



Universidad Católica de Salta

FACULTAD DE ARTES Y CIENCIAS

Licenciatura en Psicología

**Competencias emocionales de los
estudiantes de quinto año de la carrera
Licenciatura en Psicología de la Universidad
Católica de Salta en el año 2020**

ALUMNA: Arroyo, Lorena Milagro

DIRECTORA: Lic. Salas Machuca, Carina Emilia

2020

Autoridades Académicas

Rector

Ing. Rodolfo Gallo Cornejo

Vicerrectora Académica

Mg. Constanza Diedrich

Secretaria General

Mg. Lic. Silvia Álvarez

Decano de la Facultad de Artes y Ciencias

Lic. María Dolores Medina Bouquet

Secretaria Académica

Dra. Adriana Iburguren

Jefa del Departamento de Psicología

Lic. Sonia Edith Guijarro Cardenas

Agradecimientos

A mis padres, que me dieron la vida y me permitieron hacer lo que amo. Por su apoyo constante y su esfuerzo para que pudiera cumplir mi sueño.

A mi hermano, a quien admiro y me inspira a ser mejor persona cada día.

A mi abuela América, que es el pilar de la familia, quien me ayudó en este proceso y me sacó sonrisas en los momentos más difíciles.

A mis abuelos que ya no están más conmigo, esto también es para ustedes. A mi abuelo Enrique, que me guio en este camino y de quien espero algún día aprender un poco de su templanza, pasión y amor por la vida.

Gracias a toda mi familia, en especial a mi tía Lita, por apoyarme y alentarme por estudiar esta hermosa carrera.

A mis amigos y compañeros de la facultad. Son los que estuvieron en el día a día acompañándome, en las buenas y en las malas.

Agradezco a cada uno de los profesores que me enseñaron y brindaron las herramientas para esta profesión.

Agradezco infinitamente a mi directora de tesis, Lic. Carina Salas, quien me supo guiar y de quien aprendí enormemente.

Gracias a cada uno los estudiantes de la carrera Licenciatura en Psicología que participaron de la investigación; sin ustedes, esto no hubiese sido posible.

Resumen

El presente Trabajo Final de Grado es una investigación de carácter cuantitativa, con un nivel descriptivo y un diseño no experimental transversal. El mismo tuvo como objetivo principal, determinar el nivel de competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

El estudio se situó en un marco teórico constituido por el modelo pentagonal de competencia emocional de Rafael Bisquerra Alzina y el grupo GROP.

Para lograr el propósito planteado, se estudió una muestra de 82 estudiantes de dicha población. Se trabajó con un instrumento construido por la investigadora, una escala de Likert con 69 ítems que obtuvo una fiabilidad de Alfa de Cronbach de 0,944. El mismo permitió obtener puntuaciones referidas a la competencia emocional global y de cada una de sus dimensiones (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades de vida y bienestar) y de sus microcompetencias.

Los resultados conseguidos por el instrumento, dieron a conocer que el 65,85% de la muestra alcanzó puntuaciones que indicaron un nivel alto en competencia emocional global.

La utilización de la prueba no paramétrica X^2 para una muestra, arrojó resultados que posibilitaron aceptar la hipótesis que consideraba que los estudiantes con niveles altos en competencias emocionales, sería mayor a los que tuvieran niveles medio y bajo; esto hizo posible generalizar los datos obtenidos a la población.

Palabras claves: Competencia emocional – Niveles de competencia emocional – Estudiantes de Psicología – Conciencia emocional – Regulación emocional- Autonomía emocional – Competencia social – Habilidades de vida y bienestar

Abstract

The present final degree study is a quantitative and descriptive investigation, with a non- experimental cross-sectional design. It had as a main objective, to determine the level of emotional competencies of fifth-year students of the bachelor of psychology degree at the Catholic University of Salta in 2020.

The investigation was located in a theoretical framework constituted with the pentagonal model of emotional competence by Rafael Bisquerra Alzina and the GROU group.

To achieve the stated purpose, it was studied a sample of 82 students from that population. It was performed with an instrument built by the researcher, a Likert scale with 69 items that got a reliability of Cronbach's Alpha of 0.944. This allowed obtaining scores referring to global emotional competence and for each dimension (emotional awareness, emotional regulation, emotional autonomy, social competence and skills for life and well-being) and their micro competences.

The results obtained by the instrument revealed that 65.85% of the sample reached scores that indicated a high level of global emotional competence.

The use of the non-parametric χ^2 test for one sample, yielded results that made it possible to accept the hypothesis that considered that the students with high levels of emotional competences would be higher than those with medium and low levels; this made it possible to generalize the data obtained to the population.

Key words: Emotional competence – Levels of emotional competence – Psychology students – Emotional awareness - Emotional regulation - Emotional autonomy - Social competence - Life skills for well-being

Índice general

INTRODUCCIÓN.....	18
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	21
OBJETIVOS.....	21
<i>General</i>	21
<i>Específicos</i>	21
JUSTIFICACIÓN	22
DEFICIENCIAS EN EL CONOCIMIENTO	25
CONSECUENCIAS	30
CONTEXTO.....	31
MARCO TEÓRICO	33
CAPÍTULO 1: LAS EMOCIONES	33
1.1 <i>Concepto de emoción</i>	33
1.2 <i>Funciones de las emociones</i>	36
CAPÍTULO 2: COMPETENCIAS EMOCIONALES	37
2.1 <i>Conceptualización de Competencias</i>	37
2.2 <i>De la inteligencia emocional a las competencias emocionales</i>	38
2.3 <i>Competencias emocionales</i>	42
CAPÍTULO 3: EDUCACIÓN INTEGRAL.....	49
3.1 <i>Educación y Formación Profesional Integral</i>	49
3.2 <i>Educación Emocional</i>	50
3.3 <i>Educación Superior: Licenciatura en Psicología</i>	51

3.4 Competencias emocionales en la formación del Licenciado en Psicología.	53
HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	55
DEFINICIÓN DE VARIABLES	56
DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE VARIABLES	56
DEFINICIÓN OPERACIONAL DE VARIABLES	64
METODOLOGÍA	70
NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN	70
POBLACIÓN Y MUESTRA	70
PROCEDIMIENTO	72
DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	73
RECOLECCIÓN DE DATOS	74
Validez del instrumento.	107
Confiabilidad del instrumento.	120
ANÁLISIS DE DATOS	123
1. ANÁLISIS DE FRECUENCIAS Y DESCRIPTIVO DE PUNTAJES DIRECTOS	125
1.1 Competencia emocional global.	125
1.2 Competencias emocionales.	126
2. ANÁLISIS DE FRECUENCIAS Y DESCRIPTIVO DE NIVELES DE COMPETENCIAS EMOCIONALES	143
2.1 Estadísticos descriptivos de niveles de competencia emocional global.	143
2.2 Estadísticos descriptivos de niveles de las dimensiones de la competencia emocional.	145

2.3 Análisis de niveles de competencia emocional con respecto a las características demográficas.....	150
3. PERCENTILES CON PUNTAJES DIRECTOS.....	151
4. ANÁLISIS NO PARAMÉTRICO	154
<i>Procedimiento objetivo.</i>	154
<i>Procedimiento práctico.</i>	157
5. DESCRIPCIÓN DE COMENTARIOS ANTE LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO.....	158
CONCLUSIÓN	159
DISCUSIÓN.....	167
RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS	170
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	172
NOTAS.....	183
ANEXOS	187
ANEXO Nº 1: NOTAS DIRIGIDAS A LA INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA	188
ANEXO Nº 2: INSTRUMENTO	190
ANEXO Nº 3: PRUEBA PILOTO ONLINE DEL INSTRUMENTO	199
ANEXO Nº 4: CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO	204
ANEXO Nº 5: RESULTADOS. PUNTUACIONES DE LA MUESTRA.....	211
ANEXO Nº 6: RESULTADOS: PUNTAJES DIRECTOS EN COMPETENCIA EMOCIONAL GLOBAL, EN CADA DIMENSIÓN Y SUS MICROCOMPETENCIAS	221
ANEXO Nº7: RESULTADOS: NIVELES DE COMPETENCIA EMOCIONAL GLOBAL Y DE CADA DIMENSIÓN	241
ANEXO Nº 8: TABLAS.....	244

HOJA DE EVALUACIÓN	267
--------------------------	-----

Índice de figuras

Figura 1. Clasificación De Las Emociones	35
Figura 2. Modelo Pentagonal de Competencia Emocional	43
Figura 3. Fórmula Alfa de Cronbach	120
Figura 4. Sexo	124
Figura 5. Edad	124
Figura 6. Puntajes Directos de Competencia Emocional Global.....	126
Figura 7 Puntajes Directos de Conciencia Emocional.	128
Figura 8. Media Aritmética de cada Microcompetencia de Conciencia Emocional	130
Figura 9. Puntajes Directos de Regulación Emocional	131
Figura 10. Media Aritmética de cada Microcompetencia de Regulación Emocional	133
Figura 11. Puntajes Directos de Autonomía Emocional	134
Figura 12 Media Aritmética de cada Microcompetencia de Autonomía Emocional.	136
Figura 13. Puntajes Directos de Competencia Social.....	137
Figura 14. Media Aritmética de cada Microcompetencia de Competencia Social	139
Figura 15. Puntajes Directos de Habilidades de Vida y Bienestar	140
Figura 16. Media Aritmética de cada Microcompetencia de Habilidades de Vida y Bienestar	142
Figura 17. Media Aritmética de cada Competencia Emocional	143

Figura 18. Porcentajes de Niveles de Competencia Emocional Global	144
Figura 19. Porcentajes de Niveles de Conciencia Emocional.....	146
Figura 20. Porcentajes de Niveles de Regulación Emocional	147
Figura 21. Porcentajes de Niveles de Autonomía Emocional	148
Figura 22. Porcentajes de Niveles de Competencia Social	149
Figura 23. Porcentajes de Niveles de Habilidades de la Vida y el Bienestar	150
Figura 24. Región de rechazo	156
Figura 25. Presentación del instrumento en Google Drive	196
Figura 26. Consentimiento informado previo al instrumento en Google Drive	197
Figura 27. Instrucciones del instrumento en Google Drive	198
Figura 28. Ejemplo del primer ítem del instrumento en Google Drive.....	198
Figura 29. Confiabilidad de Variable Competencia Emocional Global	204
Figura 30. Confiabilidad de Variable Competencia Emocional Global Continuación	204
Figura 31. Confiabilidad de Variable Competencia Emocional Global Continuación 2	205
Figura 32. Confiabilidad de Variable Competencia Emocional Global Continuación 3	205
Figura 33. Confiabilidad de Variable Competencia Emocional Global Continuación 3	206
Figura 34. Confiabilidad de Variable Competencia Emocional Global Continuación 4	206
Figura 35. Confiabilidad de Variable Conciencia Emocional	207
Figura 36. Confiabilidad de Variable Regulación Emocional	207

Figura 37. Confiabilidad de Variable Autonomía Emocional.....	208
Figura 38. Confiabilidad de Variable Autonomía Emocional Continuación	208
Figura 39. Confiabilidad de Variable Competencia Social.....	209
Figura 40. Confiabilidad de Variable Competencia Social Continuación	209
Figura 41. Confiabilidad de Variable Habilidades de Vida y Bienestar	210

Índice de tablas

Tabla 1. Definición operacional de competencias emocionales	64
Tabla 2. Instrumento. Escala de competencias emocionales.....	76
Tabla 3. Libro de códigos.....	82
Tabla 4. Libro de códigos de niveles de competencia emocional.....	106
Tabla 5. Validez de constructo ítem por ítem	107
Tabla 6. Resultado de Alfa de Cronbach de competencia emocional global	120
Tabla 7. Resultado de Alfa de Cronbach de conciencia emocional.....	121
Tabla 8. Resultado de Alfa de Cronbach de regulación emocional	121
Tabla 9. Resultado de Alfa de Cronbach de autonomía emocional.....	121
Tabla 10. Resultado de Alfa de Cronbach de competencia social.....	122
Tabla 11. Resultado de Alfa de Cronbach de habilidad de vida y bienestar	122
Tabla 12. Estadísticos descriptivos de puntajes directos de competencia emocional global.....	125
Tabla 13. Estadísticos descriptivos de puntajes directos de conciencia emocional	127
Tabla 14. Media aritmética de cada microcompetencia de conciencia emocional	128
Tabla 15. Estadísticos descriptivos de puntajes directos de regulación emocional	130
Tabla 16. Media aritmética de cada microcompetencia de regulación emocional.....	132
Tabla 17. Estadísticos descriptivos de puntajes directos de autonomía emocional	133

Tabla 18. Media aritmética de cada microcompetencia de autonomía emocional	135
Tabla 19. Estadísticos descriptivos de puntajes directos de competencia social	136
Tabla 20. Media aritmética de cada microcompetencia de competencia social...	138
Tabla 21. Estadísticos descriptivos de puntajes directos de habilidades de vida y bienestar	139
Tabla 22. Media aritmética de cada microcompetencia de habilidades de vida y bienestar	141
Tabla 23. Media aritmética de cada competencia emocional	142
Tabla 24. Estadísticos descriptivos de niveles de competencia emocional global	143
Tabla 25. Estadísticos descriptivos de niveles de cada competencia emocional	145
Tabla 26. Nivel de competencia emocional global y sexo	150
Tabla 27. Nivel de competencia emocional global y edad	151
Tabla 28. Percentiles de puntajes directos de competencia emocional global	152
Tabla 29. Percentiles de puntajes directos de cada competencia emociona.....	152
Tabla 30. Tabla de valores críticos de Chi Cuadrada.....	155
Tabla 31. Frecuencias observadas y esperadas de nivel de competencia emocional global	157
Tabla 32. Grado de libertad	157
Tabla 33. Frecuencia esperada	157
Tabla 34. Procedimiento. Prueba no paramétrica Chi Cuadrada para una muestra	158
Tabla 35. Instrumento original para administración de modo presencial	190

Tabla 36. Resumen de puntajes directos de los casos de la prueba piloto	199
Tabla 37. Resumen de puntajes directos	211
Tabla 38. Resumen de puntajes directos. Continuaciòn	216
Tabla 39. Resultados de puntajes directos.	221
Tabla 40. Resultados: Puntajes directos de microcompetencias de conciencia emocional	223
Tabla 41. Resultados: Puntajes directos de microcompetencia de regulaciòn emocional	226
Tabla 42. Resultados: Puntajes directos de microcompetencias de autonomía emocional	229
Tabla 43. Resultados: Puntajes directos de microcompetencias de competencia social	233
Tabla 44. Resultados: Puntajes directos de microcompetencias de habilidades de vida y bienestar	238
Tabla 45. Resultados: niveles de competencia emocional global y sus dimensiones	241
Tabla 46. Frecuencias Sexo	244
Tabla 47. Frecuencias Edad.	244
Tabla 48. Estadísticos descriptivos edad	245
Tabla 49. Frecuencias de puntajes directos de competencia emocional global ..	245
Tabla 50. Frecuencias de puntajes directos de conciencia emocional	247
Tabla 51. Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de conciencia emocional	248

Tabla 52. Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de conciencia emocional	249
Tabla 53. Frecuencias de puntajes directos de regulación emocional	249
Tabla 54. Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de regulación emocional.....	251
Tabla 55. Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de regulación emocional	252
Tabla 56. Frecuencias de puntajes directos de autonomía emocional	252
Tabla 57. Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de autonomía emocional	254
Tabla 58. Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de autonomía emocional	255
Tabla 59. Frecuencias de puntajes directos de competencia social.....	255
Tabla 60. Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de competencia social	257
Tabla 61. Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de competencia social. Continuación	258
Tabla 62. Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de competencia social	258
Tabla 63. Frecuencias de puntajes directos de habilidades de vida y bienestar .	259
Tabla 64. Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de habilidades de vida y bienestar.....	261
Tabla 65. Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de habilidades de vida y bienestar	262

Tabla 66. Frecuencias de niveles de competencia emocional global	262
Tabla 67. Frecuencias de niveles de conciencia emocional	263
Tabla 68. Frecuencias de niveles de regulación emocional	263
Tabla 69. Frecuencias de niveles de autonomía emocional	263
Tabla 70. Frecuencias de niveles de competencia social	264
Tabla 71. Frecuencias de niveles de habilidades de vida y bienestar	264
Tabla 72. Percentiles de niveles de competencia emocional global	264
Tabla 73. Percentiles de niveles de cada competencia emocional	265
Tabla 74. Comentarios de estudiantes de la licenciatura en psicología ante la aplicación del instrumento	265

Introducción

Los seres humanos experimentan emociones agradables y desagradables en cada momento de sus vidas. El desarrollo emocional personal implica tomar conciencia, reconocer y regular dichas emociones, para desempeñarse de modo competente en cada uno de los ámbitos en los que se desenvuelve, entre ellos el laboral.

Las exigencias actuales del mercado laboral, apuntan más allá de la formación académica de los profesionales (Red Graduados, 2016; Bisquerra Alzina & Pérez Escoda, 2007; Riquelme Jiménez, 2013). No son suficientes los estudios secundarios ni títulos de grado universitarios, formaciones en posgrados, masters, doctorados y post doctorados. Hoy, se busca un plus en los postulantes a diferentes empleos.

Lo mencionado, produce una reforma de la formación profesional, que señala cómo debería ser el plan de estudios académico de las diferentes carreras. Asimismo, solicita una educación integral, que en la realidad no se ve cumplimentado. Se advierte que las instituciones educativas priorizan el desarrollo cognitivo de sus estudiantes, sin tener en cuenta muchas veces, el desarrollo emocional de los mismos. Es decir, existe hincapié en el aprendizaje de competencias específicas o también llamadas de desarrollo técnico- profesional, en detrimento de las competencias genéricas o de desarrollo socio-personal. Estas últimas, son igual de valiosas (Bisquerra Alzina & Pérez Escoda, 2007, p. 3-4) y en conjunto, posibilitan la formación integral de los estudiantes.

La necesidad de un valor agregado apela a que, en el transcurso de la formación profesional, los estudiantes desarrollen capacidades y actitudes que le permitan adaptarse y afrontar los requerimientos de la actual sociedad cambiante, tal como plantea en la Declaración Mundial sobre la Educación Superior en el siglo XXI: visión y acción (UNESCO, 1998).

Como refiere Tobón (2005) es menester hablar del desarrollo de diferentes saberes existentes: uno concerniente al conocimiento que implica el manejo de

información; de igual modo, un saber-hacer que faculta la ejecución de procedimientos para resolver problemáticas; y un saber-ser, referente a las condiciones propias de las personas, sus actitudes y comportamientos que hace posible el trabajo con otros. Lo descripto se localiza dentro del marco de una educación basada en competencias, que busca generar un profesional competente (pp. 119-120).

Las competencias emocionales pertenecen al saber ser, por lo cual queda justificado su aprendizaje y desarrollo. Es tal la necesidad de mejorar los niveles de competencias emocionales, que actualmente en Argentina se está promoviendo el proyecto de Ley de Educación Emocional. En dicho proyecto, el artículo 4 contempla la educación emocional en todos los niveles educativos, incluyendo la educación superior (Fundación Educación Emocional, s.f.).

Del mismo modo, promover las competencias emocionales puede conducir al bienestar personal y social de los estudiantes universitarios. Además, resulta ser una estrategia de prevención primaria inespecífica (Bisquerra Alzina, 2001).

Promover el nivel de “conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (Bisquerra Alzina y Pérez Escoda, 2007, p. 69), es decir, las competencias emocionales, es esencial para lograr la formación integral en cada una de las carreras universitarias. Esto es relevante más aún en aquellas profesiones en las cuales se trabaja con personas. El accionar del profesional tiene impacto en las mismas y viceversa, ya que hay un constante intercambio que conduce a experimentar diversas emociones, las cuales deben ser reconocidas, administradas y reguladas. Una de estas profesiones es la de los Licenciados en Psicología.

