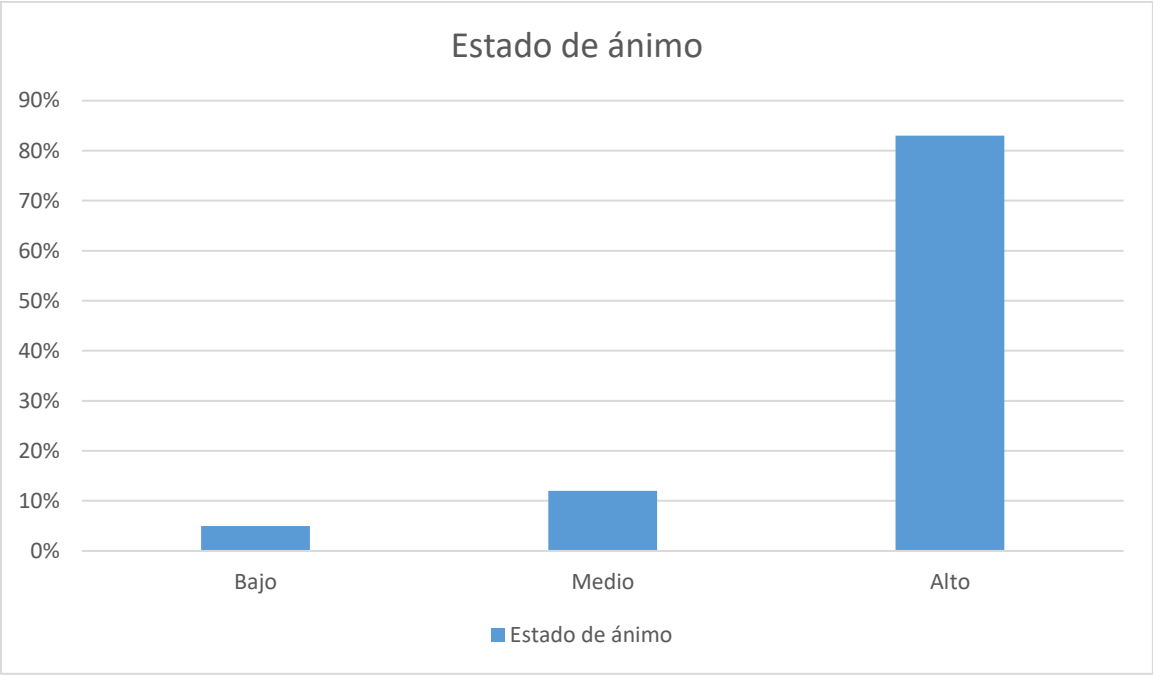

Figura 6: Niveles de estado de ánimo en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de estado de ánimo, un 5% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 12% se encuentran en un nivel medio y un 83% en un nivel alto (ver tabla 10 y figura 6).

Tabla 11

Niveles de impresión positiva (Baron Ice) en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Impresión positiva	Bajo	3	2
	Medio	21	18
	Alto	105	80
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

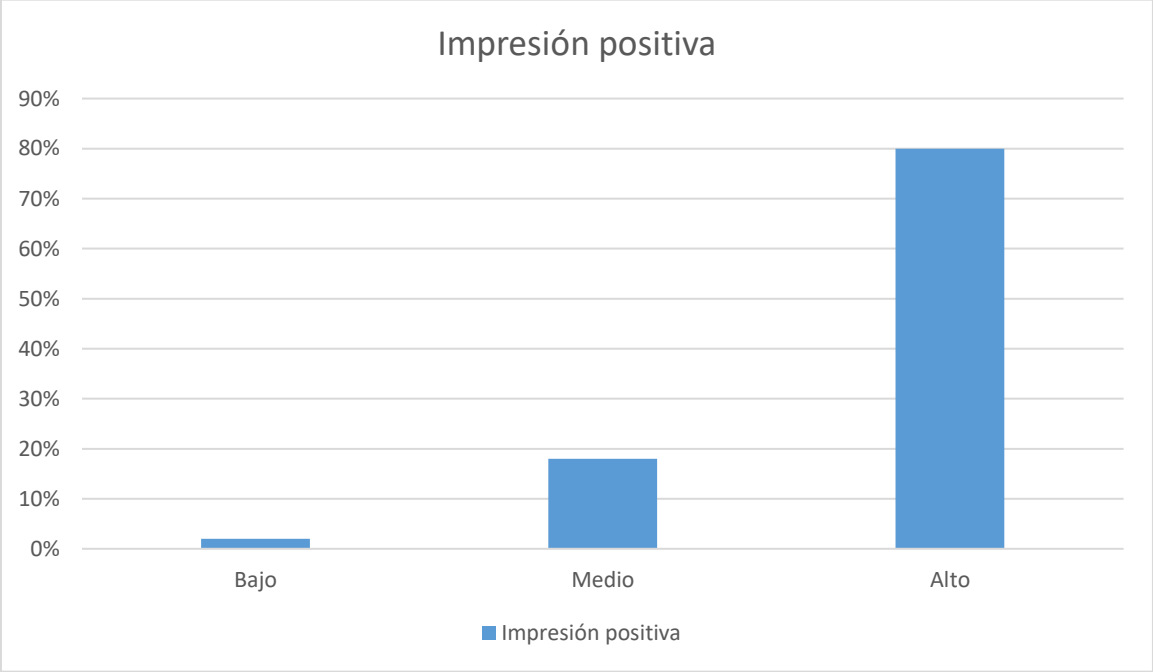

Figura 7: Niveles de impresión positiva en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de impresión positiva, un 2% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 18% se encuentran en un nivel medio y un 80% en un nivel alto (ver tabla 11 y figura 7).

Tabla 12

Niveles generales de habilidades sociales en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Habilidades sociales	Bajo	48	17
	Medio	62	36
	Alto	22	47
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

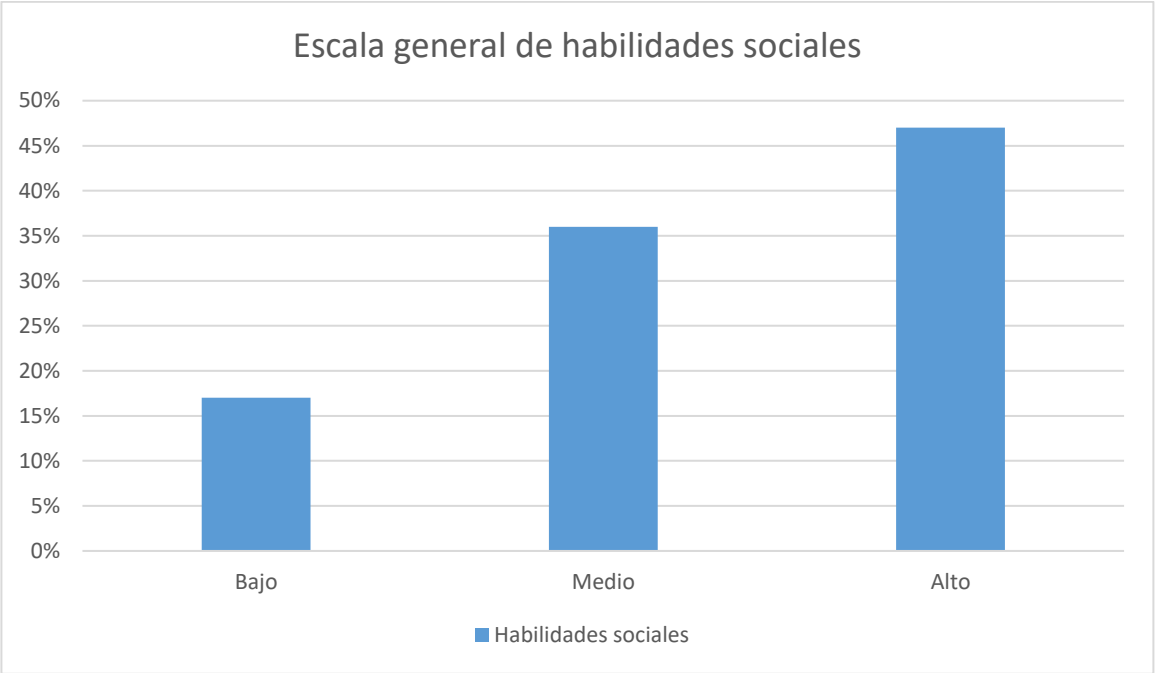

Figura 8: Nivel general de habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto al nivel general de habilidades sociales, un 17% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 36% se encuentran en un nivel medio y un 46% en un nivel alto (ver tabla 12 y figura 8).