Al respecto, a través de la teoría de Bisquerra Alzina y Pérez Escoda (2007), se puede entender la importancia de cada competencia emocional en el desempeño del psicólogo. Competencias emocionales como la conciencia emocional posibilitarían al psicólogo la toma de conocimiento de sus propias emociones y de las emociones de las personas con las que se relaciona, como ser el

paciente/consultante/entrevistado/entre otros. Del mismo modo, la regulación emocional, concede al profesional mayores probabilidades de manejar esas emociones que emergen en sus interacciones. En tanto que, poseer autonomía emocional, competencia social, y competencias para la vida y el bienestar, le hace posible establecer relaciones apropiadas con las personas que se vincula, comunicándose de modo efectivo y respetuoso con las mismas. Asimismo, le facilita conducirse de manera sana y equilibrada en sus relaciones (pp. 71-73).

Las competencias emocionales se van formando y aprendiendo a lo largo de la vida, siendo de suma importancia su promoción durante la formación superior. Por lo explicado, resulta interesante conocer el nivel de competencias emocionales de los estudiantes del último año curricular, para advertir si se hallan preparados emocionalmente para la futura e inminente vida profesional y los requerimientos de dicho mundo laboral.

Esto lleva a la pregunta: ¿Cuál es el nivel de competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera de la Licenciatura en Psicología?

En consecuencia, este trabajo tiene como propósito el determinar el nivel de competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020. Investigar sobre ello es un punto de partida, que podría hacer posible mejorar los niveles de las mismas. La investigación se encuentra sustentada en el desafío de una educación integral, que tiene presente conocimientos y capacidades cognitivas, como también habilidades emocionales.

Planteamiento del problema

¿Cuál es el nivel de competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020?

Objetivos

General

○ Determinar el nivel de competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

Específicos

○ Medir el nivel de conciencia emocional y sus microcompetencias en los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

○ Medir el nivel de regulación emocional y sus microcompetencias en los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

○ Medir el nivel de autonomía emocional y sus microcompetencias en los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

○ Medir el nivel de competencia social y sus microcompetencias en los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

○ Medir el nivel de habilidades de vida y bienestar y sus microcompetencias en los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

Justificación

La psicología como profesión implica diversos saberes: saber-conocer, saber-hacer y saber-ser que facilitan la prevención, promoción y tratamiento en materia de salud mental. Es preciso que los profesionales que se desempeñen en ella, tengan desarrolladas diversas competencias. Desde habilidades cognitivas específicas del conocimiento que debe poseer un profesional de la salud mental, como también competencias socio-personales. Dentro de estas últimas, se ubican las competencias emocionales.

La necesidad creciente por dirigir la atención al dominio de las emociones, se comprueba en el incremento de investigaciones y trabajos científicos que se han efectuado desde finales de la década de los 90. Estos estudios surgen a partir de la aparición del concepto de inteligencia emocional de Salovey y Mayer en 1990 y la popularización de la teorización de Daniel Goleman en el año 1995, junto a otras teorías que fueron emergiendo (Fernández Berrocal & Extremera Pacheco, 2005, p. 67).

Empero de lo expresado anteriormente, no se registraron investigaciones en la provincia de Salta, ni en Argentina, que estén referidos a competencias emocionales en los estudiantes de Psicología. Sólo algunos estudios en el país dan cuenta de la importancia del desarrollo emocional, pero no están orientados desde la teoría de las competencias emocionales de Bisquerra Alzina y el grupo GROP, sino desde el constructo de inteligencia emocional. Asimismo, algunos poseen confusiones teóricas-metodológicas, ya que el instrumento utilizado no condice con el marco teórico asumido. Por esto, el presente trabajo buscó coherencia entre ambos aspectos para alcanzar conclusiones apropiadas.

En tal sentido, esta investigación es de suma importancia, ya que ofrece un diagnóstico acerca de las competencias emocionales de los estudiantes del último año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

De esta manera, permite a la institución universitaria contar con una aproximación concreta acerca de las competencias emocionales de sus estudiantes próximos a graduarse. Las demandas de un plus diferenciador en los profesionales, referidas a competencias transversales o genéricas, lleva a las instituciones académicas a adecuarse a tales requerimientos. En consecuencia, es necesario que la universidad tenga presente el nivel de competencias emocionales de sus estudiantes, sus fortalezas y aspectos a mejorar, y a partir de ello, originar planes y/o estrategias de mejoras.

La investigación es un punto de partida que permite futuras intervenciones para formar profesionales competentes que se adapten a la sociedad actual y se enfrenten a los retos del entorno laboral. De este modo, hace posible cumplir con una educación integral que contemple los cuatro pilares nombrados en el Informe Delors (1996) de la UNESCO: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir con otros y aprender a ser (pp. 96-109). En especial, este último, ya que en él se asienta el aprendizaje de competencias emocionales.

Además, este estudio favorece al camino hacia una universidad salutogénica y un entorno educativo saludable, que redunde en beneficios tanto para los estudiantes, docentes y no docentes que forman parte de la institución. Lo descripto, involucra el desarrollo de factores de protección de la salud mental y una forma de prevención inespecífica.

De igual forma, la investigación admite el conocimiento del cumplimiento del desarrollo de competencias referidas a las relaciones interpersonales, ético-axiológica-deontológicas, y de autonomía y creatividad, que son parte del perfil del egresado en la Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta. En dicho perfil, se considera un abordaje de educación integral que implique no sólo lo cognitivo, sino también las competencias nombradas, junto a otras capacidades (Universidad Católica de Salta, s.f b).

Lo anterior, contribuye a cumplir con lo estipulado por La Comisión Nacional de Evaluación y Acreditación Universitaria o CONEAU (2011) de la Argentina. La misma concibe que toda carrera profesional que busque ser acreditada, debe formar

en contenidos a nivel conceptual y teórico, y en todas aquellas competencias que aspire desarrollar, tomando como referencia el perfil del egresado. Éste es uno de los criterios de la segunda dimensión considerada en la guía de autoevaluación. El punto 2.1 destaca la evaluación de los planes de estudio para examinar la “coherencia con los objetivos de la carrera, el perfil profesional propuesto y la metodología de enseñanza y aprendizaje” (Comisión Nacional de Evaluación Universitaria, 2011, p.19).

Así también, este estudio posee relevancia social, ya que permitió a los estudiantes tener autoconocimiento acerca de sus propias competencias emocionales.

Por último, posee un valor metodológico ya que se obtuvo un nuevo instrumento. Esto se logró por medio de la construcción de una escala de Likert que mide el nivel de competencias emocionales, creado de acuerdo al contexto argentino y salteño específicamente.

Deficiencias en el conocimiento

Se desarrolló una revisión de las investigaciones ya efectuadas en relación a la temática elegida. En los últimos años han incrementado los estudios científicos vinculados a los recursos emocionales, competencias emocionales e inteligencia emocional. Sin embargo, se advirtió la carencia de aquellos que refieran específicamente a competencias emocionales desde la construcción teórica de Bisquerra Alzina y el grupo GROPE (Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica) en el territorio argentino. Empero, se tuvieron presentes diversas investigaciones como guías de aquello que se quiso indagar más, como también evitar realizar.

Es importante explicar la elección del constructo teórico de competencias emocionales del autor Bisquerra Alzina y el grupo GROPE. A diferencia de otras, dicha teoría presenta mayor importancia entre la interacción persona - ambiente, y está orientada hacia el conocimiento de logros y no sólo a capacidades cognitivas. Despliega una comprensión más amplia e integradora de conceptos psicológicos y educativos, ya que los mismos autores realizan una revisión de todas las teorizaciones anteriores y actualizan la suya con nuevos descubrimientos.

Seguidamente, se presentan aquellas exploraciones científicas del tema, desde diversas miradas:

Fragoso-Luzariaga (2015) en su texto "Inteligencia Emocional y Competencias Emocionales en Educación Superior ¿Un mismo concepto?", fundamentó la necesidad creciente de una educación integral basada en una formación en conocimientos académicos y habilidades socio-afectivas que permita al estudiante enfrentar el mundo laboral en un futuro.

Al mismo tiempo, el autor Fragoso-Luzariaga (2015) distinguió los constructos de inteligencia emocional y competencias emocionales, evidenciando la descuidada indiferenciación de los términos, usados muchas veces de manera intercambiable. Se consideró a partir de este texto que su utilización como sinónimos, conduce a llevar a cabo investigaciones equívocas, ya que en ocasiones se emplea un marco teórico basado en competencias emocionales con un

instrumento que corresponde a una fundamentación teórica de inteligencia emocional, o viceversa. De la misma manera, en el texto se identificaron los modelos de inteligencia emocional: por un lado, los modelos mixtos en los que se hallan las teorizaciones de Daniel Goleman y Bar-On; por el otro, el modelo de habilidad representado por Mayer y Salovey. En cuanto a las competencias emocionales, expuso dos modelos: uno de Carolyn Saarni y otro de Bisquerra Alzina (pp. 114-121). Este último, es el que fue guía de esta investigación.

Este texto resultó fundamental para poder dirigir el presente trabajo, teniendo presente los errores ya efectuados en el pasado, y de este modo, producir la distinción de los términos y la correspondencia con el instrumento empleado. En efecto, permitió orientar y alcanzar la congruencia teórica-metodológica de la investigación llevada a cabo.

Por otro lado, Vázquez, Francica y Sosa (2014), en su publicación denominada “Desempeño académico universitario y perfil cognitivo-emocional”, realizaron un estudio de la relación existente entre diferentes constructos teóricos del Análisis Transaccional y el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Católica de Salta.

Esta investigación ofreció datos acerca de las emociones en los estudiantes de Psicología, población similar a la tenida en cuenta para el desarrollo de esta investigación. Brindó una aproximación previa con respecto a los mismos, a pesar de estar encarado desde una línea teórica diferente, el Análisis Transaccional. Se trató de un estudio longitudinal, que buscó indagar los factores psicológicos que podrían influir en el rendimiento académico, para lo cual realizaron un seguimiento a estudiantes de Psicología desde el año 2011 al 2015. (Vázquez et. al, 2014)

Con respecto a los resultados conseguidos por Vázquez et. al (2014), se destacan los referidos al perfil emocional de la muestra. A partir de los talleres realizados, se observó que los participantes registraban más frecuentemente las emociones como celos y orgullo; los autores afirman que, con los talleres, la frecuencia de las emociones nombradas bajó significativamente. Del mismo modo sucedió con las emociones como el rencor y rivalidad. En el primer taller las más

registradas fueron: celos, orgullo, melancolía, vergüenza, depresión, ansiedad (pp. 96-97).

A pesar de aportar conocimiento directo sobre dicha población, no es un análisis profundo en relación a las competencias emocionales, o el manejo de las emociones de tales personas, ya que no era el propósito de la investigación de Vázquez et al.

Por otra parte, Muñoz (2015) en su tesina llamada “Inteligencia Emocional en estudiantes de Psicología”, comparó los niveles de inteligencia emocional entre los estudiantes del primer y del último año de la carrera, en la provincia de Mendoza. Es una investigación sobre la temática inteligencia emocional, efectuada en el territorio argentino. Se la tuvo presente por lo dicho anteriormente, como también para tener en cuenta uno de los errores que no se quería cometer.

Muñoz (2015) basó su estudio en la construcción teórica de Mayer y Salovey acerca de la inteligencia emocional y utilizó el cuestionario de inteligencia emocional de Tobías y Callejas fundado en el modelo mixto de inteligencia emocional de Daniel Goleman. Esto da cuenta de la incoherencia entre el marco teórico de la investigación y el sustento teórico del instrumento de recolección de datos. Este cuestionario, no permite analizar el nivel de inteligencia emocional, sino que permite obtener datos acerca de la autopercepción del estudiante. En cuanto a los resultados obtenidos, se hace hincapié en los niveles alcanzados por la muestra de quinto año. Los mismos lograron un nivel medio de inteligencia emocional. Asimismo, con respecto a las conclusiones, sugirió que la formación del psicólogo no genera mayor desarrollo de la Inteligencia emocional.

Asimismo, Best y Pairetti (2014) expusieron en su artículo acerca de la “Inteligencia emocional en la formación del Psicólogo: Su emergencia y construcción como objeto de investigación”. Las autoras tenían como finalidad el análisis de diversas investigaciones sobre la inteligencia emocional como aspecto fundamental en el rol del psicólogo. Realizaron un recorrido desde el año 2006, teniendo en cuenta espacios de formación de pregrado hasta teorizaciones e investigaciones para delimitar el objeto de estudio. Hicieron hincapié en la necesidad de una articulación de un saber-hacer con las dimensiones personales involucradas durante el ejercicio del rol del Psicólogo. Afirmaron que la teoría de la

inteligencia emocional ha permitido a la investigación “delimitar un tronco común de habilidades requeridas en las diferentes prácticas del Psicólogo en cada uno de los campos de aplicación de la disciplina” (p. 21-22). Las autoras nombraron en el estado del arte, diferentes investigaciones que dan cuenta de correlaciones significativas entre el desempeño profesional y el desarrollo de habilidades emocionales. Consideraron importante su aprendizaje en la formación básica, siendo valioso tanto en la educación superior, como en los psicólogos en ejercicio.

Además, se consideró la publicación de González Morga, González Lorente y Martínez Clares (2016), la cual tuvo como objetivo conocer la percepción acerca del manejo de competencias transversales de los estudiantes del último año de la carrera de grado de Psicología en la Universidad de Murcia en España.

La investigación de González Morga et. al (2016) permitió tener una base esperable acerca de las competencias transversales desarrolladas en estudiantes de psicología próximos a graduarse. Si bien no se trata del enfoque teórico correspondiente a las competencias emocionales, muchos de los factores de las competencias transversales, se encuentran incluidas en la teoría de la investigación presente. Se hizo hincapié en los resultados correspondientes a las competencias de: adaptación, motivación, comunicación, toma de decisiones, trabajo en equipo, interacción social, compromiso ético y social, y control emocional. Los autores observaron un dominio medio de las competencias transversales en general. Sin embargo, específicamente con respecto a las competencias nombradas anteriormente, se encontraron menos desarrolladas que otras competencias transversales como ser: organización y planificación, comunicación, uso de tic, lengua extranjera, gestión del conocimiento.

Se sumó el artículo de Antonio-Aguirre, Esnaola y Rodríguez-Fernández (2017) en la Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, donde explicitaron los diferentes instrumentos de medida de la inteligencia emocional. Para ello, tuvieron en cuenta los diversos constructos teóricos y el enfoque: la inteligencia emocional entendida como habilidad o como rasgo de la personalidad. Con respecto al primer grupo, los instrumentos existentes son: Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) de Mayer, Salovey y Caruso; Test de Inteligencia Emocional de la fundación Botín para adolescentes (TIEFBA) de Fernández

Berrocal, Extremera, Palomera, Ruiz-Aranda y Salguero; Test de Inteligencia Emocional de la Fundación Botin para la Infancia (TIEFBI) de los mismos autores que el test anterior, junto con Cabello-González. Por otro lado, los instrumentos utilizados para la inteligencia emocional entendida como rasgo son: Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) de Fernández Berrocal, Extremera y Ramos; Assesing Emotions Scale (AES) de Schutte et al.; Emotional Self-efficacy Scale de Qualter et al.; Emotional Quotient Inventory (EQ-i) de Bar-On y Parker; Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) de Mavroveli, Petrides, Shove y Whiehead; por último, se nombra el Cuestionario de Desarrollo Emocional (CDE) de Pérez Escoda et al.

Se debe destacar, que los mismos refieren a la inteligencia emocional y solo el instrumento desarrollado por Pérez Escoda et al. tiene presente un enfoque desde las competencias emocionales como en la investigación que se llevó a cabo. El mismo fue tomado en consideración junto a otros instrumentos, para la construcción de la escala de Likert que se aplicó.

En base de todo lo expuesto, resulta evidente la importancia de la investigación presente. Como se observó, no se detectaron investigaciones en el territorio argentino sobre competencias emocionales desde la perspectiva de Bisquerra Alzina, con la utilización de un instrumento construido a partir de éste marco teórico. De igual modo, no se registraron estudios científicos referidos a las competencias emocionales en los estudiantes de Psicología en la región del NOA de la Argentina; como tampoco específicamente en la provincia salteña, donde se encuentra la Universidad Católica de Salta. Por ello y por todos los beneficios nombrados en el apartado de justificación, resulta de gran aporte la consecución de los objetivos planteados.

Consecuencias

En primer lugar, cada uno de los trabajos científicos tomados en consideración en la presente investigación, se citaron y referenciaron con sus respectivos autores. Esto se efectuó siguiendo la sexta edición de las normas de la Asociación Psicológica Americana (2019).

Por otro lado, esta investigación tuvo pleno compromiso con las normativas éticas elucidadas en el Código de Ética de la Federación de Psicólogos de la República Argentina (2013), preservando la dignidad y derechos de las personas a las cuales se investigó.

Al respecto, previo a la administración del instrumento, se brindó información clara acerca de los propósitos de su participación, dando a conocer la posibilidad de interrumpir la misma en cualquier momento, en caso de que consideraran que no estaban obteniendo los efectos deseados. De este modo, les permitió acceder de forma libre y voluntaria a la investigación. Al mismo tiempo, se tuvo en consideración el derecho a la intimidad y el secreto profesional al momento de aplicación del instrumento al igual que en la publicación de los resultados. Lo dicho, se logró procurando que los resultados no den cuenta de la identidad y/o detalles personales de las personas envueltas en la investigación (Federación de Psicólogos de la República Argentina, 2013, p. 5-6).

Junto a lo anteriormente explicitado, se efectuó la recolección, análisis de datos y conclusiones de lo investigado de manera veraz, no tergiversando ni omitiendo datos (Federación de Psicólogos de la República Argentina, 2013, p. 12).

Se considera que la ejecución del presente estudio, no tuvo consecuencias negativas sobre quienes participaron de la misma. Por el contrario, el mismo obtuvo beneficios inmediatos para con las personas implicadas, permitiéndoles autoconocimiento sobre sus competencias emocionales.

Contexto

La investigación se realizó en la institución privada Universidad Católica de Salta, con estudiantes que cursan asignaturas del segundo semestre del quinto año de la carrera de grado Licenciatura en Psicología. Dicha carrera depende de la Facultad Artes y Ciencias, ubicada en la sede central Campo Castañares en la Ciudad de Salta.

En su página web, la Universidad Católica de Salta afirma ser una casa de altos estudios que tiene como finalidad la formación integral de sus estudiantes. Posee como objetivo, una educación humanista, democrática y cristiana. Tal formación contempla aspectos técnicos, como científicos y profesionales, buscando actualizarse y perfeccionarse permanentemente en el ámbito académico. (Universidad Católica de Salta, s.f. a, sección finalidad)

Para ello cuenta con diferentes unidades académicas que la conforman: Facultad de Economía y Administración, Facultad de Artes y Ciencias, Facultad de Ciencias Jurídicas, Facultad de Ingeniería, Facultad de Arquitectura y Urbanismo, Facultad de Ciencias Agrarias y Veterinaria, y Facultad Escuela de Negocios.

La Facultad de Artes y Ciencias ofrece diversas carreras en ámbitos variados. Dentro de los mismos, se halla la carrera de grado Licenciatura en Psicología dictada de modo presencial. Esta última, tiene dependencia del Departamento de Psicología.

La carrera de grado nombrada, persigue la formación profesional para el conocimiento y entendimiento del complejo comportamiento humano, de manera que permita intervenir en los diferentes campos para promover la salud integral (Universidad Católica de Salta, s.f. b).

Posee un plan de estudio vigente el denominado “N°1114” el cual cuenta con cincuenta y dos materias divididas en cinco años de cursado. El primer año presenta ocho materias, el segundo cuenta con diez, el siguiente año con doce, el cuarto con doce y el último año curricular posee doce materias, de las cuales cinco de ellas

refieren a las prácticas pre- profesionales. Se toma en consideración el perfil del graduado en la carrera, ya que:

Se construye sobre los ideales formativos con una sólida preparación humanística, integral, académica y profesional, a fin de que sean capaces de aprender y actualizarse a lo largo de su vida profesional con aptitud, creatividad, discernimiento y capacidad para la toma de decisiones, para liderar procesos de cambio y contribuir al desarrollo de la sociedad con actitud crítica, pluralista y reflexiva, respetando la dignidad, la justicia y la verdad. (Universidad Católica de Salta, s.f. b)

Dicho egresado, debe desarrollar competencias diversas como ser: cognitivas, lingüísticas, técnico-instrumentales, ético-axiológica-deontológica, competencias de relaciones interpersonales, competencias de actuación, inserción e intervención laboral y, por último, competencias de autonomía y creatividad (Universidad Católica de Salta, s.f. b).

Por último, se especifica que, dado el aislamiento social a nivel mundial provocada por la pandemia por Covid-19 transcurrido en el momento, la aplicación del instrumento se efectuó de manera virtual, y no en la sede central Campos Castaños.

Marco teórico

Capítulo 1: Las emociones

Para comprender las competencias emocionales, es necesario entender qué es una emoción. Por consiguiente, se inicia el Marco Teórico con un capítulo referido a las mismas, en el que se vislumbra el lugar que ocupan en la vida de la persona y la importancia en el desarrollo del ser humano.

1.1 Concepto de emoción.

La emoción ha sido conceptualizada desde diversas disciplinas, produciendo una multiplicidad de definiciones. Con respecto a sus raíces etimológicas, emoción proviene del “latín emotio, forma sustantiva abstracta de emotus, removido, participio pasivo de e movere, remover” (Echegaray, 1887b, p.57). Esto da cuenta del movimiento que produce y en el que se involucra a la motivación, tal como lo afirma Rafael Bisquerra (2000). Coincide con el doctor en neurociencias, Francisco Mora (2012), quien plantea a la emoción como un motor que estimula a vivir y a interactuar constantemente (p. 14).

Bisquerra Alzina (2000) conceptualiza la emoción como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (p. 61).

Su modo de funcionamiento se presenta como un proceso. Inicia a partir del evento interno o externo, que puede ser “actual, pasado o futuro; real o imaginario; consciente o inconsciente” (Bisquerra Alzina, 2016a, p. 41). Luego, se produce una evaluación del evento. En 1999, Lázarus afirma que existen dos valoraciones: “Hay una valoración primaria sobre la relevancia del evento: ¿es positivo o negativo para el logro de nuestros objetivos? En una evaluación secundaria se consideran los recursos personales para poder afrontarlo” (Citado en Bisquerra Alzina, 2016a). Una vez realizado esto, se producen cambios fisiológicos que llevan a la predisposición a la acción, activando una respuesta emocional (Bisquerra Alzina, 2016a).

En este sentido, Bisquerra Alzina (2000) entiende por positivo o negativo aquello que permite o impide el logro de objetivos de la persona en cuestión (p.62). Sumado a esto, los doctores en psicología, Cano Vindel y Miguel-Tobal (2001), afirman que las emociones positivas provocan experiencias emocionales agradables, mientras que las negativas conducen a experiencias desagradables (p. 112).

Asimismo, la emoción está constituida por elementos que corresponden a las formas en las que se expresa. Bisquerra Alzina (2000) señala los componentes neurofisiológico, conductual y cognitivo. El primero refiere a todas aquellas “respuestas físicas del organismo” (Bisquerra Alzina, 2016a, p. 42). En segundo lugar, el componente conductual o respuesta comportamental expresan emociones que puede estar experimentando la persona, principalmente por medio del lenguaje no verbal. El último elemento, el cognitivo o vivencia subjetiva, refiere a la toma conciencia de la emoción y la capacidad de nombrarla, lo cual se denomina sentimiento (Bisquerra Alzina, 2016a).

A pesar de la existencia de diversas clasificaciones de emociones, se tiene presente la propuesta del autor Bisquerra Alzina expresada a continuación, ya que permite la construcción de los ítems del instrumento utilizado en la investigación.

Clasificación psicopedagógica de las emociones

EMOCIONES NEGATIVAS	
<i>Primarias</i>	
Miedo	temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia
Ira	rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, acritud, animadversión, animosidad, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia, desprecio, acritud, antipatía, resentimiento, rechazo, recelo
Tristeza	depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, morriña, abatimiento, disgusto, preocupación
Asco	aversión, repugnancia, rechazo, desprecio
Ansiedad	angustia, desesperación, inquietud, inseguridad, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo
<i>Sociales</i>	
Vergüenza	culpabilidad, timidez, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, verecundia
EMOCIONES POSITIVAS	
Alegría	entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo, humor
Amor	aceptación, afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, interés, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, ágape, gratitud, interés, compasión
Felicidad	bienestar, gozo, tranquilidad, paz interior, dicha, placidez, satisfacción, serenidad
EMOCIONES AMBIGUAS	
Sorpresa	La sorpresa puede ser positiva o negativa. En esta familia se pueden incluir: sobresalto, asombro, desconcierto, confusión, perplejidad, admiración, inquietud, impaciencia. Relacionadas con la sorpresa, pero en el otro extremo de la polaridad pueden estar anticipación y expectativa, que pretenden prevenir sorpresas.
EMOCIONES ESTÉTICAS	
Las emociones estéticas han sido poco estudiadas. Por la importancia que puedan tener en la educación, se les dedica un capítulo más adelante.	

Figura 1. Clasificación psicopedagógica de las emociones. Fuente. Bisquerra Alzina, 2009, p.93.

Dentro de este marco, Bisquerra Alzina (2009) habla de emociones ambiguas entre las que se encuentra la sorpresa. El mismo autor, afirma en otro texto, que denominan de esta manera, porque puede ser experimentada como positiva o negativa de acuerdo al contexto (Bisquerra Alzina, 2000, p. 109).

En cuanto a las emociones estéticas “se dan cuando reaccionamos emocionalmente ante ciertas manifestaciones artísticas” (Bisquerra Alzina, 2000, p.110).

1.2 Funciones de las emociones.

Resulta innegable el papel significativo que cumplen las emociones en la vida del ser humano. En primer lugar, poseen una función básica de adaptación al entorno (Bisquerra, 2016a).

Por su parte, Cano-Vindel y Miguel-Tobal (2001) destacan las funciones primordiales de las emociones. Por un lado, la búsqueda del bienestar psicológico y por el otro, una función social en la comunicación. Adicionan una tercera, concerniente a la influencia de las emociones en el proceso de salud-enfermedad, disminuyendo o potenciando los fenómenos saludables o las enfermedades (p.112).

Francisco Mora (2012) propone un resumen de las diversas funciones que cumplen las emociones, posibilitando advertir la importancia de las mismas. A estas funciones las denomina Pilares Básicos de las Emociones. Son siete, entre las cuales se encuentran: el papel defensivo o de búsqueda de situaciones agradables; permiten que las respuestas sean flexibles y adaptables; tienen una función de alerta activando el organismo; desarrollan la curiosidad y obtención de nuevos descubrimientos; cuentan con una labor comunicativa; posibilitan procesos de memoria y aprendizaje; por último, poseen un papel significativo en la toma de decisiones (pp. 17-18).

Capítulo 2: Competencias Emocionales

2.1 Conceptualización de Competencias.

En primer lugar, según su etimología, la palabra proviene del latín *competentia*, refiriéndose a una persona que es competente (Echegaray, 1887a, p. 885). Asimismo, el término competente revela “Adjetivo. Bastante, debido, proporcionado, oportuno, adecuado (...)” (Echegaray, 1887a, p. 885). Se destaca la importancia del conocimiento o habilidad precisa o adecuada que posee una persona.

Competencia tiene diferentes acepciones de acuerdo al ámbito desde el cual se la defina. Desde el terreno de la ciencia psicológica, se toman las conceptualizaciones en el campo de la psicología educacional y organizacional. En el primero, se enfatiza en el aprendizaje de las mismas, por medio de la formación basada en competencias; mientras que el segundo, las tiene en cuenta con el propósito de obtener el mejor desempeño posible de las personas en el ámbito laboral.

Gallego Badillo en 1999 menciona los siguientes aspectos del término competencia entendida como:

procesos complejos que las personas ponen en acción-actuación-creación, para resolver problemas y realizar actividades (de la vida cotidiana y del contexto laboral-profesional), aportando a la construcción y transformación de la realidad, para lo cual integran el saber ser (automotivación, iniciativa y trabajo colaborativo con otros), el saber conocer (observar, explicar, comprender y analizar) y el saber hacer (desempeño basado en procedimientos y estrategias). (Citado en Tobón, 2005, p.49)

Esto coincide con lo expresado por Bisquerra Alzina y Pérez Escoda (2007), quienes enumeran las características propias de una competencia: su aplicabilidad en las personas; involucran la integración de saberes, saber-hacer y saber-estar; pueden ser formales e informales; generan desarrollo y aprendizajes

permanentemente; dan cuenta de la capacidad de acción de las personas; por último, se desarrollan en un contexto determinado (p. 63).

También, es preciso resaltar dos características: la multifuncionalidad y transferibilidad. La primera, refiere a hacer uso de las mismas en diferentes contextos; mientras que la segunda, considera la capacidad de transferencia de las competencias adquiridas a otros aprendizajes (Riquelme Jiménez, 2013, pp. 271-272).

Se utiliza la clasificación de competencias utilizada por Bisquerra Alzina (2016a) quien divide las competencias en específicas técnico- profesionales, por un lado, y en genéricas o transversales, por el otro. Dentro de las últimas, se localizan las competencias emocionales.

Las primeras “se circunscriben alrededor de conocimientos y procedimientos en relación con un determinado ámbito profesional o especialización (...) Se relacionan con el “saber” y el “saber hacer” necesarios para el desempeño experto de una actividad profesional” (Bisquerra Alzina, 2009, p. 144).

Las segundas, como bien expresa su nombre, dejan de lado la especificidad, pudiendo ser aplicadas en diversas profesiones ya que implican competencias generales (Bisquerra Alzina, 2009, p.144).

2.2 De la inteligencia emocional a las competencias emocionales.

En primer lugar, tal como fue remarcado en el apartado de deficiencias en el conocimiento, es obligatorio realizar una distinción de los conceptos inteligencia emocional y competencia emocional, para precisar la dirección de la investigación.

La Inteligencia Emocional o IE, planteada por primera vez por los autores Mayer y Salovey, es “un constructo hipotético propio del campo de la psicología” (Bisquerra Alzina, 2016a, p.69).

Mientras que las competencias emocionales, consideradas por Mayer y Salovey y Daniel Goleman como parte de la inteligencia emocional, fue teorizada desde diferentes perspectivas por Carolyn Saarni, y por el grupo GROUPE (Bisquerra

Alzina y Pérez, 2007, pp.5-8). El término competencia emocional “pone el énfasis en la interacción entre persona y ambiente, y como consecuencia confiere más importancia al aprendizaje y desarrollo” (Bisquerra Alzina, 2016a, p.69). Tiene en cuenta a la inteligencia emocional, pero deviene en un modelo teórico más extenso (Bisquerra Alzina, 2009, p.143).

Las diferencias primordiales que se hallan entre los términos, además de los disimiles modelos surgidos, refieren a que las competencias emocionales tienen más presente la relación de la persona con su contexto y cómo éste, lo estimula para exteriorizar las capacidades y habilidades respecto al conocimiento y manejo de las emociones. La inteligencia emocional hace mayor hincapié en habilidades cognitivas (Fragoso-Luzuriaga, 2015, pp.121-122).

Sumado a lo anterior, en el libro Psicopedagogía de las Emociones, el autor argumenta la diferencia esencial entre ambos constructos teóricos:

Se trata de distinguir entre conceptos psicológicos (inteligencia emocional) y conceptos educativos (competencias emocionales) (...) en un concepto educativo se pueden integrar varios conceptos psicológicos (...) incluyen la inteligencia emocional, pero añaden otros aspectos sociales y emocionales (autoestima, habilidades sociales, habilidades de vida, automotivación, bienestar, etc.). Por definición, competencia es un concepto amplio e integrador. Si además se habla de competencias (en plural), todavía debe ser más amplio. (Bisquerra Alzina, 2009, p.146)

Inteligencia Emocional.

En un primer momento, la palabra inteligencia estaba destinada para el coeficiente intelectual y las capacidades cognitivas de la inteligencia general. Pero a lo largo de la historia de investigación científica, se pudo observar que, en el ser humano existen otros tipos de inteligencias que son igual de significativas.

Mayer en el año 2001 señala una descripción de los periodos por lo que atraviesa la investigación científica, hasta llegar a la formulación de la inteligencia emocional. Discurre cinco fases: una primera, desde 1900 hasta los 70, donde los

conceptos de inteligencia y emoción estaban separados; luego, sobrevienen los precursores de la inteligencia emocional desde 1970 hasta los 20 años siguientes. Howard Gardner con su teoría de las inteligencias múltiples inspira a los creadores de la primera teorización de la inteligencia emocional; la tercera fase, refiere a la creación del concepto por los autores Mayer y Salovey desde 1990 a 1993; la cuarta etapa de popularización del concepto, con la publicación de Daniel Goleman de su libro *Inteligencia Emocional* en 1995; la última, comienza en 1998 y aún no finaliza. En ella, se produce la institucionalización del modelo de habilidades e investigación (Fragoso-Luzariaga, 2015, p.114).

Existen diferentes modelos teóricos de inteligencia emocional. Algunos autores los dividen en modelos de habilidad y modelos de rasgo, y otros, adicionan los modelos mixtos. Dentro del primero, se “enfatan el uso adaptativo de las emociones como facilitadoras de un razonamiento más afectivo” (Barrientos, 2019, p.30). Los autores representantes de este modelo son Mayer y Salovey.

El segundo grupo, está representado por autores como Petrides y Furnham. Proponen a la inteligencia emocional como “una constelación de disposiciones conductuales y autopercepciones sobre la propia capacidad para reconocer, procesar y utilizar la información cargada de emociones” (Barrientos, 2019, p.30).

Con respecto a los modelos mixtos, el psicólogo Daniel Goleman es su mayor representante, quien presenta su teoría por primera vez en 1995. También forma parte, el autor Bar-On con su modelo socio-emocional creado en 1997. Se denominan mixtos, porque “aglutinan diversas habilidades, destrezas, objetivos, rasgos de personalidad, competencias y disposiciones afectivas” (Fragoso-Luzariaga, 2015, p.115).

Competencias Emocionales.

El concepto de competencias emocionales surge de manera autónoma. Está relacionado con la inteligencia emocional, pero logra separarse al obtener un sustento teórico propio. Existen dos modelos: la teoría de Carolyn Saarni y la de Bisquerra Alzina junto con el grupo GROP.

Por un lado, el modelo de Carolyn Saarni está compuesto por ocho habilidades básicas y se concibe las competencias emocionales como:

Un conjunto articulado de capacidades que un individuo necesita para desenvolverse en un ambiente cambiante y surgir como una persona diferenciada, mejor adaptada, eficiente y con mayor confianza en sí misma. (...) retoma tres teorías cuyo punto central es la emoción: el modelo relacional, el modelo funcionalista y el socioconstructivista. (Fragoso-Luzuriaga, 2015, p.119)

Enfatiza en la autoeficacia para las relaciones sociales, para lo cual es necesario el conocimiento y regulación de las emociones, en las que influyen los principios éticos y morales propios. Esto último, se basa en la consideración que promueve la integridad personal (Bisquerra Alzina y Pérez, 2007, pp. 66-67).

Finalmente, el modelo pentagonal de competencias emocionales de Rafael Bisquerra Alzina junto al grupo GROP, es una revisión de las teorizaciones anteriores que está en constante reformulación.

Base teórica: Psicología Positiva.

Es imperioso indicar la base teórica del modelo pentagonal de las competencias emocionales. El mismo se encuadra dentro de la psicología positiva.

El termino psicología positiva fue acuñado por el psicólogo estadounidense Martín Seligman en 1999, quien la definió como:

el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología. (Citado en Contreras & Esquerra, 2006)

Busca desarrollar una mejor vida en las personas y conseguir su bienestar en los distintos aspectos de tu vida, ya que éste bienestar es el que guía el camino en la educación (Bisquerra Alzina y Hernández Paniello, 2017, p. 58). Los autores, afirman la importancia de entender la psicología positiva como aquella que hace

hincapié en “el bienestar social en interacción con el bienestar personal” (Bisquerra Alzina & Hernández Paniello, 2017, p.58).

Una de sus aplicaciones más destacadas y de gran relevancia para este marco teórico es en el ámbito educativo:

Los temas habituales de la psicología positiva son el bienestar, las fortalezas humanas, el fluir, el optimismo, el humor, la creatividad, la resiliencia, la inteligencia emocional, la atención plena o mindfulness, etc. Todos estos contenidos deberían formar parte del currículum académico obligatorio de los estudiantes de primaria y secundaria, así como de la Universidad. (Bisquerra Alzina & Hernández Paniello, 2017, p.59)

Su aplicación en la educación, específicamente en la formación superior, debe ser considerado elemento clave para el desarrollo y bienestar personal. Logrado esto, permitirá a los futuros profesionales desempeñarse de manera adecuada en el ejercicio profesional; posibilitando también, el desarrollo y bienestar de aquella persona que demande de sus servicios. Además, “revitaliza la preocupación de la sabiduría antigua por el cuidado de sí como prerrequisito del cuidado del otro” (Romero Pérez & Pereira Domínguez, 2011, p. 85).

2.3 Competencias emocionales.

Una vez entendidos los términos emoción y competencia, se produce una derivación natural hacia las competencias emocionales, punto central de este marco teórico.

Bisquerra Alzina y el grupo GROPE construyen la teoría denominada Modelo Pentagonal de Competencias Emocionales. Las definen como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (Bisquerra Alzina & Pérez Escoda, 2007, p.69).

Se denomina modelo pentagonal, ya que está estructurado en cinco bloques también denominadas dimensiones que, a su vez, cada una posee elementos más delimitados denominados microcompetencias (Bisquerra Alzina, 2016a, pp. 58-59).

Se presenta la última versión publicada por Bisquerra Alzina en el año 2016, en el libro 10 Claves. Educación Emocional, y en un artículo del mismo año, formulado para las primeras jornadas del Master en Resolución de Conflictos en el Aula.