Tabla 13

Niveles de autoexpresión en situaciones sociales en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Autoexpresión en situaciones sociales	Bajo	48	36
	Medio	57	43
	Alto	27	21
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

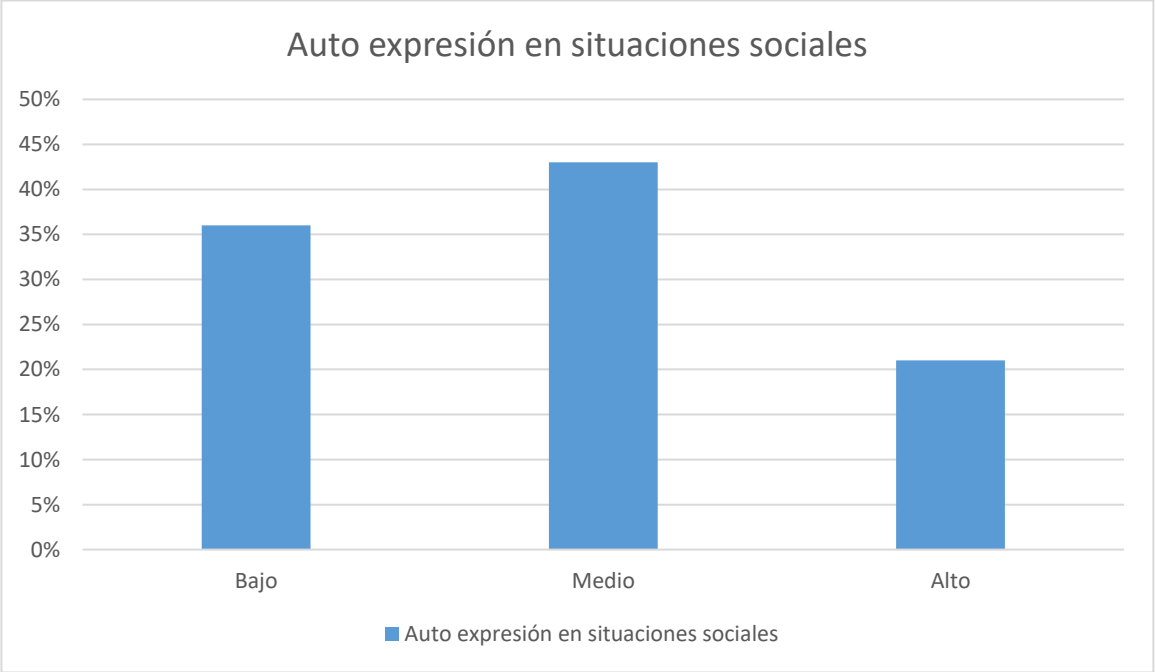

Figura 9: Niveles de autoexpresión en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de autoexpresión, un 36% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 43% se encuentran en un nivel medio y un 21% en un nivel alto (ver tabla 13 y figura 9).

Tabla 14

Niveles de defensa de los propios derechos como consumidor en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Defensa de los propios derechos como consumidor	Bajo	53	40
	Medio	45	34
	Alto	34	26
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

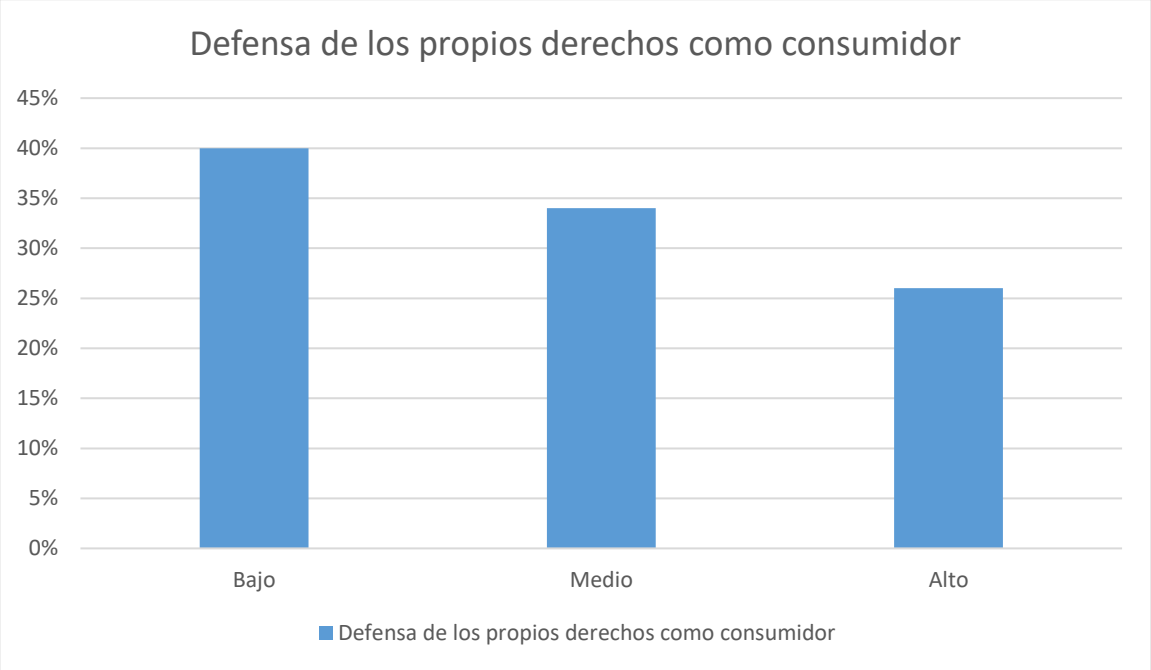

Figura 10: Niveles de defensa propia en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de defensa propia, un 40% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 34% se encuentran en un nivel medio y un 26% en un nivel alto (ver tabla 14 y figura 10).