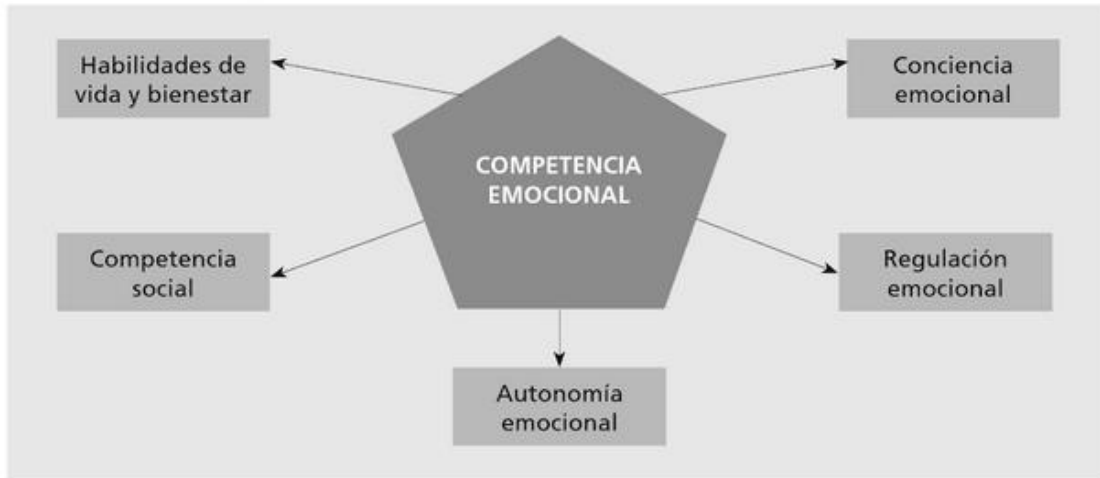


Figura 2. Modelo pentagonal de competencia emocional. Por Bisquerra Alzina, 2016a, p. 58.

Cada una de ellas tiene sus peculiaridades, que las personas poseen y que pueden desarrollarse. Asimismo, a partir de la revisión bibliográfica, se considera necesario sumar microcompetencias que se explicitan a continuación.

Conciencia Emocional.

Tal como expresa su nombre, es aquella que permite tomar conciencia sobre las emociones. Implica tener conocimiento de las emociones a través de la observación de las mismas, tanto de las propias como las emociones de las personas con las que interactúa. Es la base por medio de la cual se desarrollan las demás competencias emocionales (Bisquerra Alzina, 2016a, p.59; Bisquerra Alzina, 2016b, p.3). Incluye “la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado” (Bisquerra Alzina, 2016a, p.59).

En cuanto a las microcompetencias de la conciencia emocional, Bisquerra Alzina distingue siete capacidades que deben desarrollarse para tener un nivel máximo de dicha competencia emocional.

En primer lugar, se destaca la toma de conciencia de las propias emociones y sentimientos, que implica la percepción precisa de las mismas. Sumado a lo anterior, es necesario poder dar nombre a las mismas, empleando un vocabulario apropiado. Por otro lado, es clave la empatía, es decir, la capacidad de comprender las emociones de los otros e “implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales” (Bisquerra Alzina, 2016a). Otra de las microcompetencias que enumera en ese texto, es la habilidad para tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento y a partir de ello, poder regular las emociones y los comportamientos por medio del razonamiento. Asimismo, se deben detectar creencias, distinguiendo las positivas de las negativas, y proceder a cambiar aquellas que son nocivas para la persona. La conciencia emocional, además involucra la posibilidad de una atención plena en las acciones realizadas. Por último, es ineludible desarrollar conciencia ética y moral que lleven al bienestar social (p. 58,59).

Regulación Emocional.

También llamada gestión emocional. Si una persona posee esta competencia, logra manejar las emociones adecuadamente, es decir, puede responder con estrategias apropiadas según las situaciones que experimenta (Bisquerra Alzina, 2016a, p. 59). El autor sugiere en su artículo, que no debe confundirse con la represión. En todo caso, es “un difícil equilibrio entre la represión y el descontrol” (Bisquerra Alzina, 2016b, p.3).

Entre sus ocho microcomponentes, se localiza la expresión emocional apropiada. Esta significa entender que lo que se siente internamente no siempre corresponde con su expresión externa, y que esta expresión tiene impacto en los demás. Otra microcompetencia, es la capacidad de regular las emociones y sentimientos. Asimismo, esta habilidad debe ir acompañada de conciencia ética y moral, o sea, de valores ligados a emociones como la empatía, compasión, entre otras. La regulación emocional involucra la capacidad de remind, que implica aplicar técnicas para la regulación de emociones. Por otro lado, es necesario la regulación de la ira para prevenir la violencia o situaciones perturbadoras. Del mismo modo, se requiere de tolerancia a la frustración para generar mayor bienestar personal. La

regulación emocional solicita la aplicación de estrategias de afrontamiento ante los conflictos que surgen y las emociones que los acompañan. Estas estrategias le permiten a la persona tramitar cuánto duran y con qué intensidad se presentan las emociones. Por último, otra microcompetencia de la regulación emocional es la capacidad de autogenerarse emociones positivas de modo voluntario, y de este modo alcanzar un mayor bienestar personal (Bisquerra Alzina, 2016a, pp.60-61).

A partir de una exhaustiva lectura bibliográfica sobre regulación emocional, se considera necesario agregar como una microcompetencia, al manejo o gestión del estrés. La Organización Mundial de la Salud (1997), Bar-On (2006), Saarni (1999), Petrides y Furnham (2001), hacen hincapié en la habilidad de las personas para manejar de modo eficaz, el estrés o tensiones que surjan a lo largo de su vida. En estos tiempos es necesario tenerlo en cuenta, ya que se observa en la sociedad el aumento de estrés y de enfermedades vinculadas al mismo.

Autonomía Emocional.

Permite la autogestión personal y autoeficacia emocional, va más allá de la regulación emocional (Bisquerra Alzina, 2016a, p. 62). “Es la capacidad de no verse seriamente afectado por los estímulos del entorno. Se trata de tener sensibilidad con invulnerabilidad (...) Es un equilibrio entre la dependencia emocional y la desvinculación” (Bisquerra Alzina, 2016b, p. 3).

Para que se desarrolle la autonomía emocional se requiere de nueve microcompetencias como: autoestima, es decir tener una imagen positiva y satisfactoria de uno mismo. Junto a esto, se solicita automotivación e “implicarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal, social, profesional, de tiempo libre, etc.” (Bisquerra Alzina, 2016a). Asimismo, es ineludible que la persona se perciba eficaz en las relaciones, lo cual implica una autoeficacia emocional que permita conducir sus emociones para que sean más efectivas de acuerdo a las experiencias que viva. La autonomía emocional involucra la responsabilidad de los propios comportamientos y de las decisiones efectuadas. Además, ser autónomo emocionalmente demanda: tener una actitud positiva ante la vida; un pensamiento crítico de la realidad y de las experiencias que se viven de forma voluntaria y

consciente; un análisis crítico de las normas sociales y los mensajes emitidos por la sociedad; asumir valores éticos y morales que guían las acciones de una persona. Por último, se debe desarrollar resiliencia, ya que permite acoger una actitud positiva a pesar de las adversidades y emerger fortalecido de las mismas (p. 63-65).

A partir de la lectura de las diferentes teorías acerca de las competencias emocionales, es imperioso agregar una microcompetencia denominada pensamiento creativo. Es considerada por la OMS en 1993 como la “utilización de los procesos de pensamiento para buscar respuestas innovadoras a los diversos desafíos vitales” (Citado en Melero, 2010).

Además, se adiciona otra microcompetencia llamada adaptabilidad. Esta competencia es destacada por Bar-On (2006), Saarni (1999) y National Research Council (2011), entre otros. Utilizada para referirse a aquellas personas que tienen la habilidad y capacidad de enfrentarse de manera efectiva a las exigencias del medio en el que vive. Es de suma importancia, teniendo en cuenta los cambios constantes en los que se desempeñan las personas en la actualidad.

Competencia Social.

Una persona ha desarrollado competencia social, cuando puede mantener relaciones adecuadas con los demás (Bisquerra Alzina, 2016a, p. 65). También se denominan habilidades sociales, las cuales “facilitan las relaciones interpersonales, sabiendo que éstas están entrelazadas de emociones” (Bisquerra Alzina, 2016b, p.4).

La componen doce microcompetencias. Una de ellas, refiere al dominio de las habilidades sociales básicas para poder desarrollar otras más complejas. Deben ir acompañadas de respeto por los demás, con sus desacuerdos e individualidades. Es necesario poder comunicarse asertivamente, entendiendo con exactitud lo que el otro quiere decir de forma verbal y no verbal. Asimismo, debe haber comunicación expresiva asertiva, que posibilite manifestar con claridad lo que la persona siente. Ligado a lo anterior, se presenta la microcompetencia que refiere a la capacidad de la persona de compartir las emociones y sentimientos. Tener competencia social es ejecutar comportamientos a favor de otras personas o que ayuden a los demás.

Además, se necesita ser capaz de realizar trabajo en equipo, es decir, poder formar parte de grupos de trabajo enfocados en la tarea. Otra microcompetencia es la capacidad de ser asertivo en los comportamientos, pudiendo decir no y sostenerlo, y aceptar que el otro también puede decir no. Esto está unido a la habilidad de no caer ante situaciones de presión social. Conjuntamente, forma parte de esta competencia emocional, la posibilidad de prevenir y gestionar conflictos si estos ocurriesen (Bisquerra Alzina, 2016a, p. 65-66).

Ser competente socialmente implica la habilidad de gestionar situaciones emocionales en contextos sociales. En relación a lo anterior, se presenta el liderazgo emocional, permitiendo influir en los otros en dirección a una meta. Finalmente, la competencia social solicita poder tramitar el clima emocional, creando climas emocionales positivos. Es necesario recordar que el contagio emocional puede ser de ambas partes: la persona puede transmitir determinadas emociones a otros, del mismo modo que puede ser contagiado por los demás (Bisquerra Alzina, 2016a, p. 66-67).

Resulta imprescindible adicionar como microcompetencia específica a la habilidad intercultural. Si bien es considerada por Bisquerra Alzina, no se la destaca como una microcompetencia. CASEL (s.f.) y National Research Council (2011), junto a Bisquerra Alzina y Pérez Escoda (2007) distinguen la importancia de la habilidad de tomar conciencia y apreciación de la diversidad cultural, como también la capacidad de relacionarse con las mismas.

Habilidades de Vida y Bienestar.

Llamadas también habilidades de vida para el bienestar o life skills. Lleva a las personas a comportarse de modo adecuado y responsable para enfrentar la vida cotidiana. Buscan una vida sana y equilibrada, que lleve al bienestar o satisfacción personal y colectivo (Bisquerra Alzina, 2016a, p. 67). “No podemos esperar a que nos vengan dados los estados emocionales positivos, sino que hay que construirlos conscientemente, con voluntad y actitud positiva” (Bisquerra Alzina, 2016b, p.4).

Se incluyen siete microcompetencias. Tener habilidades de vida que llevan al bienestar, implica que la persona sea capaz de fijar objetivos adaptativos,

positivos y realistas. Ineludiblemente debe tomar decisiones teniendo en cuenta el contexto ético y social, y tiene que hacerse responsable de las mismas. Asimismo, debe lograr reconocer cuándo necesita ayuda y poder pedirla. Otra microcompetencia refiere a una ciudadanía activa, participativa, activa, crítica, comprometida y responsable. Esta competencia emocional, implica conjuntamente, poder experimentar “bienestar emocional, subjetivo, psicológico, personal, hedónico, eudonómico, profesional, global” (Bisquerra Alzina, 2016a). También, se debe fluir, es decir, ser capaz de generar experiencias óptimas en diferentes ámbitos de la vida. Finalmente, se destaca la microcompetencia que hace posible experimentar emociones estéticas (pp.67-69).

Como se observó, en las microcompetencias de conciencia, regulación y autonomía emocional, se hace hincapié en el desarrollo de competencias emocionales ligadas a valores éticos y morales. Las competencias emocionales sin una educación ética y moral pueden ser peligrosas. Coincide con Jonathan Cohen (2006) que afirma que se deben repensar las metas de la educación, priorizando la enseñanza académica y el aprendizaje de competencias sociales, emocionales y éticas. Existen investigaciones que sugieren que permiten mejorar la calidad de vida y la participación en democracia (Traducción propia, p. 201)¹.

¹ “...the goals of education need to be reframed to prioritize not only academic learning, but also social, emotional, and ethical competencies. Surveying the current state of research in the fields of social emotional education, character education, and school-based mental health in the United States, Cohen suggests that social-emotional skills, knowledge, and dispositions provide the foundation for participation in a democracy and improved quality of life.” (Cohen, 2006, p. 201)

Capítulo 3: Educación Integral

3.1 Educación y Formación Profesional Integral.

Educación proviene de la raíz latina *educatio* “forma sustantiva abstracta de *educatus*, educado” (Echegaray, 1887a, p.17). En el libro *Teorías e Instituciones Contemporáneas de Educación* se explica que:

Su procedencia latina se atribuye a los términos *educere* y *educare*. Como el verbo latino *educere* significa "conducir fuera de", "extraer de dentro hacia fuera"(...) El término *educare* se identifica con los significados de "criar", "alimentar" (...) Subyace en esta acepción de educación una función adaptativa y reproductora porque lo que pretende es la inserción de los sujetos en la sociedad mediante la transmisión de determinados contenidos culturales. (Luengo Navas, 2004, p.47)

Educación también es aquella que se denomina formal. Tiene el fin del aprendizaje en diferentes etapas que van transcurriendo y que exigen diversos objetivos curriculares. En la República Argentina son obligatorios los ciclos de educación inicial, primaria y secundaria. Asimismo, existe la formación profesional o técnica, ya sea terciaria o universitaria, que la Oficina Internacional del Trabajo entiende como "una actividad cuyo objeto es descubrir y desarrollar las aptitudes humanas para una vida activa, productiva y satisfactoria" (Casanova, 2003, p.10).

En la actualidad, a partir de los procesos de transformación de la sociedad y de las organizaciones, se busca que este proceso de educación formal obligatorio y formación profesional, sean dirigidos al desarrollo integral de la persona involucrada.

El educador Tom Murray (2009) analiza la educación integral desde diversas miradas. Entiende que la educación integral como metodología incorpora múltiples perspectivas objetivas, subjetivas e intersubjetivas. Asimismo, recalca:

En el contexto moderno, la educación debe incluir no solo el aprendizaje de "contenido", es decir, información y habilidades específicas, sino también el aprendizaje de habilidades y conocimientos más generales ("de orden

superior"). Entre ellos se encuentran "aprender a aprender", es decir, aprendizaje autodirigido que refleja lo que uno debería estar aprendiendo y cómo va el proceso de aprendizaje, y el conocimiento "epistémico" (o meta), es decir, cierta comprensión de cómo se llega al conocimiento. (Traducción propia, p.9)²

Hablar de educación integral, implica ir más allá de la enseñanza de materias académicas que desarrollen capacidades cognitivas. Busca complementar esta última, con el desarrollo de habilidades socioemocionales, lo que Bisquerra Alzina denomina educación para la vida (2016b, p. 9). Esto se encuentra dentro del marco de la formación basada en competencias, que también busca el desarrollo emocional por medio de la educación emocional.

Bisquerra Alzina en 2009 manifiesta que:

El desarrollo de la personalidad integral del ser humano es el fin último de la educación, es importante dirigir hacia el logro de la madurez del individuo y de un autoconcepto positivo. Se pretende ayudar a satisfacer sus necesidades y desarrollo de sus potencialidades. (Citado en Gaeta, Márquez, Escolano & Herrero, 2014, p.153-154)

3.2 Educación Emocional.

Desde la psicología educacional, el psicólogo busca optimizar el proceso de aprendizaje, teniendo como meta última el desarrollo integral de las personas. el psicólogo educacional puede desarrollar tareas preventivas, reeducativas, orientativas, entre otras (Forns, 1994, p.188).

Al respecto, entre estas tareas, la educación emocional se localiza en las acciones dirigidas a la prevención como también reeducación. Bisquerra Alzina se refiere a su definición en el año 2000, en el que entiende a la educación emocional

² "There is an increasing acknowledgement that in the modern context education should involve not only the learning of "content," i.e. information and specific skills, but also the learning of more general ("higher order") skills and knowledge. Among these are "learning how to learn," i.e. self-directed learning that reflects upon what one should be learning and how the learning process is going, and "epistemic" (or meta) knowledge, i.e. some understanding of how knowledge is arrived at and the limitations of knowledge." (Murray, 2009, p.9)

como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social” (Citado en Bisquerra Alzina, 2016b, p.2).

Incluso las metas, estándares y guías del desarrollo social y emocional son tomadas como base para la construcción de programas de educación en todo el mundo. El Social and emotional learning para Illinois o SEL (Aprendizaje social y emocional) señala que:

El aprendizaje social y emocional es un proceso para ayudar a niños y adultos a desarrollar las habilidades fundamentales para manejar efectivamente la escuela y el trabajo, las relaciones y su propio desarrollo personal. Estas habilidades incluyen el reconocimiento y manejo emocional, preocuparse por los otros, establecer relaciones positivas, realizar decisiones responsables, y manejar situaciones desafiantes constructivamente y éticamente. (Traducción propia, p.69)³

3.3 Educación Superior: Licenciatura en Psicología.

En la actualidad, se exige a la educación superior, adecuarse a los tiempos presentes y sus demandas. La carrera Licenciatura en Psicología no queda exenta de estos retos. Con respecto a esto, en el texto Formación en Psicología: Reflexiones y Propuestas desde América Latina, diversos autores e investigadores latinoamericanos consideran necesaria la puesta en acción del cumplimiento de los desafíos en calidad educativa de los psicólogos de América Latina:

Encontramos que se interrelacionan demandas formativas de calidad en el ámbito no sólo de las competencias específicas requeridas a un profesional de la psicología, sino también de aquellas que se orientan a la formación de habilidades genéricas y todo esto en un escenario sociocultural

³ “Social and emotional learning is a process for helping children and adults develop the fundamental skills to effectively handle school and work, relationships, and their own personal development. Those skills include recognizing and managing emotions, caring for others, establishing positive relationships, making responsible decisions, and handling challenging situations constructively and ethically.” (Gordon, Ji, Mulhall, Shaw y Welssberg, 2011, p.69)

caracterizado por profundas transformaciones socio históricas. (Martínez, Morales, Saavedra, Pino & Ricci, 2015, p.215)

El mundo actual, invita a la mejora de las competencias específicas referidas a la psicología y de igual forma, en la formación de competencias genéricas. “El manejo de conocimiento y destrezas técnicas específicas no constituyen las únicas herramientas de trabajo del psicólogo, sino que el desarrollo y bienestar personal de profesional adquieren un rol fundamental a este respecto” (Zicavo Martínez et al., 2015, p.231-232). Entre las competencias transversales identificadas por dichos autores se encuentran: el pensamiento crítico y reflexivo; la capacidad para la resolución de conflictos, habilidades comunicacionales de forma oral y escrita, capacidad de comunicación interpersonal, ligado al trabajo en equipo; el sentido y comportamiento ético; el pensamiento estratégico; por último, la iniciativa (p.232).

Lo desarrollado, se encuentra en concordancia con lo expuesto en el artículo 27 de la Ley de Educación Superior de la República Argentina:

Las instituciones universitarias (...) tienen por finalidad la generación y comunicación de conocimientos del más alto nivel en un clima de libertad, justicia y solidaridad, ofreciendo una formación cultural interdisciplinaria dirigida a la integración del saber, así como una capacitación científica y profesional específica para las distintas carreras que en ellas se cursen, para beneficio del hombre y de la sociedad a la que pertenezcan. (Ley N°24.521, 1995)

Esto último, también se busca en la formación de la carrera de grado Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta, ya que en su perfil del graduado se explicita:

El graduado de UCASAL se construye sobre los ideales formativos con una sólida preparación humanística, integral, académica y profesional, a fin de que sean capaces de aprender y actualizarse a lo largo de su vida profesional con aptitud, creatividad, discernimiento y capacidad para la toma de decisiones, para liderar procesos de cambio y contribuir al desarrollo de la sociedad con actitud crítica, pluralista y reflexiva,

respetando la dignidad, la justicia y la verdad. (Universidad Católica de Salta, s.f. a)

Asimismo, se especifica en dicho perfil del graduado las diferentes competencias que se busca alcanzar. Entre ellas se destacan las que pueden relacionarse con el desarrollo de competencias emocionales: las ético-axiológica-deontológica, las referidas a las relaciones interpersonales y aquellas afines a la autonomía y creatividad (Universidad Católica de Salta, s.f. b).