Tabla 15

Niveles de expresión de enfado y disconformidad en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Expresión de enfado y disconformidad	Bajo	05	04
	Medio	22	17
	Alto	105	79
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

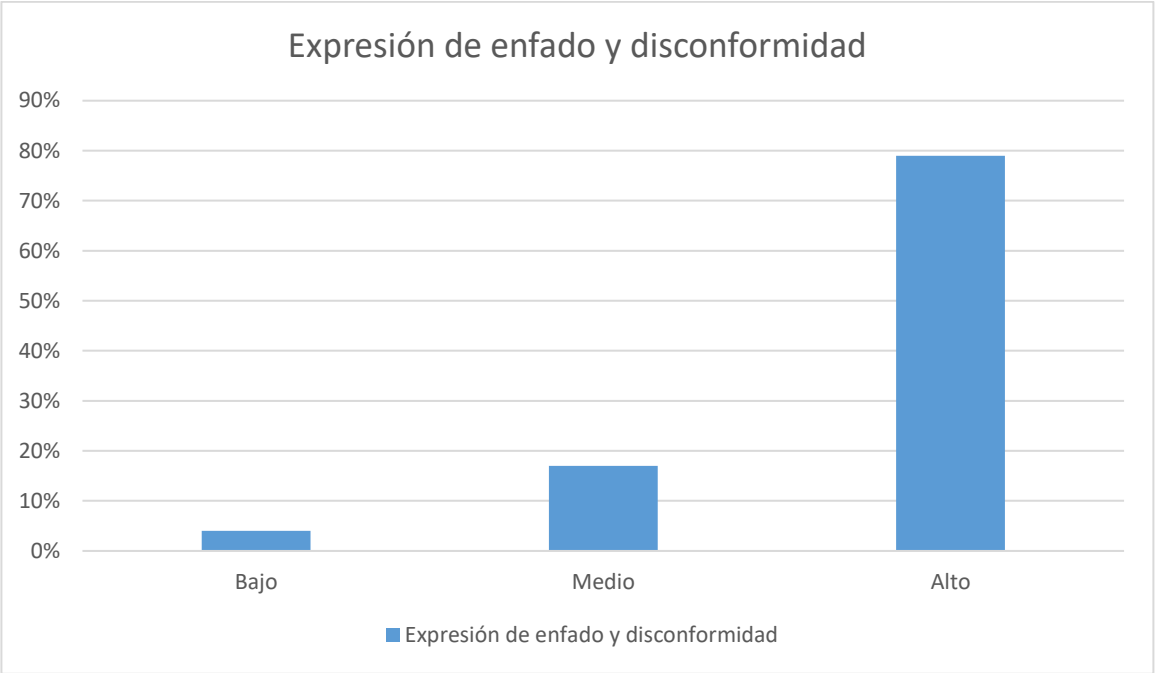

Figura 11: Niveles de expresión de enfado en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de expresión de enfado, un 4% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 17% se encuentran en un nivel medio y un 79% en un nivel alto (ver tabla 15 y figura 11).

Tabla 16

Niveles de decir no y cortar interacciones en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

	Niveles	Total	
		Frecuencia	%
Decir no y cortar interacciones	Bajo	49	37
	Medio	66	50
	Alto	17	13
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

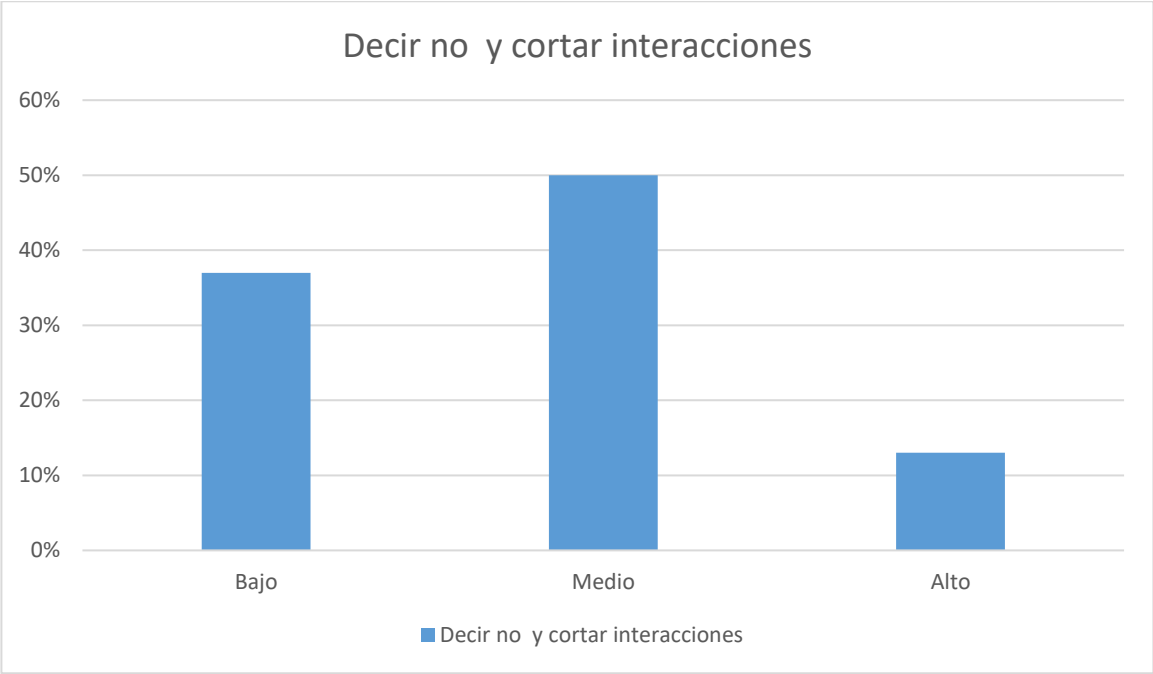

Figura 12: Niveles de decir no en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de decir no, un 37% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 50% se encuentran en un nivel medio y un 13% en un nivel alto (ver tabla 16 y figura 12).

Tabla 17

Niveles de hacer peticiones en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Hacer peticiones	Bajo	96	73
	Medio	27	20
	Alto	9	7
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

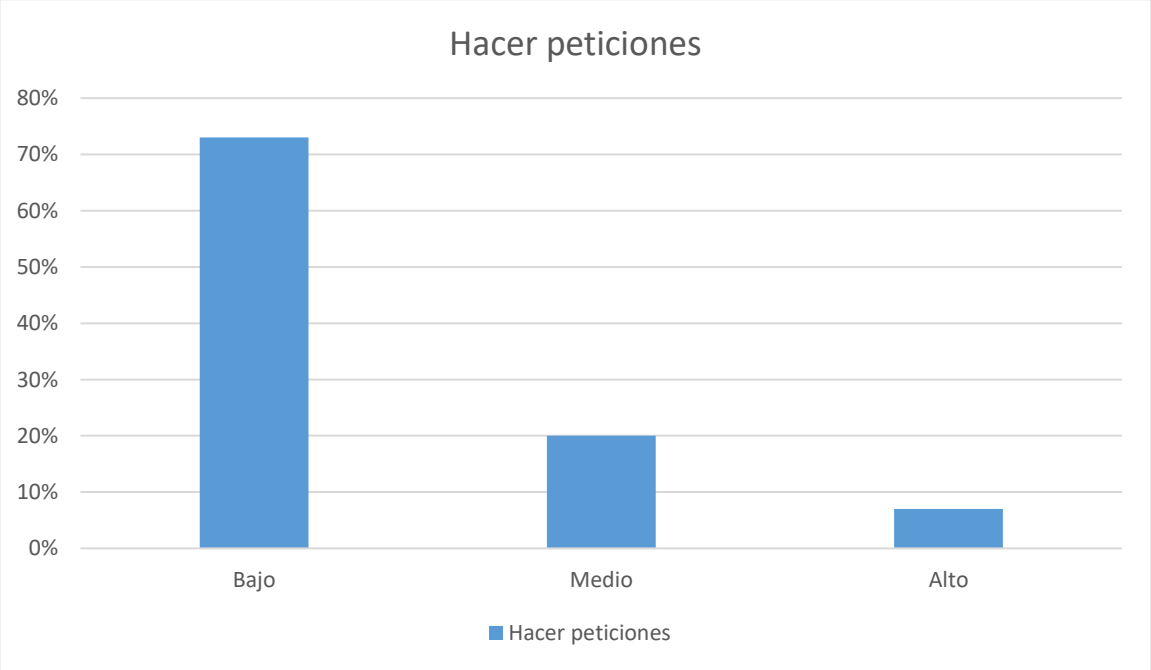

Figura 13: Niveles de hacer peticiones en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de hacer peticiones, un 73% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 20% se encuentran en un nivel medio y un 7% en un nivel alto (ver tabla 17 y figura 13).