Como se mencionó anteriormente, la Comisión Nacional de Evaluación y Acreditación Universitaria (CONEAU) de la Argentina es la encargada de acreditar las carreras de Licenciatura en Psicología, tal como se explicita en la resolución ministerial N°343/09. En esta resolución, se detalla en el anexo I, la necesidad de formación en áreas curriculares: formación básica; la formación general y complementaria; y, por último, la formación profesional. El área de formación general y complementaria “corresponde a asignaturas y actividades curriculares de otras disciplinas, tendientes a la formación integral” (Resolución Ministerial N°343/09, 2009, p.220).

3.4 Competencias emocionales en la formación del Licenciado en Psicología.

Junto con todas las razones que justifican la promoción de las competencias emocionales en las personas en su vida cotidiana, es importante recalcar el papel que desempeñan en los profesionales que trabajan con el sufrimiento humano. Guerrero en 1999 hace hincapié que en aquellos trabajos “con violencia y salud, es visible el desgaste emocional de los profesionales en su trabajo terapéutico y/o rehabilitador con el sufrimiento humano de personas y grupos” (Citado en Morales, Menares & Pérez, 2003, p.10).

La International Association of Applied Psychology (IAAP) o Asociación Internacional de Psicología Aplicada (2016) en su Declaración Internacional de las Competencias Nucleares en los Profesionales Psicólogos, identifican las competencias del psicólogo que pueden servir como un sistema para generar profesionales semejantes. En la misma se numera los conocimientos psicológicos

y habilidades que respaldan las competencias nucleares o básicas. Entre ellas se encuentran: poseer el conocimiento necesario; tener las habilidades imprescindibles; realizar prácticas de forma ética; actuar profesionalmente; relacionarse apropiadamente con los clientes y otros; trabajar con diversidad y demostrar competencia cultural; operar como un practicante basado en la evidencia; reflexionar sobre el propio trabajo. Por otro lado, se agregan las competencias de actividades profesionales (Traducción propia) ⁴.

De esta manera, los requerimientos de habilidades que debe poseer un psicólogo, refieren indirectamente a las competencias emocionales. Por esto, la educación emocional podría ayudar a mejorar los niveles de habilidades referidas a la práctica ética, las relaciones interpersonales, reflexión sobre el propio trabajo y comunicación efectiva.

Con respecto al contexto específico en el que se desarrolla la presente investigación, el plan de estudio vigente N°1114 de la carrera de Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta, parece no tener en cuenta estos requerimientos nombrados. Se observa que el plan de estudio está orientado al aprendizaje teórico necesario para desenvolverse en el campo de la psicología en diferentes ramas y corrientes psicológicas.

⁴ Nota: Cuadro. International Association of Applied Psychology (2016) Core Competences in Professional Psychology

Hipótesis de la Investigación

Hipótesis: Los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020, poseen un nivel alto de competencias emocionales.

Tipo de hipótesis

La hipótesis formulada es una hipótesis de investigación de tipo descriptiva, ya que apunta a predecir los resultados que se pueden obtener a partir de la investigación con respecto al nivel de las competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

Elementos de la hipótesis

Unidad de observación: Estudiantes que cursan materias del segundo semestre del quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

Variables: Competencia emocional global, cada una de las competencias emocionales y sus correspondientes microcompetencias.

Definición de variables

Definición conceptual de variables

Competencias emocionales

Conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales (Bisquerra Alzina, 2007).

Conciencia Emocional.

Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

○ Microcompetencias.

Toma de conciencia de las propias emociones. Es la capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones, identificarlos y etiquetarlos. Contempla la posibilidad de experimentar emociones múltiples y de reconocer la incapacidad de tomar conciencia de los propios sentimientos debido a inatención selectiva de dinámicas inconscientes.

Dar nombre a las emociones. Es la eficacia en el uso del vocabulario emocional adecuado y la utilización de las expresiones disponibles en un contexto cultural determinado para designar los fenómenos emocionales.

Empatía. Comprensión de las emociones de los demás. Capacidad para percibir con precisión las emociones y sentimientos de los demás y de implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales. Incluye la pericia para servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal), que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.

Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento. Los estados emocionales inciden en el comportamiento y estos en

la emoción. Ambos pueden regularse por la cognición (razonamiento, conciencia). Emoción, cognición y comportamiento están en interacción continua, de tal forma que resulta difícil discernir qué se produce primero.

Detectar creencias. Hay que tomar conciencia de la relación que existe entre emoción, creencias y comportamiento. Hay creencias paralizantes que pueden incidir en la autoestima y en otros aspectos de la vida. Esta competencia se enfoca a identificar las propias creencias, discutir las, distinguir las positivas de las negativas, ser capaz de desmontar las que pueden ser perjudiciales y proceder a un cambio de creencias.

Atención plena. La conciencia emocional conduce a la capacidad de atención y concentración: abstraerse y centrar el pensamiento en algo sin distraerse en otras cosas de forma consciente y voluntaria. Se trata de focalizar la atención.

Conciencia ética y moral. Tener una gran inteligencia emocional, pero sin unos valores éticos y morales sería altamente peligrosa. Podrían ser personas manipuladoras o auténticos delincuentes muy inteligentes. Por eso es muy importante que las competencias emocionales incluyan necesariamente educación en valores, con unos principios morales, que conduzcan a un comportamiento ético a favor del bienestar social general (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

Regulación Emocional.

Capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. También se puede denominar gestión emocional. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc. (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

Microcompetencias.

Expresión emocional apropiada. Es la capacidad para expresar emociones de forma apropiada. Implica la habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponderse a la expresión externa. Esto se refiere tanto a uno mismo como a los demás. En niveles de mayor madurez, supone la

comprensión del impacto que la propia expresión emocional y el propio comportamiento pueden tener en otras personas. También incluye el hábito para tener esto en cuenta en el momento de relacionarse con otras personas.

Regulación de emociones y sentimientos. Es la regulación emocional propiamente dicha. Esto significa aceptar que los sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados. Incluye la regulación de la impulsividad; perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades; capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior; prevención de estados emocionales negativos.

Regulación emocional con conciencia ética y moral. La regulación de las emociones, tanto las propias como las ajenas, debe hacerse siempre de acuerdo con unos valores morales. Estos valores habitualmente se basan en emociones como empatía, compasión, esperanza y amor.

Remind. Esta palabra resume relajación, respiración, meditación y mindfulness. Son un conjunto de técnicas de regulación emocional que conviene potenciar por sus múltiples efectos positivos demostrados empíricamente.

Regulación de la ira para la prevención de la violencia. Muchas veces la violencia se origina en la ira que no ha sido regulado de forma apropiada. Cobra especial relevancia la gestión de la ira, ya que se ha demostrado que es una estrategia efectiva para la prevención de la violencia. También implica la capacidad de regular las emociones en situaciones perturbadoras.

Tolerancia a la frustración. Es una forma de regulación emocional. Dado que la frustración es inevitable, una baja tolerancia a la frustración es una fuente de malestar y un riesgo para la ira y la violencia. Una alta tolerancia a la frustración aumenta las probabilidades de bienestar.

Estrategias de afrontamiento. Habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto, con las emociones que generan. Esto implica estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales.

Competencia para autogenerar emociones positivas. Es la capacidad para autogenerarse y experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas y disfrutar de la vida. Capacidad para autogestionar el propio bienestar emocional en busca de una mejor calidad de vida (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

Gestión del estrés: también llamado manejo del estrés. Es la habilidad de las personas para manejar de un modo efectivo, el estrés o tensiones que surjan a lo largo de su vida.

Autonomía Emocional.

Incluye un conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre los que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional. Es un paso más en la regulación emocional. La autonomía emocional es un difícil equilibrio entre dos extremos: la dependencia emocional y la desvinculación emocional (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

Microcompetencias.

Autoestima. Significa tener una imagen positiva de uno, estar satisfecho de un mismo y mantener buenas relaciones con uno mismo.

Automotivación. Es la capacidad de automotivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal, social, profesional, de tiempo libre, etc. Automotivarse es esencial para dar un sentido a la vida.

Autoeficacia emocional. Es la percepción de que se es capaz (eficaz) en las relaciones sociales y personales gracias a las competencias emocionales. La persona se percibe a si mismo con capacidad para sentirse como desea y generarse las emociones que necesita. Significa que se acepta la propia experiencia emocional. Esta aceptación está de acuerdo con las creencias personales sobre lo que constituye un balance emocional deseable. En caso contrario, está en condiciones de regular y cambiar las propias emociones para hacerlas más efectivas en un contexto determinado.

Responsabilidad. Es la capacidad para responder de los propios actos. Es la intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos. Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones.

Actitud positiva. Es la capacidad para decidir adoptar una actitud positiva ante la vida, a pesar de que siempre van a sobrar motivos para que la actitud sea negativa. Por extensión, la actitud positiva repercute en la intención de ser bueno, justo, caritativo y compasivo.

Pensamiento crítico. Pensamiento razonado y reflexivo que se centra en decidir qué pensar, creer, sentir y hacer. Es un pensamiento de orden superior y, como tal, no es automático, sino que requiere autodeterminación, reflexión, esfuerzo, autocontrol y metacognición. Se trata de un proceso consciente y deliberado de interpretación y evaluación de la información o experiencias a través de un conjunto de habilidades y actitudes.

Análisis crítico de normas sociales. Es la aplicación del pensamiento crítico a la capacidad para evaluar críticamente los mensajes sociales, culturales y de los medios de comunicación, relativos a normas sociales y comportamientos personales. La autonomía debe ayudar a avanzar hacia una sociedad más consciente, libre, autónoma y responsable.

Asumir valores éticos y morales. La conciencia y regulación emocional llevan a la responsabilidad ante las decisiones que tomamos en la vida. Esto implica unos valores éticos morales que orientan la acción. El desarrollo de competencias emocionales debe acompañarse necesariamente de educación en valores y de una moral autónoma. La educación en valores es una parte inseparable de la educación emocional.

Resiliencia. Es la capacidad que tiene una persona para enfrentarse con éxito a unas condiciones de vida sumamente adversas. Adoptar una actitud positiva, a pesar de todo, es una característica de la resiliencia (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

Pensamiento creativo: utilización de los procesos de pensamiento para buscar respuestas innovadoras a los diversos desafíos vitales.

Adaptabilidad: habilidad y capacidad de enfrentarse de manera efectiva a las exigencias del medio en el que se desarrolla.

Competencia Social.

Capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc. (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

Microcompetencias.

Dominar las habilidades sociales básicas. La primera de las habilidades sociales es escuchar. Sin ella, difícilmente se pueda pasar a las demás.

Respeto por los demás. Es la intención de aceptar y apreciar las diferencias individuales y grupales, y valorar los derechos de todas las personas.

Comunicación receptiva. Es la capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión.

Comunicación expresiva. Es la capacidad para iniciar y mantener conversaciones, expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad, tanto en comunicación verbal como no verbal, y demostrar a los demás que han sido bien comprendidos.

Compartir emociones. Compartir emociones profundas no siempre es fácil. Implica la conciencia de que la estructura y naturaleza de las relaciones vienen en parte definidas por el grado de inmediatez emocional o sinceridad expresiva, como por el grado de reciprocidad o simetría en la relación.

Comportamiento prosocial y cooperación. Es la capacidad para realizar acciones en favor de otras personas sin que lo hayan solicitado. Aunque no coincide con el altruismo, tiene muchos elementos en común.

Trabajo en equipo. Capacidad para formar parte de equipos eficientes, donde se crean climas emocionales positivos enfocados a la acción coordinada. Lo importante no es el trabajo individual, sino las sinergias que se forman entre los

miembros del equipo. Cada uno debe renunciar a una parte del protagonismo personal a favor del equipo. Se trata de un trabajo cooperativo.

Asertividad. Significa mantener un comportamiento equilibrado entre la agresividad y la pasividad. Esto implica la capacidad para defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos, al mismo tiempo que se respeta a los demás, con sus opiniones y derechos. Decir no claramente y mantenerlo, y aceptar que el otro te pueda decir no. Hacer frente a la presión de grupo y evitar situaciones en las cuales uno puede verse coaccionado para adoptar comportamientos de riesgo. En ciertas circunstancias de presión, procurar demorar la toma de decisiones y la actuación, hasta sentirse adecuadamente preparado.

Prevención y gestión de conflictos. Es la capacidad para identificar, anticiparse y afrontar resolutivamente conflictos sociales y problemas interpersonales. Implica la capacidad para identificar situaciones que requieren una solución o decisión preventiva y evaluar riesgos, barreras y recursos. Cuando inevitablemente se producen los conflictos, afrontarlos de forma positiva, aportando soluciones informadas y constructivas. La capacidad de negociación y mediación son aspectos importantes de cada una a una resolución pacífica del problema, considerando la perspectiva y los sentimientos de los demás.

Capacidad para gestionar situaciones emocionales. Es la habilidad para reconducir situaciones emocionales en contextos sociales. Se trata de activar estrategias de regulación emocional colectiva. Esto se superpone con la capacidad para inducir o regular las emociones en los demás.

Liderazgo emocional. Consiste en influir sobre las personas para que se movilicen hacia la consecución de objetivos importantes. El líder emocional se propone que las personas deseen hacer lo que es necesario que se haga. Para ello gestiona las emociones del grupo y despierta entusiasmo.

Clima emocional. Capacidad para contribuir a crear climas emocionales positivos. En cualquier momento la persona puede sentir un contagio emocional provocado por causas muy diversas. Pero es el mismo sujeto quien decide si se deja contagiar o no; decide de qué se quiere contagiar y de qué no. Además, el

contagio es bidireccional. La misma persona también contribuye al contagio emocional. Debe tomar conciencia de lo que quiere contribuir a contagiar y lo que no. La capacidad de liderazgo es un elemento importante en el potencial para generar climas emocionales (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

Habilidad Intercultural: capacidad para la toma de conciencia y apreciación de la diversidad cultural, como también la habilidad de relacionarse con las mismas.

Habilidades de Vida y Bienestar.

Capacidad de adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, profesionales, familiares, sociales, de tiempo libre, etc. Permiten organizar la vida de forma sana y equilibrada, facilitando experiencias de satisfacción o bienestar (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

○ Microcompetencias.

Fijar objetivos adaptativos. Es la capacidad para fijar objetivos positivos y realistas. Algunos a corto plazo y otros a largo plazo.

Toma de decisiones. Desarrollar mecanismos personales para tomar decisiones sin dilación en situaciones personales, familiares, académicas, profesiones, sociales y de tiempo libre, que acontecen en la vida diaria. Supone asumir la responsabilidad por las propias decisiones, tomando en consideración aspectos éticos, sociales y de seguridad.

Buscar ayuda y recursos. Es la capacidad para identificar la necesidad de apoyo y asistencia y saber acceder a los recursos disponibles apropiados.

Ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida. Implica reconocimiento de los propios derechos y deberes; desarrollo de un sentimiento de pertenencia; participación efectiva en un sistema democrático; solidaridad y compromiso; ejercicio de valores cívicos; respeto por los valores multiculturales y la diversidad, etc. Esta ciudadanía se desarrolla a partir del contexto local, pero se abre a contextos más amplios. Las competencias emocionales son esenciales en la educación para la ciudadanía.

Bienestar emocional. Es la capacidad para gozar de forma consciente de bienestar emocional, subjetivo, psicológico, personal, hedónico, eudonómico, profesional, global. El propio bienestar se transmite a la familia, los amigos, el trabajo, la sociedad. Las aportaciones de la psicología positiva han redescubierto el valor de las virtudes y fortalezas humanas como fuente de bienestar. El auténtico bienestar no es un placer egoísta, sino que se fundamenta en unos valores que propician el bienestar general.

Fluir. Capacidad para generar experiencias óptimas en la vida profesional, personal, social, tiempo libre y en múltiples situaciones de la vida.

Emociones estéticas. Son las que se experimentan ante la belleza o ante una obra de arte de cualquier tipo. Las emociones estéticas proporcionan una sensación de bienestar. Conviene enseñar a disfrutar con las emociones estéticas y potenciarlas para el bienestar personal y social (Bisquerra Alzina, 2016a, 2016b).

Definición operacional de variables

Tabla 1

Definición operacional de competencias emocionales

VARIABLES	DIMENSIÓN	DEFINICIÓN	INDICADORES	ITEM
COMPETENCIAS EMOCIONALES	Competencia emocional global	Conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los	Escala de Likert construida por la investigadora	1 al 69

VARIABLES	DIMENSIÓN	DEFINICIÓN	INDICADORES	ITEM
		fenómenos emocionales		
COMPETENCIAS EMOCIONALES	Conciencia Emocional	Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado	Nivel de la capacidad para percibir con precisión las propias emociones	1
			Nivel de la capacidad para nombrar y describir correctamente las propias emociones	47
			Nivel de la capacidad para percibir y reconocer con precisión las emociones de los demás	30
			Nivel de la capacidad para identificar cuándo las emociones afectan su comportamiento	57 34
			Nivel de la capacidad para reconocer pensamientos que inciden en las emociones y comportamientos	52
			Nivel de la capacidad para centrar el pensamiento en algo sin distraerse	13 37
			Nivel de la capacidad para comportarse según valores éticos y morales	8
	Regulación Emocional	Capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. También se puede denominar gestión emocional.	Nivel de la capacidad para reaccionar de manera adecuada según las propias emociones	9
			Nivel de la capacidad para regular deliberadamente las propias emociones e incluso poder cambiarlas	45 18
			Nivel de la capacidad para regular las emociones según los valores éticos y morales	11 60

VARIABLES	DIMENSIÓN	DEFINICIÓN	INDICADORES	ITEM
			Nivel de la capacidad para realizar técnicas de regulación emocional	29
			Nivel de la capacidad para implementar estrategias eficaces para regular situaciones perturbadoras	67
			Nivel de tolerancia a la frustración	35
			Nivel de la capacidad para utilizar estrategias para gestionar la intensidad y duración de las propias emociones	64
			Nivel de la capacidad para autogenerarse emociones positivas	15
			Nivel de la capacidad para manejar situaciones estresantes	36
Autonomía Emocional	Concepto amplio que incluye un conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre los que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad		Nivel de la capacidad para poseer una imagen positiva de sí mismo	16
			Nivel de la capacidad para motivarse e implicarse emocionalmente en actividades de la vida cotidiana	26 69
			Nivel de la capacidad para percibirse a sí mismo capaz de sentirse como desea y de relacionarse con los demás	41 68
			Nivel de la capacidad para hacerse responsable de sus actos y decisiones	28 61
			Nivel de la capacidad para mantener una actitud positiva ante la vida	20