Tabla 18

Niveles de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita

		Total	
	Niveles	Frecuencia	%
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	Bajo	53	40
	Medio	69	52
	Alto	10	8
	Total	132	100.0

Nota: Información obtenida de las 132 alumnas de la Institución Educativa

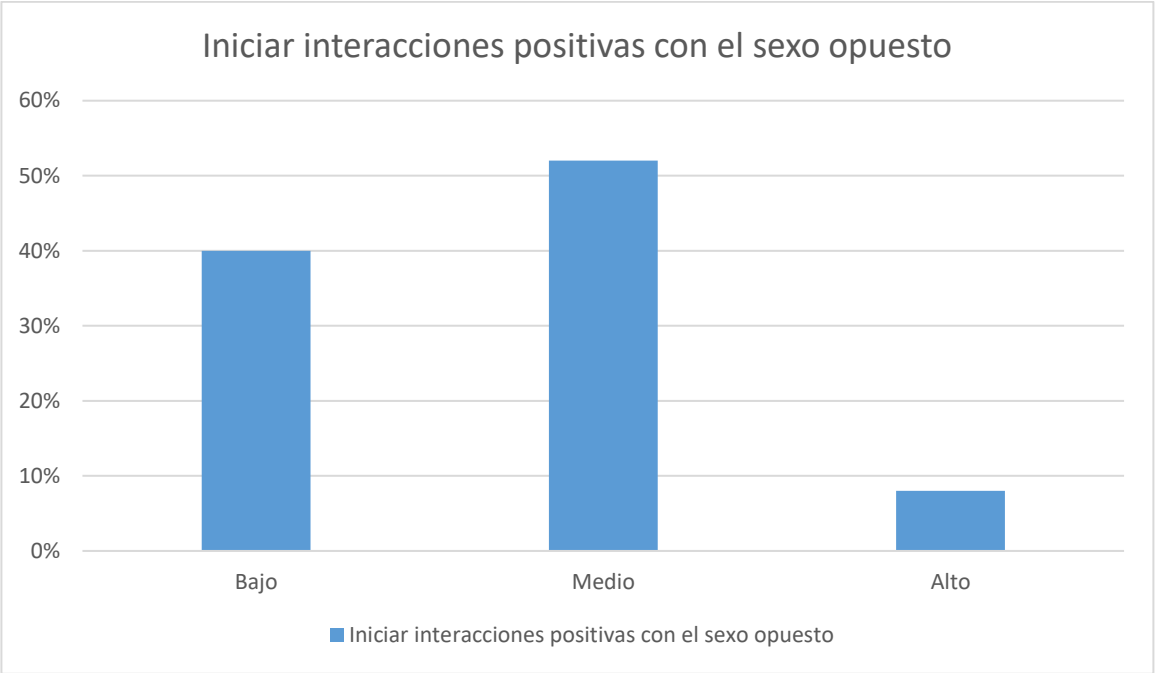

Figura 14: Niveles de iniciar interacciones en estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca.

Con respecto a los niveles de iniciar interacciones, un 40% de las estudiantes se encuentran en un nivel bajo, por otro lado, un 52% se encuentran en un nivel medio y un 8% en un nivel alto (ver tabla 18 y figura 14).

4.2. Discusión de resultados

En primer lugar, en la relación que hay entre inteligencia emocional y habilidades sociales es muy importante en la vida de las estudiantes y adolescentes en general, es muy gratificante saber que los resultados de esta investigación muestran que existe una correlación significativa entre inteligencia emocional y habilidades sociales en las estudiantes del centro educativo Santa Teresita de Cajamarca, este hecho se corrobora con los resultados obtenidos mediante los cuestionarios aplicados donde el 68% de estudiantes tiene una inteligencia emocional alta, y un 32% un nivel medio,

además el 47% presentan un nivel alto en habilidades sociales. Caballo (2007) explica que las habilidades sociales ayudan más el desarrollo de la inteligencia emocional y viceversa, dando gran importancia a las emociones y expresiones que cada uno va sintiendo y compartiendo con las demás personas.

Además, esta correlación significativa se puede contrastar con los resultados encontrados en el trabajo de Orbea (2019) donde manifiesta que la inteligencia emocional se relaciona significativamente con las habilidades sociales, siendo de gran importancia trabajar en estas dos áreas, favoreciendo en las personas para la felicidad de uno mismo y de las comunidades, donde encontró una correlación entre la subescala de habilidades sociales autoexpresión de situaciones sociales y reparación emocional de IE Rho=.548, p<0,01, ósea que el adolescente al poseer una mayor predominancia en la regulación de emociones y prolongar los sentimientos positivos le permite que pueda expresarse con facilidad, sin ningún tipo de ansiedad o temor. Es abierto al momento de participar, preguntar y expresar lo que piensa o siente. Por otro lado, en la relación con las variables, se encontró que la inteligencia emocional se relaciona significativamente con las habilidades sociales.

También la correlación encontrada en nuestra tesis, se puede contrastar con los resultados de Villalba (2018) donde manifiesta que hay relación entre inteligencia emocional y habilidades sociales en personas privadas de libertad del Centro de Rehabilitación Social Ambato en Ecuador, la cual estuvo conformada por 100 personas distribuidos en 50 mujeres y 50 hombres, encontrando una relación de ,313 en correlación de Pearson, verificándolo con el nivel de Inteligencia Emocional es de nivel medio con un 43%, seguido por un nivel bajo con 41%, un nivel muy bajo de 13% y

con un nivel alto con el 3% y en Habilidades Sociales se observó que en el nivel medio hay un 50%, un nivel alto con un 47% y un nivel bajo con 3%.

De igual manera Salavera y Jarle (2017) en su tesis encontró que se relacionaban estos constructos y cómo variaba la autoeficacia percibida por los estudiantes según sus habilidades sociales e inteligencia emocional. El género no influyó en la autoeficacia, las habilidades sociales y la inteligencia emocional. Estas variables mostraron índices de correlación similares en mujeres y hombres.

También Barbarán (2016) en su tesis, titulada "Inteligencia emocional y habilidades sociales en universitarios de una facultad de educación – Lima 2016", los resultados indican que: existe relación entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales en universitarios de la facultad de educación - Lima 2016; ya que el nivel de significancia calculada es $p < .05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de ,634.

Escobar (2019) en la investigación titulada "Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en adolescentes de la Institución Educativa Particular César Vallejo de Huancavelica, 2019", los resultados obtenidos es que existe una correlación significativa entre ambas variables ($p=0,017 <0,005$) según Rho de Spearman que es de 0,470.

Por otro lado, Siguenza (2013) en su estudio correlacional entre habilidades sociales e inteligencia emocional en estudiantes de nivel secundario de la institución educativa particular María de Nazaret de la ciudad de Cajamarca encontraron que

no existe correlación significativa entre habilidades sociales inteligencia emocional (p-valué= 6.681> a= 0.05).