VARIABLES	DIMENSIÓN	DEFINICIÓN	INDICADORES	ITEM
		para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional. Es un paso más en la regulación emocional. La autonomía emocional es un difícil equilibrio entre dos extremos: la dependencia emocional y la desvinculación emocional	Nivel de la capacidad para realizar un proceso consciente y deliberado de interpretación de la información o experiencias que vive	4 58
			Nivel de la capacidad para evaluar críticamente los mensajes sociales, culturales y de los medios de comunicación, relativos a normas sociales y comportamientos personales	22
			Nivel de la capacidad para asumir valores éticos y morales	65
			Nivel de la capacidad para adoptar una actitud positiva a pesar de condiciones adversas	51 42
			Nivel de la capacidad para buscar respuestas creativas a situaciones vitales	32
			Nivel de la capacidad para adaptarse efectivamente a las exigencias del medio	50
Competencia Social		Capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas.	Nivel de la capacidad para dominar habilidades sociales básicas	25 6
			Nivel de la capacidad para respetar a los demás, aceptando y apreciando las diferencias individuales y grupales	23 7
			Nivel de la capacidad para atender y entender lo que los otros quieren comunicar, tanto de forma verbal como no verbal	27 43 17

VARIABLES	DIMENSIÓN	DEFINICIÓN	INDICADORES	ITEM
		Nivel de la capacidad para expresar los propios sentimientos a los demás, tanto de forma verbal como no verbal		2
		Nivel de la capacidad para compartir emociones con los demás		21
				56
		Nivel de la capacidad para realizar acciones en favor de otras personas, incluso sin que lo hayan solicitado		5
		Nivel de la capacidad para formar parte de equipos eficientes, renunciando a una parte del protagonismo personal a favor del equipo		31
		Nivel de la capacidad para expresar su opinión y al mismo tiempo aceptar la del otro, aunque sea diferente		14
				48
				40
		Nivel de la capacidad para reconocer situaciones conflictivas y afrontarlas de forma positiva		33
				53
				10
		Nivel de la capacidad para influir en la regulación de las emociones de los demás		3
		Nivel de la capacidad para influir en las personas para que se dirijan a determinados objetivos		63
		Nivel de la capacidad para promover emociones positivas		38
				66

VARIABLES	DIMENSIÓN	DEFINICIÓN	INDICADORES	ITEM
			Nivel de la capacidad para tomar conciencia de las diferencias culturales y poder vivir con ellas	55
Habilidades de vida y bienestar		Capacidad de adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriam	Nivel de la capacidad para proponerse objetivos realistas y positivos	49 54
		ente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, profesionales, familiares, sociales, de tiempo libre, etc. Permiten organizar la vida de forma sana y equilibrada, facilitando experiencias de satisfacción o bienestar.	Nivel de la capacidad para tomar decisiones por sí mismo, teniendo en cuenta aspectos éticos y sociales	24 46
			Nivel de la capacidad para reconocer situaciones en las que necesita ayuda y poder solicitarla	39
			Nivel de la capacidad para reconocer sus derechos y deberes en el contexto en el que se desarrolla	19
			Nivel de la capacidad para gozar de bienestar de forma consciente	12 62
			Nivel de la capacidad para generar experiencias óptimas en su vida	44
			Nivel de la capacidad para experimentar y disfrutar emociones estéticas	59

Fuente. Elaboración propia con base de datos de Bisquerra Alzina y Pérez Escoda (2007); Bisquerra Alzina (2016a; 2016b)

Metodología

Nivel y tipo de investigación

El presente trabajo tiene un nivel de investigación descriptivo. Se buscó recoger datos que permitieran describir el nivel de las competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta. Se pretendió conocer las habilidades, capacidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada las emociones que experimentan.

Asimismo, el tipo de investigación de acuerdo a su finalidad, fue de tipo aplicada, ya que se realizó en un contexto específico: la Universidad Católica de Salta. Se aspiró conocer y generar aportes para en un futuro, modificar y mejorar los niveles de competencias emocionales de una población precisa: los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de dicha institución.

Con respecto a su alcance temporal, la investigación se planteó como seccional. De este modo, el estudio se ejecutó en un momento dado, por medio de la administración de la escala de Likert construida por la investigadora.

En relación a su profundidad, resultó una investigación descriptiva. En razón a su carácter fue de tipo cuantitativo, ya que se recolectó datos a partir del instrumento construido, con el fin de probar la hipótesis planteada acerca del nivel de las competencias emocionales. Este nivel tiene asiento en la medición numérica, lo cual permite el análisis estadístico descriptivo e inferencial de los datos obtenidos, posibilitando la generalización a la población.

Población y muestra

Población: 104 estudiantes que corresponden a los inscriptos en las materias del segundo semestre del quinto año de la carrera de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta del año 2020.

Asignaturas del segundo semestre del quinto año de la carrera en cuestión:

- Psicología clínica II
- Metodología de la investigación II
- Práctica Pre Profesional Clínica
- Práctica Pre Profesional Socio-comunitaria
- Práctica Pre Profesional Educacional
- Práctica Pre Profesional Jurídico Forense
- Práctica Pre Profesional Laboral

Muestra

Se utilizó el programa Decisión Analyst STATS 2.0 para calcular la muestra representativa, arrojando un resultado de 82 estudiantes.

Se tomó la pregunta efectuada en el libro de metodología de Hernández Sampieri para entender la fórmula anterior ¿cuántas unidades muestrales se necesitan para tener una muestra que garantice un nivel de error estándar, menor de 0,05, dado que la población total es de 104 estudiantes? (Hernández Sampieri, 2014). La respuesta es: 82 estudiantes.

Muestreo: fue planteado como un muestreo probabilístico aleatorio simple, ya que todos los estudiantes que cursaban asignaturas del segundo semestre del quinto año en el año 2020 tuvieron la misma oportunidad de ser escogidos para formar parte de la muestra.

En primer lugar, se accedió al marco muestral de la población, pudiendo constatar cada uno de los estudiantes que cursaban al menos una de las asignaturas nombradas. Se realizó una lista con los mismos, enumerando a cada uno de los 104 estudiantes. Por medio del procedimiento de tómbola con papeles se obtuvo la muestra probabilística simple. La misma estuvo conformada por 82 personas.

El modo de comunicación con los estudiantes, fue la mensajería del correo institucional, ya que es el medio de contacto oficial de la institución con los estudiantes. Una vez conformada la muestra probabilística, se comunicó a la investigadora que el correo institucional no podía enviar la invitación a completar el

instrumento de manera discriminada, es decir, a cada uno de los estudiantes que formaban parte de la muestra seleccionada. Por esto, se envía a toda la población, y se buscó trabajar con la totalidad de los estudiantes que estuvieran cursando materias de quinto año del segundo semestre. Sin embargo, no todos completaron el instrumento, a pesar de las reiteradas comunicaciones por diferentes medios con cada uno de ellos. A pesar de esto, se pudo obtener 82 escalas de Likert completadas, permitiendo al menos llegar al número de muestra representativa arrojada por el programa Decisión Analyst STATS 2.0.

Criterios de inclusión de la muestra:

- Estudiantes de la carrera de Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta
- Que se hallaran cursando al menos una materia del segundo semestre quinto año de la carrera en el año 2020: Psicología clínica II, Metodología de la investigación II, Práctica Pre Profesional Clínica, Práctica Pre Profesional Socio-comunitaria, Práctica Pre Profesional Educacional, Práctica Pre Profesional Jurídico Forense y/o Práctica Pre Profesional Laboral.

Procedimiento

Una vez aprobado el Proyecto de Investigación y dadas las circunstancias de público conocimiento referidas al confinamiento causadas por la pandemia por Covid-19 (SARS-Cov2), se buscó autorización por parte del tribunal para poder efectuar la administración del instrumento de forma virtual. Previamente, se ejecutó una nueva prueba piloto para evaluar la confiabilidad del instrumento en su aplicación online. Una vez obtenida la confiabilidad y la autorización del tribunal para su aplicación, se procedió a solicitar permiso a las autoridades del Departamento de Psicología de la Universidad Católica de Salta para llevar a cabo la investigación.

Finalmente, se consiguió permiso por parte de la Jefa de Carrera para la administración de la escala de Likert a dichos estudiantes. Asimismo, se solicitó las listas de inscriptos en las asignaturas correspondientes al segundo semestre del quinto año de la carrera, en el año 2020. Una vez ocurrido esto, se determinó la

muestra representativa, y por medio de tómbola fue obtenida la muestra. Por cuestiones de la mensajería de correo institucional, la totalidad de los estudiantes fueron contactados. Se les envió el link que los direccionaba a un formulario de Google Docs donde se encontraba el instrumento para contestar. El mismo fue precedido por un consentimiento informado acerca de la anonimidad, voluntariedad y de la posibilidad de abandonar el mismo durante su contestación, si se consideraba que estaban obteniendo resultados no deseados.

Una vez realizado esto y recolectados los datos, se continuó con la construcción de una base de datos para el análisis de los datos en el programa SPSS. Seguidamente, se realizó la tabulación de los datos, para proseguir con los análisis de los mismos con estadística descriptiva e inferencial.

Se tuvo en cuenta un análisis de competencia emocional global y luego de cada una de las competencias emocionales con sus microcompetencias. Se efectuaron análisis tanto de los puntajes directos como de sus conversiones a niveles de competencias emocionales. Se sumó un análisis demográfico de dichas competencias; asimismo, se realizó una descripción en percentiles de los resultados de la muestra.

Se finalizó con una conclusión y recomendaciones, como también sugerencias para investigaciones próximas.

Diseño de investigación

Se trató de un diseño de investigación no experimental transversal o transeccional, pues pretendió identificar el nivel de competencias emocionales en los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología en un momento determinado. Además, tuvo un diseño descriptivo, siendo que su alcance final fue el conocimiento y la descripción de la variable nivel de competencias emocionales en los estudiantes inscriptos en materias del segundo semestre del quinto año de dicha carrera.

Recolección de datos

Los datos que permitieron conocer el nivel de competencias emocionales fueron obtenidos a través de una escala de medición Likert de autoinforme. Fue diseñado por la investigadora, a partir de la revisión teórica y de otros instrumentos que persiguen objetivos similares.

Se tuvieron en cuenta los siguientes instrumentos: CDE-A o Cuestionario de Desarrollo Emocional de Adultos de Pérez-Escoda, Bisquerra Alzina, Filella y Soldevila (2010); TEIQue-SF, Cuestionario de Inteligencia Emocional Rasgo, versión corta, de Cooper y Petrides (2010); DERS, Escala de dificultades en regulación emocional de Medrano y Trógolo (2014); adaptación transcultural de la Escala de Inteligencia Emocional de Schutte, realizada por Omar, Salessi, Urteaga y Vaamonde (2013); Escala de habilidades sociales de Goldstein (1978); TMMS-24 (Trait Meta Mood Scale) de Salovey y Mayer, adaptado por Fernández-Berrocal y Extremera (s.f.); ICSE (Inventario de Competencias Emocionales para Adultos) de Mikulic, Crespi y Radusky (2015).

Cada uno de estos, fueron explorados para la construcción del presente instrumento, ya que no pudieron ser empleados por no estar basados específicamente en el marco teórico tomado por este trabajo. En el caso del CDE-A, si es un instrumento referido al marco teórico en cuestión, pero no se pudo tener acceso al él. Se debe aclarar que si existe posibilidad es adecuado utilizarlo, ya que tiene un mayor desarrollo y estudio. En este caso, no pudo ser aplicado por los costos que implicaban, como también por la imposibilidad de corregir los resultados por parte de la investigadora. Si se lo desea para usar con otros fines, dicho instrumento es el más apropiado.

Escala:

- Objetivo.

Medir el nivel de competencias emocionales, con sus dimensiones y sus correspondientes microcompetencias.

- Descripción del instrumento.

Es una escala de autoinforme, que permite conocer la percepción que tienen las personas acerca de sus propias competencias emocionales. Se edifica a partir de las definiciones conceptuales y operacionales, como también del marco teórico que lo sustenta y de la revisión de los instrumentos nombrados.

Es una escala Likert está constituida por siete categorías de respuestas que van desde el Totalmente de acuerdo al Totalmente en desacuerdo (Totalmente de acuerdo, bastante de acuerdo, de acuerdo, ni en acuerdo ni en desacuerdo, en desacuerdo, bastante en desacuerdo, totalmente en desacuerdo). Es un instrumento de auto-administración, ya que son las mismas personas que forman parte de la muestra, quienes leen y completan el mismo.

- ***Construcción del instrumento.***

En una primera instancia, se realizó un bosquejo con 108 ítems y se procedió a realizar una prueba piloto con cinco personas de niveles universitarios en curso de diferentes carreras, en un rango de edad de 23 a 25 años. Se les solicitó que completaran el mismo e indiquen aquellas afirmaciones que consideraban confusas o ambiguas y las que no se podían responder a partir de las categorías de respuesta planteadas. De esta manera, se observó errores en las formulaciones de diversas afirmaciones, como también la imposibilidad de responder a partir de las categorías de respuestas propuestas. A partir de ello, se realizó una revisión de la escala, eliminando ítems y modificando expresiones de algunos de ellos, quedando un instrumento actual con 69 ítems con dirección tanto positiva como negativa y con siete categorías de respuesta.

Cada paso de construcción de la escala en general y de cada una de las afirmaciones, fue supervisado por la directora de esta investigación, quien es conocedora de dicho marco teórico. Esto último permitió asegurar validez de contenido del instrumento.

Se perpetró una segunda prueba piloto con 15 personas que cursaban diferentes años de la carrera de Licenciatura en Psicología, por lo cual tenían características similares a la población tomada. No presentaron problemas al responder el mismo, completándolos en un promedio de 12 minutos

aproximadamente. Esta prueba piloto, permitió efectuar la evaluación de confiabilidad a partir de Alfa de Cronbach. Se observaron errores en los ítems 23, 27 y 42, ya que no expresaban correctamente a cada microcompetencia a la que estaban dirigidas y fueron modificados.

Finalmente, debido a los cambios referidos al medio de aplicación del instrumento, se procedió a realizar una nueva prueba piloto en modalidad virtual a 15 personas que cursaban el quinto año de la carrera. Esta prueba piloto arrojó resultados positivos, determinando su confiabilidad por medio del Alfa de Cronbach que se encuentran expresados en el apartado de confiabilidad.

Modelo del instrumento.

El instrumento completo con su presentación, consentimiento e instrucciones se puede observar en el anexo N° 2. En este apartado se presentan cada uno de los ítems y las categorías de respuesta.

Tabla 2

Instrumento. Escala de competencias emocionales

N°	Ítem	Totalmente de acuerdo	Bastante de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1	Reconozco fácilmente mis emociones							
2	Me resulta difícil exteriorizar mis pensamientos a mis conocidos							
3	Cuando veo a alguien estresado/a o ansioso/a, puedo calmarlo fácilmente							
4	Cuando me siento triste, reflexiono porqué me siento de esa forma							
5	Trato de ayudar a otras personas cada vez que puedo							
6	Puedo iniciar una conversación con facilidad							

N°	Ítem	Totalmente de acuerdo	Bastante de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
7	No soporto cuando otras personas son diferentes a mí							
8	Cuando percibo que otra persona se siente triste, trato de ayudarla o acompañarla							
9	Cuando siento ira, no puedo controlar mis acciones							
10	Cuando una situación puede llegar a ser conflictiva, hago lo posible para intentar que no lo sea							
11	Ayudo a calmar a la otra persona cuando está enojada, para que reaccione apropiadamente							
12	Siento que he alcanzado mi realización personal							
13	Mis pensamientos me ayudan a enfocarme en lo que es importante para mí							
14	Expreso mis opiniones sabiendo que las del otro pueden ser distintas a las mías							
15	Cuando no me siento bien, realizo acciones que me generan placer							
16	No me siento satisfecho/a conmigo mismo/a							
17	Entiendo fácilmente lo que los demás me quieren comunicar							
18	Puedo calmarme cuando siento miedo							

N°	Ítem	Totalmente de acuerdo	Bastante de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
19	Participo responsablemente en actividades ciudadanas							
20	No importa qué cosas esté atravesando, trato de tener una actitud positiva							
21	Puedo tener conversaciones profundas sobre mis sentimientos con personas que conozco							
22	Hago lo que me dicen los demás, sin importar lo que yo piense							
23	Respeto a los demás, incluso si son diferentes a mí							
24	Me importan las consecuencias que pueden tener mis comportamientos							
25	Tengo dificultad para hacer amigos							
26	Me cuesta mantenerme motivado/a							
27	Cuando converso con alguien, no escucho todo lo que me dice							
28	Cuando me siento triste, es culpa de los otros							
29	Utilizo técnicas de estabilización cuando lo necesito							
30	Tengo inconvenientes para reconocer con precisión las emociones de los demás							
31	Me resulta fácil ponerme de acuerdo con otras personas cuando trabajamos en equipo							
32	Si no pude resolver alguna situación, busco nuevas formas de solucionarla							

N°	Ítem	Totalmente de acuerdo	Bastante de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
33	Puedo identificar cuándo una situación puede resultar conflictiva.							
34	Entiendo por qué respondo de la forma en que lo hago							
35	Sé que las cosas no siempre pueden resultar de la manera que yo quiero							
36	No sé cómo manejar situaciones estresantes, de manera que se extienden en el tiempo							
37	Cuando realizo una actividad, me concentro en ella							
38	No soy capaz de promover emociones positivas a otras personas							
39	No pido ayuda cuando tengo un conflicto que no puedo resolver solo/a							
40	Hago cosas, aun cuando no me agradan, por temor a las consecuencias							
41	Considero que soy capaz de crear situaciones que me permiten obtener mi bienestar personal							
42	Cuando me ocurre algo malo, trato de tomar la situación como un momento de aprendizaje							
43	Escucho atentamente al otro, sin interrumpirlo							
44	Realizo actividades en las que siento tanto placer que parece que el tiempo pasa volando							

N°	Ítem	Totalmente de acuerdo	Bastante de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
45	Encuentro difícil dominar mis emociones							
46	Dejo que los demás tomen decisiones por mí							
47	Sé cómo se denominan las emociones que siento							
48	Acepto opiniones diferentes a las mías							
49	Me propongo objetivos claros y realistas							
50	Me resulta difícil adaptarme a nuevas circunstancias							
51	Cuando me ocurre algo malo, no tengo ganas de seguir intentando							
52	Sé que cuando tengo pensamientos positivos, me siento mejor							
53	No sé qué hacer cuando tengo un problema							
54	Mis objetivos en la vida están dirigidos a mi bienestar y al de los demás							
55	Puedo relacionarme con personas de otras culturas, etnias o religiones							
56	Encuentro difícil explicar mis emociones a otros, incluso cuando quiero hacerlo							
57	Sé que cuando siento alguna emoción, mi comportamiento puede verse afectado							
58	Cuando me siento triste, pienso qué hacer con eso							
59	Disfruto profundamente cuando escucho música, leo un libro, veo una película o							

N°	Ítem	Totalmente de acuerdo	Bastante de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
	realizo cualquier otra actividad placentera para mí							
60	Trato de calmar mi enojo, para no reaccionar inapropiadamente con otras personas							
61	Depende de mí, cambiar lo que me pasa o cómo me siento							
62	No estoy contento/a con mi vida							
63	Me resulta fácil alentar a otras personas para que cumplan objetivos							
64	No sé qué hacer para calmarme cuando me altero, por lo cual termino sintiéndome de esa forma por mucho tiempo							
65	Cuando alguien me hace daño, respondo del mismo modo							
66	Trato de crear un clima positivo cuando estoy con otras personas							
67	No puedo tranquilizarme cuando estoy enojado/a							
68	Me relaciono adecuadamente con los demás							
69	Me involucro emocionalmente en las actividades cotidianas que realizo							

Fuente. Elaboración propia a partir de la revisión teórica y de otros instrumentos nombrados en la descripción del mismo.

- ***Criterios para el análisis e interpretación de los resultados.***

Cada una de las afirmaciones puede ser respondida por una de las siete categorías de respuesta de escala de Likert. Poseen una codificación para el

análisis de los datos en el programa SPSS, como así también un puntaje del cero al seis.

Codificación:

- ✓ Totalmente de acuerdo (TDA)
- ✓ Bastante de acuerdo (BDA)
- ✓ De acuerdo (DA)
- ✓ Ni en acuerdo ni en desacuerdo (NN)
- ✓ En desacuerdo (ED)
- ✓ Bastante en desacuerdo (BED)
- ✓ Totalmente en desacuerdo (TED)

Tabla 3

Libro de códigos

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
CONCIENCIA EMOCIONAL	TOMA DE CONCIENCIA DE LAS PROPIAS EMOCIONES	1 (Reconozco ...)+	- TDA	6	1
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	DAR NOMBRE A LAS EMOCIONES	47 (Sé cómo...) +	- TDA	6	47
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- TED	0	
	EMPATÍA	30 (Tengo inconvenientes...) -	- TDA	0	30
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
	TOMAR CONCIENCIA DE LA INTERACCION ENTRE, EMOCION, COGNICION Y COMPORTAMIENTO	57 (Sé que cuando siento...) +	- TDA	6	57
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		34 (Entiendo...) +	- TDA	6	34
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	DETECTAR CREENCIAS	52 (Sé que cuando tengo	- TDA	6	52
			- BDA	5	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
		pensamient os...) +	- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	ATENCION PLENA	13 (Mis pensamient os...) +	- TDA	6	13
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		37 (Cuando realizo una actividad...) +	- TDA	6	37
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	CONCIENCIA ETICA Y MORAL	8 (Cuando percibo...) +	- TDA	6	8
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- BED	1	
			- TED	0	
REGULACION EMOCIONAL	EXPRESION EMOCIONAL APROPIADA	9 (Cuando siento ira...) -	- TDA	0	9
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
	REGULACION DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS	45	- TDA	0	45
		(Encuentro difícil...) -	- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
		18 (Puedo calmarme cuando...) +	- TDA	6	18
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
	REGULACION EMOCION CON CONCIENCIA ETICA Y MORAL	11 (Ayudo a calmar...) +	- TDA	6	11
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		60 (Trato de calmar...) +	- TDA	6	60
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	REMIND	29 (Utilizo técnicas...) +	- TDA	6	29
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
	REGULACION DE LA IRA PARA LA PREVENCION DE LA VIOLENCIA	67 (No	- TDA	0	67
		puedo	- BDA	1	
		tranquilizar	- DA	2	
		me...) -	- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
	TOLERANCIA A LA FRUSTRACION	35 (Sé que	- TDA	6	35
		las cosas	- BDA	5	
		no	- DA	4	
		siempre...)	- NN	3	
		+	- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	64 (No sé	- TDA	0	64
		qué	- BDA	1	
		hacer...) -	- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
	COMPETENCIA PARA AUTOGENERAR EOCIONES POSITIVAS	15 (Cuando	- TDA	6	15
		no me	- BDA	5	
		siento	- DA	4	
		bien...) +			

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	MANEJO DEL ESTRÉS	36 (No sé cómo...) -	- TDA	0	36
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
AUTONOMIA EMOCIONAL	AUTOESTIMA	16 (No me siento...) -	- TDA	0	16
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
	AUTOMOTIVACION	26 (Me	- TDA	0	26
		resulta	- BDA	1	
		difícil	- DA	2	
		mantenerm	- NN	3	
		e...) -	- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
		69 (Me	- TDA	6	69
		involucro	- BDA	5	
		emocional	- DA	4	
		mente...) +	- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	AUTOEFICACIA EMOCIONAL	41	- TDA	6	41
		(Considero	- BDA	5	
		que...) +	- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
		68 (Me relaciono adecuadamente...) +	- TDA - BDA - DA - NN - ED - BED - TED	6 5 4 3 2 1 0	68
	RESPONSABILIDAD	28 (Cuando me siento...)-	- TDA - BDA - DA - NN - ED - BED - TEN	0 1 2 3 4 5 6	28
		61 (Depende de mí...) +	- TDA - BDA - DA - NN - ED - BED - TED	6 5 4 3 2 1 0	61
	ACTITUD POSITIVA	20 (No importa...) +	- TDA - BDA - DA	6 5 4	20

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	PENSAMIENTO CRITICO	4 (Cuando me siento triste, reflexiono...) +	- TDA	6	4
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		58 (Cuando me siento triste...) +	- TDA	6	58
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	ANALISIS CRITICO DE NORMAS SOCIALES	22 (Hago lo que me dicen...) -	- TDA	0	22
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- TED	6	
	ASUMIR VALORES ETICOS Y MORALES	65 (Cuando alguien me hace daño...) -	- TDA - BDA - DA - NN - ED - BED - TEN	0 1 2 3 4 5 6	65
	RESILIENCIA	51 (Cuando me ocurre algo malo...) -	- TDA - BDA - DA - NN - ED - BED - TED	0 1 2 3 4 5 6	51
		42 (Cuando me ocurre...) +	- TDA - BDA - DA - NN - ED - BED - TED	6 5 4 3 2 1 0	42

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
COMPETENCIA SOCIAL	PENSAMIENTO CREATIVO	32 (Si no puedo resolver alguna...) +	- TDA	0	32
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
	ADAPTABILIDAD	50 (Me resulta difícil...) -	- TDA	0	50
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
	DOMINAR LAS HABILIDADES SOCIALES BASICAS	25 (Tengo dificultad...) -	- TDA	0	25
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
		6 (Puedo iniciar...) +	- TDA	6	6
			- BDA	5	
			- DA	4	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	RESPECTO POR LOS DEMÁS	23	- TDA	6	23
		(Respeto a	- BDA	5	
		los	- DA	4	
		demás...) +	- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		7 (No	- TDA	0	7
		soporto...) -	- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
	COMUNICACIÓN RECEPTIVA	27 (Cuando	- TDA	0	27
		converso...	- BDA	1	
		) -	- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- TED	6	
		43	- TDA	6	43
		(Escucho	- BDA	5	
		atentament	- DA	4	
		e...) +	- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		17	- TDA	6	17
		(Entiendo	- BDA	5	
		fácilmente	- DA	4	
		lo que los	- NN	3	
		demás...) +	- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	COMUNICACIÓN EXPRESIVA	2 (Me	- TDA	0	2
		resulta	- BDA	1	
		difícil	- DA	2	
		exteriorizar	- NN	3	
		...) -	- ED	4	
			- BED	5	
			- TEN	6	
	COMPARTIR EMOCIONES	21 (Puedo	- TDA	6	21
		tener	- BDA	5	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
		conversacio	- DA	4	
		nes...) +	- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		56	- TDA	0	56
		(Encuentro	- BDA	1	
		difícil	- DA	2	
		explicar...)	- NN	3	
		-	- ED	4	
			- BED	5	
			- TEN	6	
	COMPORTAMIENTO PROSOCIAL Y COOPERACION	5 (Trato de	- TDA	6	5
		ayudar...) +	- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	TRABAJO EN EQUIPO	31 (Me	- TDA	6	31
		resulta fácil	- BDA	5	
		ponerme de	- DA	4	
		acuerdo...)	- NN	3	
		+	- ED	2	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- BED	1	
			- TED	0	
	ASERTIVIDAD	14	- TDA	6	14
		(Expreso	- BDA	5	
		mis	- DA	4	
		opiniones...	- NN	3	
		) +	- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		48 (Acepto	- TDA	6	48
		opiniones...	- BDA	5	
		) +	- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		40 (Hago	- TDA	0	40
		cosas, aun	- BDA	1	
		cuando...) -	- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
	PREVENCION Y GESTION DE CONFLICTOS	33 (Puedo identificar...) +	- TDA	6	33
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		53 (No sé qué hacer...)-	- TDA	0	53
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
		10 (Cuando una situación puede...) +	- TDA	0	10
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
	CAPACIDAD PARA GESTIONAR SITUACIONES EMOCIONALES	3 (Cuando veo a alguien...) +	- TDA	6	3
			- BDA	5	
			- DA	4	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	LIFERAZGO EMOCIONAL	63 (Me resulta fácil alentar...) +	- TDA	6	63
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	CLIMA EMOCIONAL	38 (No soy capaz de promover...) -	- TDA	0	38
			- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
		66 (Trato de crear un clima...) +	- TDA	6	66
			- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
			- BED	1	
			- TED	0	
	HABILIDAD INTERCULTURAL	55 (Puedo relacionarme con personas de otras...) +	- TDA - BDA - DA - NN - ED - BED - TED	6 5 4 3 2 1 0	55
HABILIDADES DE VIDA Y BIENESTAR	FIJAR OBJETIVOS ADAPTATIVOS	49 (Me propongo objetivos...) +	- TDA - BDA - DA - NN - ED - BED - TED	6 5 4 3 2 1 0	49
		54 (Mis objetivos...) +	- TDA - BDA - DA - NN - ED - BED - TED	6 5 4 3 2 1 0	54
	TOMA DE DECISIONES	24 (Me importan	- TDA	6	24

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
		las	- BDA	5	
		consecuenc	- DA	4	
		ias...) +	- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		46 (Dejo	- TDA	0	46
		que los	- BDA	1	
		demás...) -	- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	
	BUSCAR AYUDA Y RECURSOS	39 (No pido	- TDA	0	39
		ayuda...) -	- BDA	1	
			- DA	2	
			- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
	CIUDADANIA ACTIVA, PARTICIPATIVA, CRITICA, RESPONSABLE Y COMPROMETIDA	19	- TDA	6	19
		(Participo...	- BDA	5	
		) +	- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	BIENESTAR EMOCIONAL	12 (Siento	- TDA	6	12
		que he	- BDA	5	
		alcanzado	- DA	4	
		...) +	- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
		62 (No	- TDA	0	62
		estoy	- BDA	1	
		contento/a	- DA	2	
		...) -	- NN	3	
			- ED	4	
			- BED	5	
			- TED	6	

VARIABLE COMPUESTA	VARIABLE (MICROCOMPETENCIA)	ITEM	CATEGORIAS	CÓDIGOS	COLUMNA
	FLUIR	44 (Realizo actividades ...)	- TDA	6	44
		+) +	- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	
	EMOCIONES ESTETICAS	59 (Disfruto profundamente...)	- TDA	6	59
		+) +	- BDA	5	
			- DA	4	
			- NN	3	
			- ED	2	
			- BED	1	
			- TED	0	

Fuente. Elaboración propia con base de datos de Bisquerra Alzina y Pérez Escoda (2007); Bisquerra Alzina (2016a; 2016b)

Puntaje en afirmaciones de dirección favorable:

- ✓ Totalmente de acuerdo: 6 (seis) puntos
- ✓ Bastante de acuerdo: 5 (cinco) puntos
- ✓ De acuerdo: 4 (cuatro) puntos
- ✓ Ni de acuerdo ni en desacuerdo: 3 (tres) puntos
- ✓ En desacuerdo: 2 (dos) puntos
- ✓ Bastante en desacuerdo: 1 (un) punto
- ✓ Totalmente en desacuerdo: 0 (cero)

Puntaje en afirmaciones de dirección desfavorable:

- ✓ Totalmente de acuerdo: 0 (cero)
- ✓ Bastante de acuerdo: 1 (un) punto
- ✓ De acuerdo: 2 (dos) puntos
- ✓ Ni de acuerdo ni en desacuerdo: 3 (tres) puntos
- ✓ En desacuerdo: 4 (cuatro) puntos
- ✓ Bastante en desacuerdo: 5 (cinco) puntos
- ✓ Totalmente en desacuerdo: 6 (seis) puntos

Las puntuaciones se obtienen sumando los valores alcanzado en cada afirmación y se divide por el número de ítems.

A mayor puntaje, mayor nivel de competencias emocionales y de las respectivas microcompetencias. Se obtiene un puntaje global referido al nivel de competencias emocionales y otros puntajes que señalan el nivel de cada una de las dimensiones (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales, competencias para la vida y el bienestar) con sus microcompetencias.

- ❖ Puntaje final de la competencia emocional global: se obtiene por la media aritmética de los puntajes de los 69 ítems del instrumento.
- ❖ Puntaje final de cada competencia emocional: se consigue por la media aritmética de los puntos obtenidos en cada una de las afirmaciones referidas a cada competencia emocional.
- ❖ Puntaje final de cada microcompetencia: se alcanza por medio de la media aritmética de los puntajes de cada una de las afirmaciones correspondientes a dicha microcompetencia.

Una vez logrados los puntajes directos, se los convierte en niveles de competencias emocionales. Esto se realiza con la competencia emocional global y con cada una de las cinco dimensiones.

- Un puntaje de 6 a 4- corresponde a un nivel alto o dominio superior al básico.
- Un puntaje de 4 a 2- refiere a un nivel medio o dominio básico.
- Un puntaje de 2 a 0- indica un nivel bajo o dominio inferior al básico.

En el caso de los puntajes límites 2,00 y 4,00, son ubicados en el nivel siguiente, es decir, 2,00 en el nivel medio y 4,00 en el nivel alto.

Interpretación del nivel de competencias emocionales.

Se tomó como referencia el Cuestionario de desarrollo emocional para adultos (CDE-A) de Bisquerra Alzina y el grupo GROP, quienes explicitan su manera de entender los niveles de competencias emocionales global y de cada dimensión. Como no se pudo tener acceso al mismo, se registró en diferentes investigaciones científicas el modo de interpretar los puntajes arrojados por el instrumento. El mismo no posee baremos que permitan la interpretación de resultados, sino que tiene en cuenta las necesidades de la propia persona (Naranjo Sepúlveda, 2019, p. 77). “En este caso cada persona se compara con sí misma, no con una población de referencia” (Naranjo Sepúlveda, 2019. P. 77). Los puntajes correspondientes a la mitad de la puntuación máxima posible, implica un dominio básico de las competencias emocionales y “las puntuaciones más altas son indicadores de mayor dominio y las más bajas indicadores de menor dominio” (Pérez Escoda & Ribera Cos, 2014).

Si no alcanza el puntaje máximo, aquellos puntos faltantes refieren a posibilidades de mejorar en dichas competencias que tengan los valores más bajos (Naranjo Sepúlveda, 2019, p. 77).

En función de lo efectuado por Bisquerra Alzina, se analizarán las competencias emocionales según los niveles alcanzados, sin dejar de atender los puntajes directos, ya que reflejan las necesidades de desarrollo en determinados aspectos de la competencia emocional. Se realiza de este modo, ya que el principal marco teórico de esta investigación está constituido por la teoría del modelo pentagonal de competencia emocional de Bisquerra Alzina y el grupo GROP. Por ello, se indagó la manera de este modelo teórico de interpretar los niveles de competencias emocionales. Se tuvo en cuenta lo dicho y se separó en nivel bajo, medio y alto para fines prácticos. Se entiende cada nivel como:

➤ ***Nivel alto- superior al dominio básico de la competencia emocional***

Concierne a un puntaje promedio de 6 a 4 puntos. El mismo refiere un dominio superior al básico de competencias emocionales. Indica que la persona posee diversos y múltiples conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.

➤ ***Nivel medio – dominio básico de la competencia emocional***

Atañe a un puntaje promedio de 4 a 2 puntos. Implica un dominio básico de competencias emocionales. Revela que la persona ha desarrollado conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales; pero podría aprender y mejorar algunas capacidades. Las dimensiones y microcompetencias que poseen menor puntaje, muestran cuáles son las necesidades y aspectos a mejorar y/o desarrollar.

➤ ***Nivel bajo- inferior al dominio básico de la competencia emocional***

Corresponde a un puntaje promedio de 2 a 0 puntos. Enuncia un dominio inferior al básico de competencias emocionales. Expresa que la persona posee mínimos conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales. Por lo cual, tiene dificultades para comprender, expresar y regular sus emociones. Requiere promover competencias emocionales.

Tabla 4

Libro de códigos de niveles de competencia emocional

Niveles	Código
Bajo- Inferior al dominio básico	1
Medio- Dominio básico	2
Alto- Superior al dominio básico	3

Nota. Elaboración propia

De este modo, se debe realizar un análisis en conjunto de los puntajes directos con el nivel al que corresponde el mismo, para poder identificar con mayor precisión las necesidades de mejoras en determinadas competencias emocionales y los aspectos más desarrollados en las mismas.

Validez del instrumento.

La validez se consiguió por medio de validez de contenido, tomando de referencia el marco teórico. Además, fue revisado por la directora de la presente tesis, quien tiene conocimiento de la temática.

Tabla 5

Validez de constructo ítem por ítem.

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
1	<i>Reconozco fácilmente mis emociones.</i>	Conciencia emocional- <u>Toma de conciencia de las propias emociones-</u> Es la capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones, identificarlos y etiquetarlos.
2	<i>Me resulta difícil exteriorizar mis pensamientos a mis conocidos</i>	Competencia social- <u>Comunicación expresiva-</u> Es la capacidad para iniciar y mantener conversaciones, expresar los propios pensamientos y sentimientos con claridad, tanto en comunicación verbal como no verbal.
3	<i>Cuando veo a alguien estresado/a o ansioso/a, puedo calmarlo fácilmente</i>	Competencia social- <u>Capacidad para gestionar situación emocionales-</u> Es la habilidad para reconducir situaciones emocionales en contextos sociales. Se trata de activar estrategias de regulación emocional colectiva.
4	<i>Cuando me siento triste, reflexiono porqué me siento de esa forma</i>	Autonomía emocional- <u>Pensamiento crítico-</u> Se trata de un proceso consciente y deliberado de interpretación y evaluación de la información o experiencias a través de un conjunto de habilidades y actitudes

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
5	<i>Trato de ayudar a otras personas cada vez que puedo</i>	Competencia social- <u>Comportamiento prosocial y cooperación</u> - Es la capacidad para realizar acciones en favor de otras personas sin que lo hayan solicitado. Aunque no coincide con el altruismo, tiene muchos elementos en común
6	<i>Puedo iniciar una conversación con facilidad</i>	Competencia social- <u>Dominar las habilidades sociales básicas</u>
7	<i>No soporto cuando otras personas son diferentes a mi</i>	Competencia social- <u>Respeto por los demás</u> - Es la intención de aceptar y apreciar las diferencias individuales y grupales.
8	<i>Cuando percibo que otra persona se siente triste, trato de ayudarla o acompañarla.</i>	Conciencia emocional- <u>Conciencia ética y moral</u> - Es muy importante que las competencias emocionales incluyan necesariamente educación en valores, con principios morales, que conduzcan a un comportamiento ético a favor del bienestar social general
9	<i>Cuando siento ira, no puedo controlar mis acciones</i>	Regulación emocional- <u>Expresión emocional apropiada</u> - Es la capacidad para reaccionar de manera adecuada según sus emociones
10	<i>Cuando una situación puede llegar a ser conflictiva, hago lo posible para intentar que no lo sea</i>	Competencia social- <u>Prevención y gestión de conflictos</u> - Es la capacidad para identificar, anticiparse y afrontar resolutivamente conflictos sociales y problemas interpersonales. Implica la capacidad para identificar situaciones que requieren una solución o decisión preventiva y evaluar riesgos, barreras y recursos.
11	<i>Ayudo a calmar a la otra persona</i>	Regulación emocional- <u>Regulación emoción con conciencia ética y moral</u> - La regulación de las emociones,