De acuerdo a lo que nosotros esperábamos encontrar de acuerdo a la hipótesis general, es que la inteligencia emocional se relaciona directa y significativamente con las habilidades sociales, siendo gratificante poder encontrar que nuestra hipótesis es correcta, de igual manera que el nivel de habilidades sociales en el que se encuentran las estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Santa Teresita es alto, en donde hay un 47% con un nivel medio, siendo el mayor porcentaje dentro de las tres niveles y por último suponíamos encontrar que el nivel de Inteligencia Emocional en el que se encuentran las estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Santa Teresita es alto, siendo esto correcto ya que el 68% de las estudiantes se encuentran con inteligencia emocional alto.

Por otro lado, se analizó el nivel de inteligencia emocional en las participantes tanto a nivel general como en sus seis dimensiones que tiene. Después se analizó los resultados de las habilidades sociales con sus respectivas dimensiones en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca para finalmente discutir los resultados con respecto a la relación que existe entre Inteligencia emocional y Habilidades sociales.

Algunas características como la impresión positiva, el estado de ánimo, el manejo del estrés, el factor intrapersonal en una persona, se manifiesta en acciones positivas o negativas en su entorno familiar, social o educativo , que permite el surgimiento de esta investigación para conocer la existencia la relación entre

inteligencia emocional y habilidades sociales, principalmente en las adolescentes, quienes están propensas a una series de peligros en la búsqueda de su identidad y de su inserción en la sociedad.

De los resultados obtenidos se observó que existe un nivel de inteligencia intrapersonal alto de 53%, seguido de un nivel medio de 38% y con un nivel bajo de un 9% en las estudiantes de la Institución Educativa. Según las investigaciones los beneficios de la inteligencia emocional se derivan por como la persona va percibiendo el mundo, respecto a cómo van interactuando con las demás personas en su entorno social o familiar, donde pueden ser importantes, amados y valorados por sus pares o personas que ellos respetan como los familiares. Por otro lado, Goleman (1995) manifiesta que las personas que perciben menos valoración emocional y expresiones de amor están más predispuestas a experimentar diversos problemas, en comparación con las personas que disponen de estás emociones.

En lo que corresponde a inteligencia interpersonal encontramos un nivel alto de 48%, de igual manera, un nivel medio de 48% y un nivel bajo de 8%. Se determinó en la investigación que una de las disposiciones es que se sienten apoyadas por sus pares, por lo que ellas también intentan comprender y apoyar a las demás personas con las que conviven, así mantener relaciones interpersonales satisfactorias y duraderas ya que les agrada hacer amigos, hacer cosas por los demás y se sienten mal cuando otra persona son heridas emocionalmente. Gardner (1983) refiere que la inteligencia interpersonal se refiere a que las personas pueden mantener relaciones interpersonales duraderas, demuestra que puede escuchar a las demás personas, puede comprender o entender los sentimientos de otras personas, todo esto ayuda a que la persona se siente

bien consigo mismo y con los demás, aumentando o desarrollando a mayor medida la inteligencia interpersonal.

En lo que corresponde a los niveles de adaptabilidad, encontramos un nivel alto de 78%, seguido de un nivel medio de 18% y un nivel bajo de 8%. Determinando en la investigación que durante los cambios que se dan en la adolescencia, se puede demostrar flexibilidad en el manejo de las actitudes en las diversas áreas de desarrollo social, emocional, familiar o escolar, adaptándose a los cambios que se van desarrollando a lo largo de su vida y aprendiendo aplicar estrategias en la solución de problemas cotidianos. Molina (2014) menciona que la adaptabilidad es una herramienta importante para la vida, ya que elimina la resistencia, la negación ante situaciones de la vida, dando así la capacidad y el poder de dirigir la vida o también redirigirlo, siguiendo un camino propio.

En lo que corresponde a los niveles de manejo de estrés, encontramos un nivel alto de 57%, seguido de un nivel medio de 43% y un nivel bajo de 0%. Determinando en la investigación que los adolescentes pueden demostrar calma y tranquilidad ante situaciones adversas en su vida diaria, demostrando control de sus impulsos ante situaciones estresantes y así responder adecuadamente a los momentos desagradables, esto gracias a que pueden tener apoyo de su entorno y la capacidad para tener objetivos hacia el futuro. García (2016) menciona que el estrés puede ser un fenómeno complejo en las personas, pero suele suceder más en las personas adultas y mucho menos en los niños y adolescentes ya que tienen menos demandas o dificultades que afrontar, pero también tienen mayor facilidad para el afrontamiento ante las diversas situaciones.

En lo que corresponde a los niveles de estado de ánimo, encontramos un nivel alto de 83%, un nivel medio de 12% y un nivel bajo de 5%, esto puede ser gracias a que las estudiantes se conocen muchos años, puesto que algunas han pasado primaria y secundaria juntas, ayudando a familiarizarse con su entorno, generando amistades duraderas y de confianza, de igual manera se sienten bien consigo mismas, manteniendo actitud positiva ante los sentimientos negativos, siendo visionarias y optimistas ante circunstancias adversas. Torres (2018) menciona que el estado de ánimo positivo puede ser una habilidad en las personas en donde influye la intensidad, el tipo de las diversas emociones que se va experimentando a lo largo de la vida, empezando con poder identificarlas, desarrollarlas y buscar respuesta a cada una de ellas, para después darle un significado.

En lo que corresponde a los niveles de impresión positiva, encontramos un nivel alto de 80%, un nivel medio de 18% y un nivel bajo de 2%, esto gracias a que se sienten bien consigo mismas. Corbin (2016) menciona que hay situaciones en la vida que te hace ver la vida de una forma u otra, en donde se van formando ideas o pensamientos acerca de lo que se puede percibir u observar, por ello es importante buscar cosas que le gusten a cada uno para tener una mejor visión del mundo.

En lo que corresponde a la evaluación de habilidades sociales, encontramos un nivel alto de 46%, un nivel medio de 36% y un nivel bajo de 17%, lo que indica que hay buen porcentaje de estudiantes que tiene adecuadas expresiones de deseos, opiniones de acuerdo a las situaciones que van viviendo, respetando las ideas o conductas de las demás personas, reduciendo la probabilidad de que aparezcan futuros problemas, permitiendo generar mejor bienestar en vivir con otras personas de forma

armónica, esto puede ser contrastado por Caballo (2007) menciona que las personas son seres sociables por naturaleza, teniendo la necesidad de estar en constante acercamiento con sus pares para sentirse mejor emocionalmente, las cuales pueden ser adquiridas a lo largo de su vida social, ayudando a relacionarse con los demás de manera efectiva y satisfactoria, el autor también menciona que en la adolescencia es de gran importancia la parte social, puesto que en esta etapa están en constante búsqueda de su identidad y un lugar en el mundo, por ende intentan estar en continuo contacto social, generando gratificación emocional y mejor sentido a su vida. También podría estar relacionado a la participación de las familias y la actividad que han tenido durante años en el mismo centro de estudio.

En lo que corresponde a la evaluación de autoexpresión de situaciones sociales se encuentran en un nivel medio de 43%, un nivel bajo de 36% y un nivel alto de 21%, esto puede ser debido a la capacidad de expresar espontáneamente y sin ansiedad en distintas situaciones sociales, lugares, grupos o reuniones con otras personas, esto nos indica que en algunas situaciones pueden tener facilidad para la interacción y expresión de las propias opiniones, sentimientos o hacer preguntas, pero en otras ocasiones se les puede dificultar.

En lo que corresponde a la evaluación de defensa de los propios derechos como consumidor se encuentran en un nivel bajo de 40%, un nivel medio de 34% y un nivel alto de 26%, esto quiere decir que hay poca expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en situaciones de dejar que alguien se cole en una fila, pedir a una persona extraña que deje de realizar una acción que es inadecuada en un contexto social, pedir

descuentos o pedir objetos defectuosos, prefiriendo no realizar las actividades para no quedar mal con otras personas.

En lo que corresponde a la evaluación de expresión de enfado o disconformidad se encuentran en un nivel alto de 79%, un nivel medio de 17% y un nivel bajo de 4%, esto quiere decir que hay una gran capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos justificados y / desacuerdos con otras personas.

En lo que corresponde a la evaluación de decir no y cortar interacciones se encuentran en un nivel medio de 50%, un nivel alto de 37% y un nivel bajo de 13%, esto se refleja la habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener (tanto con un vendedor como con amigos que quieren seguir charlando en un momento en que queremos interrumpir la conversación , o con personas con las que no se desea seguir saliendo o manteniendo la relación) así como el negarse a prestar algo cuando nos disgusta hacerlo. Se trata de un aspecto de la aserción en lo que lo crucial es poder decir no a otras personas y cortar las interacciones - a corto o largo plazo - que no se desean mantener por más tiempo.

En lo que corresponde a la evaluación de hacer peticiones se encuentran en un nivel bajo de 73%, un nivel medio de 20% y un nivel alto de 7%, esto refleja la expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos, sea a un amigo (que nos devuelva algo que le prestamos que nos haga un favor) o en situaciones de consumo (en un restaurante no nos traen algo tal como lo pedimos y queremos cambiarlo, o en una tienda nos dieron mal el cambio) Una puntuación alta indicaría que la persona que la obtiene es capaz de hacer peticiones semejantes a estas sin

excesiva dificultad mientras que una baja puntuación indicaría la dificultad para expresar peticiones de lo que queremos a otras personas.

En lo que corresponde a la evaluación de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto se encuentran en un nivel medio de 52%, un nivel bajo de 40% y un nivel alto de 8%, esto indica facilidad para tales conductas, es decir tener iniciativa para comenzar interacciones con el sexo opuesto y para expresar espontáneamente lo que nos gusta del mismo.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- En esta investigación se ha podido confirmar la hipótesis general planteada, es decir que se ha encontrado la relación existente y significativa entre inteligencia emocional y habilidades sociales en las estudiantes de la Institución Educativa Santa Teresita, de la ciudad de Cajamarca. Esta relación es importante porque puede permitir que los profesores, tutores, padres de familia, psicólogos, encargados del área de tutoría, puedan trabajar de manera más eficaz con los adolescentes y podamos encontrar niños y adolescentes con mejores relaciones sociales, bienestar personal, colegios con un mejor ambiente de respeto, empatía y afecto.
- En la variable de inteligencia emocional se encontró que la mayoría de estudiantes están en un nivel alto con un 68% y la otra parte están en un nivel medio con un 32%, lo que indica que tienen una adecuada inteligencia emocional.
- En la variable de habilidades sociales se encontró que la mayoría de estudiantes están en un nivel alto con 47% y otra parte se encuentran en un nivel medio con un 36%, lo que indica que se relacionan adecuadamente dentro de su entorno social.
- De acuerdo a las dimensiones de inteligencia emocional, se encontró que las estudiantes se encuentran en mejor nivel en las áreas de impresión positiva, estado de ánimo y adaptabilidad, lo que indica que se sienten bien consigo mismas y se pueden adaptar con facilidad a los diferentes contextos.

- De acuerdo a las dimensiones de habilidades sociales, se encontró que las estudiantes se encuentran en mejor nivel en las áreas de expresión de enfado, defensa propia y autoexpresión, lo que indica que expresan adecuadamente sus emociones, pensamientos o acciones en los diferentes problemas que puedan tener en su vida.

5.2. Recomendaciones

- Para futuras investigaciones sería de gran importancia que se amplié la investigación en relación hacia comparaciones entre hombres y mujeres.
- Para futuras investigaciones sería de gran importancia comparar resultados en la adolescencia temprana y adolescencia tardía.
- Ejecutar estudios que incluyan la relación con familiares y otras variables, como el nivel académico a través de las notas de las estudiantes, para que se pueda establecer mejor los resultados en función a estos aspectos que están relacionados directamente.
- De acuerdo a los resultados obtenidos, se recomienda a los psicólogos que trabajan con estudiantes, elaboren programas que fortalezcan la inteligencia emocional y habilidades sociales de manera conjunta, en específico en las áreas de iniciar interacciones con el sexo opuesto, hacer peticiones, decir no y cortar interacciones, inteligencia interpersonal e inteligencia intrapersonal, con el fin de lograr que las estudiantes mejoren sus capacidades en los momentos que puedan tener ansiedad, sin llegar a procrastinar o no hacerlo y puedan trazarse objetivos más claros hasta llegar a concluirlos.

- Se sugiere a la Institución Educativa Santa Teresita de la ciudad de Cajamarca que puedan realizar programas de atención psicológica para mejorar las habilidades sociales y la inteligencia emocional en las estudiantes, las cuales pueden estar integradas a la familia para fortalecer la interacción y la integración entre cada miembro familiar.
- Se recomienda la creación de grupos de arte o deporte a fin de mejorar la interacción y las habilidades de las estudiantes.

Referencias

Acuña, Y. y Gamarra, A. (2020). Inteligencia emocional e ideación suicida en estudiantes de educación secundaria de un colegio estatal de Cajamarca, 2019 (tesis de pregrado). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, Perú.

Ardilla, R. (2011). Inteligencia. ¿Qué sabemos y qué nos falta por investigar?, Revista de la Academia Colombiana de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales 31(120):395-403.

Ayala, D., & Manchego, V. (2018). Relación entre las habilidades sociales, las dificultades en las relaciones interpersonales y la empatía en un grupo de adolescentes de grado 9, 10 y 11 de la institución educativa Caucasia (Tesis de pregrado). Universidad de Antioquia, Antioquia, Colombia.

Barbarán, J. (2016). Inteligencia emocional y las habilidades sociales en universitarios de una facultad de educación – Lima 2016 (tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo, La Libertad, Perú.

Caballo, V. (2007). Manual de evaluación y entrenamiento en habilidades sociales. Madrid, España. Siglo.

Castelló, A. y Cano, M. (2011). Inteligencia interpersonal: conceptos clave. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 14(3),23-35 Recuperado de: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2170/217022109002

Castillo, M. (2010). Influencia de la Inteligencia Emocional en la Enseñanza, Aprendizaje Y Evaluación De Las Ciencias Naturales. Recuperado de: https://www.univalle.edu.co%2Fbitstream%2F10893%2F10161%2F1%2F7406-0395059.pdf&usg=AOvVaw29GBmW0PvJmaM9kzBMpIIq

Castillero, O. (2019). Toma de decisiones: qué es, fases y partes del cerebro implicadas [Mensaje en un blog]. Recuperado de: https://psicologiaymente.com/psicologia/toma-de-decisiones

Colichón, M. (2017). Inteligencia emocional y habilidades sociales en la conducta disruptiva de estudiantes del nivel secundario (tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo, La Libertad, Perú.

Corbin, J. (2016) 10 consejos para dar una buena impresión [Mensaje en un blog]. Recuperado de: https://psicologiaymente.com/social/consejos-dar-buena-primera-impresion

Cruzado, M. y Medina, G. (2020). Habilidades sociales y clima escolar en estudiantes de primaria de la institución pública San Ramón – Cajamarca (tesis de pregrado). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, Perú.

Deza, N. y Diaz, M. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en un grupo de adolescentes de la ciudad de Cajamarca (tesis de

pregrado). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, Perú.

Dueñas, M. (1994). Métodos de diagnóstico e intervención educativa en la deficiencia mental. Madrid: UNED.

Dalgleish, T. (2004). The emotional brain. Nature Reviews Neuroscience. Brouw.

Escobar, A. (2019). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Particular César Vallejo de Huancavelica, 2019 (tesis de pregrado). Universidad Peruana Los Andes, Huancavelica, Perú.

Fatum, B. (2008). The relationship between emotional intelligence and academic achievement in elementary-school children (tesis doctoral). Universidad de San Francisco, San Francisco, Estados Unidos.

Fernandez, K. (2015). Inteligencia Emocional y Conducta Social en estudiantes del quinto año de secundaria de una Institución Educativa (tesis de pregrado). Universidad Antenor Orrego, Trujillo, Perú. Recuperado de: http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1804/1/RE_psicologia_inteligencia.emocional.conducta.social.en.estudiantes_tesis.pdf

Férnandez, P. y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación con las emociones desde el modelo Mayer y Salovery. Revista interuniversitaria de formación del profesorado, 19(3)

García, J. (2016) 10 consejos esenciales para reducir el estrés [Mensaje en un blog]. Recuperado de: https://psicologiaymente.com/clinica/consejos-reducir-estres

Gardner, H. (1983). Frames of mind: The theory of múltiple intelligences. New York: Basic Books (trad. cast.: Inteligencias Múltiples. La teoría en la práctica. Barcelona: Paidós,

Goleman, D. (1995). Inteligencia Emocional. Buenos Aires, Argentina. Bantan Books.

Gutierrez, M. (2015), Inteligencia Socio-Emocional en la adolescencia (tesis de pregrado). Universidad de Granada, Granada, España. Recuperado de: https://hera.ugr.es/tesisugr/24955310.pdf

Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, L. (2014). Metodología de la investigación. Ciudad de México, México: Mc Graw Hill.

Honorio, H.N. (2005). Estudio epimodologico de salud mental en Cajamarca 2003. Perú, Lima. ISSN.

Kamphaus, R. (2005). Clinical assessment of child and adolescent intelligence. Springer Science & Business Media.

Kelly, J. (2002). Entrenamiento en habilidades sociales. España, Bilbao. Editorial Desclée de Brouwer

Malca, Y. y Vásquez, E. (2018). Inteligencia emocional y funcionalidad familiar en alumnos de educación secundaria de un colegio estatal de

Cajamarca (tesis de pregrado). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, Perú.

Ministerio de Salud. (2004). Manual de habilidades sociales en adolescentes. Inversiones Escarlata y Negro SAC

Ministerio de Salud. (2017). Documento técnico situación de salud de los jóvenes y adolescentes en el Perú 2017. Recuperado de https://www.gob.pe/busquedas?contenido []=publicaciones institución []=minsa&reason=sheet&sheet=1

Mohammad E. y Ahmad N. (2016). Emotional Intelligence and Its Relation with the Social Skills and Religious Behaviour of Female Students at Dammam University in the Light of Some Variables (tesis de pregrado). Universidad de Damman, Damman, Jordania.

Molina, X. (2014). Aprendiendo a manejar la empatía y la adaptación: dos cualidades maravillosas del ser humano [Mensaje en un blog]. Recuperado de: https://psicologiaymente.com/psicologia/manejar-la-empatia-adaptacion

Morán, V. y Orlando G. (2014). Instrumentos de evaluación de habilidades sociales en América Latina: un análisis bibliométrico. 23(1), 93-105

Moya, M. (2015). La inteligencia emocional y su relación con las habilidades sociales en los estudiantes de la Unidad Educativa Gertrudis Esparza de la parroquia San Miguelito Cantón Píllaro (tesis doctoral). Universidad de Texas, Texas, Estados Unidos. Recuperado de:

http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/10010/1/Moya%20Alulema%2c%20Mayra%20Alexandra.pdf

Orbea, S. (2019). Relación entre inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes de bachillerato de una unidad educativa del cantón Ambato (tesis de pregrado). Pontifica Universidad Católica de Ecuador, Ambato, Ecuador.

Papalia, D., Duskin, R. & Martorell, G. (2012). Desarrollo Humano. México D.F, México. Mc Graw Hill Education.

Patricio, M. (2017). Inteligencia emocional y calidad de vida en un grupo de estudiantes de dos instituciones educativas policial y nacional de Lima metropolitana (tesis de maestría). Universidad San Martín De Porres, Lima, Perú.

Payne, R.A. (2005). Técnicas de relajación. Guía práctica. Barcelona, España. Badalona: Paidotribo

Pereira, J y Espada, J. (2019). Habilidades sociales: definición y delimitación del concepto [Mensaje en un blog]. Instituto Salamanca. Recuperado de: https://institutosalamanca.com/blog/habilidades-sociales-definicion-delimitacion/

Pinel, J. (2007). Biopsicología. Madrid, España. Pearson.

Prette, A. y Prette, Z. (2011). Habilidades sociais Intervenções efetivas em grupo. Sao Paulo, Brazil: Casapsi Livraria e editora Ltda.

Riso, W. (2015). El derecho a decir no. Barcelona: Editorial Planeta.

Roca, E. (2014). Cómo mejorar tus habilidades sociales. Valencia, España: ACDE Ediciones.

Rodríguez, E. (2016). Habilidades sociales en la infancia: ¿Cuáles son y cómo desarrollarlas? [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://psicologiaymente.com/desarrollo/habilidades-sociales-infancia

Romaní, A. (2018). Sobre la felicidad: ¿qué es eso que todos buscamos? [Mensaje en un blog]. Recuperado de https://psicologiaymente.com/psicologia/sobre-la-felicidad

Ruiz, C. (2006). Escala de habilidades sociales. Universidad Cesar Vallejo de Trujillo (1), p.3-4.

Salavera,C. y Jarie, L. (2017). Emotional intelligence and social skills on self-efficacy inSecondary Education students. Are there gender differences? (tesis doctoral). Universidad de Zaragoza, Zaragoza, España.

Sabater, V. (2017). Daniel Goleman y su teoría sobre la inteligencia emocional [Mensaje en un blog] Recuperado de: https://lamenteesmaravillosa.com/daniel-goleman-teoria-la-inteligencia-emocional/

Sánchez, S. (2016). Habilidades sociales. Madrid, España. Sintesis.

Schultz, D. P. (2009). Teorías de la personalidad. Estados Unidos, California. Cengage Learning America.

Siguenza, A (2013). Relación entre las habilidades sociales y la inteligencia emocional, en las alumnas del nivel secundario de la I.E.P. María de Nazaret (tesis de pregrado). Universidad Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, Perú.

Sotomayor, J.C. (2001). Psicología una perspectiva científica. Perú, Lima. Lumbreras editores S.R.L

Torres, A. (2018) Regulación emocional: así domamos nuestro estado de animo [Mensaje en un blog]. Recuperado de: https://psicologiaymente.com/psicologia/regulacion-emocional

Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana 4; 1560-6139.

Vallès, A. y Vallès, C. (2000): Inteligencia emocional: Aplicaciones educativas. Madrid, Editorial EOS.

Vargas, D. y Paternina, Y. (2017). Relación entre habilidades sociales y acoso escolar. Cultura. Educación y Sociedad 8 (2), 61-78. DOI: http://dx.doi.org/10.17981/culteduсoc.8.2.2017.05

Villalba, T. (2018). Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en personas privadas de libertad del centro de rehabilitación social Ambato (tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador.

ANEXOS

ANEXO A – Instrumento de inteligencia emocional

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE: NA – COMPLETA

Adaptado por Sara Moscoso Luyo y Claudia Vargas Velásquez

Nombre: _____

Colegio: _____

Grado: _____

INSTRUCCIONES

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas: **1. Muy rara vez** **2. Rara vez** **3. A menudo** **4. Muy a menudo**

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es "Rara vez", haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1.	Me gusta divertirme.	1	2	3	4
2.	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	1	2	3	4
3.	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	1	2	3	4
4.	Soy feliz.	1	2	3	4
5.	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
6.	Me es difícil controlar mi cólera.	1	2	3	4
7.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
8.	Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
9.	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).	1	2	3	4
10.	Sé cómo se sienten las personas.	1	2	3	4
11.	Sé cómo mantenerme tranquilo (a).	1	2	3	4
12.	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	1	2	3	4
13.	Pienso que las cosas que hago salen bien.	1	2	3	4

14.	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
15.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
16.	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	1	2	3	4
17.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1	2	3	4
18.	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
19.	Espero lo mejor.	1	2	3	4
20.	Tener amigos es importante.	1	2	3	4
21.	Peleo con la gente.	1	2	3	4
22.	Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
23.	Me agrada sonreír.	1	2	3	4

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
24.	Intento no herir los sentimientos de las personas.	1	2	3	4

25.	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	1	2	3	4
26.	Tengo mal genio.	1	2	3	4
27.	Nada me molesta.	1	2	3	4
28.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
29.	Sé que las cosas saldrán bien.	1	2	3	4
30.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
31.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
32.	Sé cómo divertirme.	1	2	3	4
33.	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4
34.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
35.	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
36.	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
37.	No me siento muy feliz.	1	2	3	4
38.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	1	2	3	4

39.	Demoro en molestarme.	1	2	3	4
40.	Me siento bien conmigo mismo (a).	1	2	3	4
41.	Hago amigos fácilmente.	1	2	3	4
42.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
43.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
44.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
45.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
46.	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	1	2	3	4
47.	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	1	2	3	4
48.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
49.	Par mí es difícil esperar mi turno.	1	2	3	4
50.	Me divierte las cosas que hago.	1	2	3	4
51.	Me agradan mis amigos.	1	2	3	4
52.	No tengo días malos.	1	2	3	4

53.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
54.	Me disgusto fácilmente.	1	2	3	4
55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
56.	Me gusta mi cuerpo.	1	2	3	4
57.	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.	1	2	3	4
58.	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
59.	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	1	2	3	4
60.	Me gusta la forma como me veo.	1	2	3	4

Gracias por completar el cuestionario.

ANEXO B – Instrumento de habilidades sociales

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

EHS

Instrucciones:

A continuación, aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Para responder utilice la siguiente clave:

A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.

B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra

C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así

D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido	A B C D
2. Me cuesta telefonear a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D

4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto , paso un mal rato para decirle que "NO"	A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	A B C D
7. Si en un restauran no me traen la comida como le había pedido , llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	A B C D
8. A veces no se que decir a personas atractivas al sexo opuesto.	A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no se que decir.	A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mi mismo	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D

15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no se como negarme.	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del seco opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D
20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D
21, Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A B C D
22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D
23. Nunca se como “cortar “ a un amigo que habla mucho	A B C D
24. cuando decido que no me apetece volver a salir con una personas, me cuesta mucho comunicarle mi decisión	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D

26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita	A B C D
28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo	A B C D
30. Cuando alguien se me" cuela " en una fila hago como si no me diera cuenta.	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira , cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio " para evitar problemas con otras personas.	A B C D
33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A B C D
TOTAL	

ANEXO C – Consentimiento Informado

Escala de habilidades sociales

Al realizar la siguiente encuesta, usted está aceptando de participar voluntariamente en la investigación sobre inteligencia emocional y habilidades sociales, dirigida por Carlos Eduardo Odar Mendoza y Maria Rosa Camacho Ortiz, con del estudio es relacionar las dos variables, la información otorgada es estrictamente confidencial y no será utilizada para ningún otro propósito fuera de este trabajo.
A continuación aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no . No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Inventario emocional Baron ICE

Al realizar la siguiente encuesta, usted está aceptando de participar voluntariamente en la investigación sobre inteligencia emocional y habilidades sociales, dirigida por Carlos Eduardo Odar Mendoza y Maria Rosa Camacho Ortiz, con del estudio es relacionar las dos variables, la información otorgada es estrictamente confidencial y no será utilizada para ningún otro propósito fuera de este trabajo.
Dinos cómo te sientes, piensas o actúas LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES.
Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas

ANEXO D – Solicitud de permiso a la institución educativa

Solicito: Permiso para realizar
trabajo de investigación

Hna Margarita Castilla Felix
Directora de la Institución Educativa Emblemática Santa Teresita
PRESENTE

Estimada Hna.

Por el presente medio, Yo, Carlos Eduardo Odar Mendoza, identificado con el número de DNI N° 72188994, con domicilio Jirón San Pablo N° 491. Respetuosamente me presento y expongo:

Que habiendo culminado la carrera profesional de Psicología en la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, solicito a UD. Permiso para realizar trabajo de investigación en su Institución Educativa sobre "Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en alumnas del Quinto grado de secundaria" para optar el grado de psicólogo.

Por lo expuesto:

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Cajamarca 15 de junio del 2020

Atentamente,

Carlos Eduardo Odar Mendoza
DNI N° 72188994

Final del documento

ANEXO E – Carta de aceptación de la Institución Educativa

INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA
"SANTA TERESITA"
Av. Mario Urteaga N° 360
Teléfono : (076) 36-2308
Email: santateresita@iesantateresita.edu.pe
Cajamarca - Perú

"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

Cajamarca, 14 de agosto de 2020

CARTA N° 011-2020/DIE "ST"

SR.
CARLOS EDUARDO ODAR MENDOZA

CIUDAD.-

Es grato dirigirme a Ud. para saludarlo muy cordialmente y a la vez en atención al Expediente N° 857-2020 donde solicita realizar trabajo de Investigación en la Institución Educativa Emblemática "Santa Teresita" sobre **"Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales de las alumnas de Quinto Grado de Secundaria"** le manifiesto que mi Despacho acepta que usted realice su trabajo de investigación en nuestra Institución Educativa.

Sin otro particular, me despido de Ud. pidiendo a Dios y a la Santísima Virgen María derramen bendiciones en Ud. y su familia.

En Cristo Crucificado

Sor Margarita Castilla Félix
Directora

ANEXO F – Constancia de conformidad

INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA
Santa Teresita
Ciencia, Virtud y Acción

LA MADRE DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EMBLEMÁTICA "SANTA TERESITA", QUIEN SUSCRIBE:

HACE CONSTAR:

Que la Sr. **CARLOS EDUARDO ODAR MENDOZA,** realizó en la Institución Educativa Emblemática "Santa Teresita" la investigación **TITULADA: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y HABILIDADES SOCIALES EN LAS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "SANTA TERESITA".**

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines pertinentes.

Cajamarca, 26 de enero de 2021

Sor Margarita Castilla Félix
Directora