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
	<i>cuando está enojada, para que reaccione apropiadamente</i>	tanto las propias como las ajenas, debe hacerse siempre de acuerdo con valores morales.
12	<i>Siento que he alcanzado mi realización personal</i>	Habilidades de vida y bienestar- <u>Bienestar emocional-</u> Es la capacidad para gozar de forma consiente de bienestar emocional, subjetivo, psicológico, personal, hedónico, profesional, global.
13	<i>Mis pensamientos me ayudan a enfocarme en lo que es importante para mi</i>	Conciencia emocional - <u>Atención plena-</u> La conciencia emocional conduce a la capacidad de atención y concentración: abstraerse y centrar el pensamiento en algo sin distraerse en otras cosas de forma consiente y voluntaria.
14	<i>Expreso mis opiniones sabiendo que las del otro pueden ser distintas a las mías</i>	Competencia social- <u>Asertividad-</u> Significa mantener un comportamiento equilibrado entre la agresividad y la pasividad. Esto implica la capacidad para defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos, al mismo tiempo que se respeta a los demás, con sus opiniones y derechos.
15	<i>Cuando no me siento bien, realizo acciones que me generan placer</i>	Regulación emocional- <u>Competencia para autogenerar emociones positivas-</u> Es la capacidad para autogenerarse y experimentar de forma voluntaria y consiente emociones positivas y disfrutar de la vida.
16	<i>No me siento satisfecho/a conmigo mismo/a</i>	Autonomía emocional- <u>Autoestima-</u> Significa tener una imagen positiva de uno mismo, estar satisfecho de un mismo.
17	<i>Entiendo fácilmente lo que los demás</i>	Competencia social- <u>Comunicación receptiva-</u> Es la capacidad para atender a los demás tanto en la

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
	<i>me quieren comunicarse</i>	comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión.
18	<i>Puedo calmarme cuando siento miedo</i>	Regulación emocional- <u>Regulación de emociones y sentimientos-</u> Es la regulación emocional propiamente dicha. Esto significa aceptar que los sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados. Incluye la capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior.
19	<i>Participo responsablemente en actividades ciudadanas</i>	Habilidades de vida y bienestar- <u>Ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida-</u> Esta ciudadanía se desarrolla a partir del contexto local, pero se abre a contextos más amplios.
20	<i>No importa qué cosas esté atravesando, trato de tener una actitud positiva</i>	Autonomía emocional- <u>Actitud positiva-</u> Es la capacidad para decidir adoptar una actitud positiva ante la vida, a pesar de que siempre van a sobrar motivos para que la actitud sea negativa.
21	<i>Puedo tener conversaciones profundas sobre mis sentimientos con personas que conozco</i>	Competencia social- <u>Compartir emociones-</u> Implica la conciencia de que la estructura y naturaleza de las relaciones vienen en parte definidas tanto por el grado de inmediatez emocional o sinceridad expresiva, como por el grado de reciprocidad o simetría en la relación
22	<i>Hago lo que me dicen los demás, sin importar lo que yo piense</i>	Autonomía emocional- <u>Análisis crítico de normas sociales-</u> Es la aplicación del pensamiento crítico a la capacidad para evaluar críticamente los mensajes sociales, culturales y de los medios de comunicación,

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
		relativos a normas sociales y comportamientos personales.
23	<i>Respeto a los demás, incluso si son diferentes a mí</i>	Competencia social- <u>Respeto por los demás</u> - Es la intención de aceptar y apreciar las diferencias individuales y grupales, y valorar los derechos de todas las personas
24	<i>Me importan las consecuencias que pueden tener mis comportamientos</i>	Habilidades de vida y bienestar- <u>Toma de decisiones</u> - Supone asumir la responsabilidad por las propias decisiones, tomando en consideración aspectos éticos, sociales y de seguridad
25	<i>Tengo dificultad para hacer amigos</i>	Competencia social- <u>Dominar las habilidades sociales básicas</u>
26	<i>Me resulta difícil mantenerme motivado/a</i>	Autonomía emocional- <u>Automotivación</u> - Es la capacidad de automotivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal, social, profesional, de tiempo libre, etc. Automotivarse es esencial para dar un sentido a la vida.
27	<i>Cuando converso con alguien, no escucho todo lo que me dice</i>	Competencia social- <u>Comunicación receptiva</u> - Es la capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión.
28	<i>Cuando me siento triste, es culpa de los otros</i>	Autonomía emocional- <u>Responsabilidad</u> - Es la capacidad para responder de los propios actos. Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones.
29	<i>Utilizo técnicas de estabilización cuando lo necesito</i>	Regulación emocional- <u>Remind</u> - Esta palabra resume relajación, respiración, meditación y mindfulness. Son un conjunto de técnicas de regulación emocional.

N°	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
30	<i>Tengo inconvenientes para reconocer con precisión las emociones de los demás</i>	Conciencia emocional- <u>Empatía</u> - Comprensión de las emociones de los demás. Capacidad para percibir con precisión las emociones y sentimientos de los demás.
31	<i>Me resulta fácil ponerme de acuerdo con otras personas cuando trabajamos en equipo</i>	Competencia social- <u>Trabajo en equipo</u> - Capacidad para formar parte de equipos eficientes, donde se crean climas emocionales positivos enfocados a la acción coordinada. Lo importante no es el trabajo individual, sino las sinergias que se forman entre los miembros del equipo. Cada uno debe renunciar a una parte del protagonismo personal a favor del equipo. Se trata de un trabajo cooperativo.
32	<i>Si no pude resolver alguna situación, busco nuevas formas de solucionarla</i>	Autonomía emocional- <u>Pensamiento creativo</u> - utilización de los procesos de pensamiento para buscar respuestas innovadoras a los diversos desafíos vitales.
33	<i>Puedo identificar cuando una situación puede resultar conflictiva.</i>	Competencia social- <u>Prevención y gestión de conflictos</u> - Es la capacidad para identificar, anticiparse y afrontar resolutivamente conflictos sociales y problemas interpersonales. Implica la capacidad para identificar situaciones que requieren una solución o decisión preventiva y evaluar riesgos, barreras y recursos.
34	<i>Entiendo por qué respondo de la forma en que lo hago</i>	Conciencia emocional- <u>Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento</u> - Los estados emocionales inciden en el comportamiento y

N°	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
		estos en la emoción. Ambos pueden regularse por la cognición (razonamiento, conciencia).
35	<i>Sé que las cosas no siempre pueden resultar de la manera que yo quiero</i>	Regulación emocional- <u>Tolerancia a la frustración</u> - Es una forma de regulación emocional. Dado que la frustración es inevitable, una baja tolerancia a la frustración es una fuente de malestar y un riesgo para la ira y la violencia. Una alta tolerancia a la frustración aumenta las probabilidades de bienestar
36	<i>No sé cómo manejar situaciones estresantes, de manera que se extienden en el tiempo</i>	Regulación emocional- <u>Gestión del estrés</u> - también llamado manejo del estrés. Es la habilidad de las personas para manejar de un modo efectivo, el estrés o tensiones que surjan a lo largo de su vida.
37	<i>Cuando realizo una actividad, me concentro en ella.</i>	Conciencia emocional - <u>Atención plena</u> - La conciencia emocional conduce a la capacidad de atención y concentración: abstraerse y centrar el pensamiento en algo sin distraerse en otras cosas de forma consciente y voluntaria. Se trata de focalizar la atención.
38	<i>No soy capaz de promover emociones positivas a otras personas</i>	Competencia social- <u>Clima emocional</u> - Capacidad para contribuir a crear climas emocionales positivos. La misma persona también contribuye al contagio emocional. Debe tomar conciencia de lo que quiere contribuir a contagiar y lo que no.
39	<i>No pido ayuda cuando tengo un conflicto que no</i>	Habilidades de vida y bienestar- <u>Buscar ayuda y recursos</u> - Es la capacidad para identificar la necesidad de apoyo y asistencia y saber acceder a los recursos disponibles apropiados.

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
	<i>puedo resolver solo/a</i>	
40	<i>Hago cosas, aun cuando no me agradan, por temor a las consecuencias</i>	Competencia social- <u>Asertividad</u> - Esto implica la capacidad para defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos, al mismo tiempo que se respeta a los demás, con sus opiniones y derechos. Decir no claramente y mantenerlo, y aceptar que el otro te pueda decir no. Hacer frente a la presión de grupo y evitar situaciones en las cuales uno puede verse coaccionado para adoptar comportamientos de riesgo.
41	<i>Considero que soy capaz de crear situaciones que me permiten obtener mi bienestar personal</i>	Autonomía emocional- <u>Autoeficacia emocional</u> - Es la percepción de que se es capaz (eficaz) en las relaciones sociales y personales gracias a las competencias emocionales. Se percibe a si mismo con capacidad para sentirse como desea y generarse las emociones que necesita.
42	<i>Cuando me ocurre algo malo, trato de tomar la situación como un momento de aprendizaje</i>	Autonomía emocional- <u>Resiliencia</u> - Es la capacidad que tiene una persona para enfrentarse con éxito a unas condiciones de vida sumamente adversas. Adoptar una actitud positiva, a pesar de todo, es una característica de la resiliencia.
43	<i>Escucho atentamente al otro, sin interrumpirlo</i>	Competencia social- <u>Comunicación receptiva</u> - Es la capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión.
44	<i>Realizo actividades en las que siento tanto placer que</i>	Habilidades de vida y bienestar- <u>Fluir</u> - Capacidad para generar experiencias optimas en la vida profesional,

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
	<i>parece que el tiempo pasa volando</i>	personal, social, tiempo libre y en múltiples situaciones de la vida.
45	<i>Encuentro difícil dominar mis emociones</i>	Regulación emocional- <u>Regulación de emociones y sentimientos-</u> Es la regulación emocional propiamente dicha. Esto significa aceptar que los sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados.
46	<i>Dejo que los demás tomen decisiones por mí</i>	Habilidades de vida y bienestar- <u>Toma de decisiones-</u> Desarrollar mecanismos personales para tomar decisiones sin dilación en situaciones personales, familiares, académicas, profesiones, sociales y de tiempo libre, que acontecen en la vida diaria. Supone asumir la responsabilidad por las propias decisiones, tomando en consideración aspectos éticos, sociales y de seguridad.
47	<i>Sé cómo se denominan las emociones que siento</i>	Conciencia emocional- <u>Dar nombre a las emociones-</u> Es la capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones, identificarlos y etiquetarlos.
48	<i>Acepto opiniones diferentes a las mías</i>	Competencia social- <u>Asertividad-</u> Significa mantener un comportamiento equilibrado entre la agresividad y la pasividad. Esto implica la capacidad para defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos, al mismo tiempo que se respeta a los demás, con sus opiniones y derechos.
49	<i>Me propongo objetivos claros y realistas</i>	Habilidades de vida y bienestar- <u>Fijar objetivos adaptativos-</u> Es la capacidad para fijar objetivos positivos y realistas. Algunos a corto plazo y otros a largo plazo

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
50	<i>Me resulta difícil adaptarme a nuevas circunstancias</i>	Autonomía emocional- <u>Adaptabilidad</u> - habilidad y capacidad de enfrentarse de manera efectiva a las exigencias del medio en el que se desarrolla.
51	<i>Cuando me ocurre algo malo, no tengo ganas de seguir intentando</i>	Autonomía emocional- <u>Resiliencia</u> - Es la capacidad que tiene una persona para enfrentarse con éxito a unas condiciones de vida sumamente adversas. Adoptar una actitud positiva, a pesar de todo.
52	<i>Sé que cuando me pongo nervioso/a y cometo errores</i>	Conciencia emocional- <u>Detectar creencias</u> - Hay que tomar conciencia de la relación que existe entre emoción, creencias y comportamiento. Hay creencias paralizantes que pueden incidir en la autoestima y en otros aspectos de la vida.
53	<i>No sé qué hacer cuando tengo un problema</i>	Competencia social- <u>Prevención y gestión de conflictos</u> - Es la capacidad para identificar, anticiparse y afrontar resolutivamente conflictos sociales y problemas interpersonales. Cuando inevitablemente se producen los conflictos, afrontarlos de forma positiva, aportando soluciones informadas y constructivas.
54	<i>Mis objetivos en la vida están dirigidos a mi bienestar y al de los demás</i>	Habilidades de vida y bienestar- <u>Fijar objetivos adaptativos</u> - Es la capacidad para fijar objetivos positivos y realistas. Algunos a corto plazo y otros a largo plazo.
55	<i>Puedo relacionarme con personas de otras culturas, etnias o religiones</i>	Competencia social- <u>Habilidad intercultural</u> - capacidad para la toma de conciencia y apreciación de la diversidad cultural, como también la habilidad de relacionarse con las mismas

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
56	<i>Encuentro difícil explicar mis emociones a otros, incluso cuando quiero hacerlo</i>	Competencia social- <u>Compartir emociones-</u> Compartir emociones profundas no siempre es fácil. Implica la conciencia de que la estructura y naturaleza de las relaciones vienen en parte definidas tanto por el grado de inmediatez emocional o sinceridad expresiva, como por el grado de reciprocidad o simetría en la relación.
57	<i>Sé que cuando siento alguna emoción, mi comportamiento puede verse afectado</i>	Conciencia emocional- <u>Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento-</u> Los estados emocionales inciden en el comportamiento y estos en la emoción. Emoción, cognición y comportamiento están en interacción continua, de tal forma que resulta difícil discernir qué se produce primero.
58	<i>Cuando me siento triste, pienso qué hacer con eso</i>	Autonomía emocional- <u>Pensamiento crítico-</u> Pensamiento razonado y reflexivo que se centra en decidir qué pensar, creer, sentir y hacer. Se trata de un proceso consciente y deliberado de interpretación y evaluación de la información o experiencias a través de un conjunto de habilidades y actitudes.
59	<i>Disfruto profundamente cuando escucho música, leo un libro, veo una película o realizo cualquier otra actividad placentera para mí</i>	Habilidades de vida y bienestar- <u>Emociones estéticas-</u> Son las que se experimentan ante la belleza o ante una obra de arte de cualquier tipo. Las emociones estéticas proporcionan una sensación de bienestar.
60	<i>Trato de calmar mi enojo, para no</i>	Regulación emocional- <u>Regulación emocional con conciencia ética y moral-</u> La regulación de las emociones,

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
	<i>reaccionar inapropiadamente con otras personas</i>	tanto las propias como las ajenas, debe hacerse siempre de acuerdo con unos valores morales.
61	<i>Depende de mí, cambiar lo que me pasa o cómo me siento.</i>	Autonomía emocional- Responsabilidad- Es la capacidad para responder de los propios actos. Es la intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos.
62	<i>No estoy contento/a con mi vida</i>	Habilidades de vida y bienestar- Bienestar emocional- Es la capacidad para gozar de forma consiente de bienestar emocional, subjetivo, psicológico, personal, hedónico, profesional, global. El auténtico bienestar no es un placer egoísta, sino que se fundamenta en unos valores que propician el bienestar general.
63	<i>Me resulta fácil alentar a otras personas para que cumplan objetivos</i>	Competencia social- Liderazgo emocional- Consiste en influir sobre las personas para que se movilicen hacia la consecución de objetivos importantes. El líder emocional se propone que las personas deseen hacer lo que es necesario que se haga. Para ello gestiona las emociones del grupo y despierta entusiasmo.
64	<i>No sé qué hacer para calmarme cuando me altero, por lo cual termino sintiéndome de esa forma por mucho tiempo</i>	Regulación emocional- Estrategias de afrontamiento- Habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto, con las emociones que generan. Esto implica estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales.

Nº	Ítem	CONSTRUCTO TEÓRICO
65	<i>Cuando me hace daño, respondo del mismo modo</i>	Autonomía emocional- <u>Asumir valores éticos y morales-</u> La conciencia y regulación emocional llevan a la responsabilidad ante las decisiones que tomamos en la vida. Esto implica unos valores éticos morales que orientan la acción.
66	<i>Trato de crear un clima positivo cuando estoy con otras personas</i>	Competencia social- <u>Clima emocional-</u> Capacidad para contribuir a crear climas emocionales positivos. Debe tomar conciencia de lo que quiere contribuir a contagiar y lo que no. La capacidad de liderazgo es un elemento importante en el potencial para generar climas emocionales
67	<i>No puedo tranquilizarme cuando estoy ansioso/a</i>	Regulación emocional- <u>Regulación de la ira para la prevención de la violencia-</u> Cobra especial relevancia la gestión de la ira, ya que se ha demostrado que es una estrategia efectiva para la prevención de la violencia
68	<i>Me relaciono adecuadamente con los demás</i>	Autonomía emocional- <u>Autoeficacia emocional-</u> Es la percepción de que se es capaz (eficaz) en las relaciones sociales y personales gracias a las competencias emocionales.
69	<i>Me involucro emocionalmente en las actividades cotidianas que realizo</i>	Autonomía emocional- <u>Automotivación-</u> Es la capacidad de automotivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal, social, profesional, de tiempo libre, etc.

Fuente. Elaboración propia con base de datos de Bisquerra Alzina y Pérez Escoda (2007);

Bisquerra Alzina (2016a; 2016b); Organización Mundial de la Salud (1997); Bar-On (2006);

Petrides y Furnham (2001); Saarni (1999) y National Reaserch Council (2011); CASEL (s.f.).

Confiabilidad del instrumento.

La confiabilidad del instrumento se consiguió por medio de la medida de consistencia interna Alfa de Cronbach (Cronbach, 1951, p. 299) de los resultados obtenidos de una prueba piloto a 15 estudiantes de la carrera de Licenciatura en Psicología del último año curricular. Para llegar a los resultados, se empleó el programa Microsoft Excel obteniendo la varianza de cada ítem y la varianza total.

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left(1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right)$$

n = número de ítems
 V_i = Varianza de cada ítem
 V_t = Varianza total

Figura 3. Fórmula Alfa de Cronbach Fuente: Cronbach (1951, p. 299)

Se obtuvo Alfa de Cronbach de la escala en general, es decir referida a la competencia emocional global, como también de cada dimensión (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales, y habilidades de vida y bienestar) (Ver anexo nº4).

Tabla 6

Resultado de Alfa de Cronbach de competencia emocional global

Procedimiento	Resultado
$\alpha = \frac{69}{69-1} \left(1 - \frac{85,2044444}{778,595556} \right)$	$\alpha = 0,9023598$

Fuente: Elaboración propia con fórmula de Cronbach (1951)

- **Conciencia emocional**

Ítems: 1, 8, 13, 30, 34, 37, 47, 52, 57

Tabla 7

Resultado de Alfa de Cronbach de conciencia emocional

Procedimiento	Resultado
$\alpha = \frac{9}{9-1} \left(1 - \frac{8,60444444}{27,3155556} \right)$	$\alpha = 0,77062317$

Fuente: Elaboración propia con fórmula de Cronbach (1951)

- **Regulación emocional**

Ítems: 9, 11, 15, 18, 29, 35, 36, 45, 60, 64, 67

Tabla 8

Resultado de Alfa de Cronbach de regulación emocional

Procedimiento	Resultado
$\alpha = \frac{11}{11-1} \left(1 - \frac{16,5066667}{48,0888889} \right)$	$\alpha = 0,72242144$

Fuente: Elaboración propia con fórmula de Cronbach (1951)

- **Autonomía emocional**

Ítems: 4, 16, 20, 22, 26, 28, 32, 41, 42, 50, 51, 58, 61, 65, 68, 69

Tabla 9

Resultado de Alfa de Cronbach de autonomía emocional

Procedimiento	Resultado
$\alpha = \frac{16}{16-1} \left(1 - \frac{9,2622222}{50,56} \right)$	$\alpha = 0,87126113$

Fuente: Elaboración propia con fórmula de Cronbach (1951)

- **Competencia social**

Ítems: 2, 3, 5, 6, 7, 10, 14, 17, 21, 23, 25, 27, 31, 33, 38, 40, 43, 48, 53, 55, 56, 63, 66

Tabla 10

Resultado de Alfa de Cronbach de competencia social

Procedimiento	Resultado
$\alpha = \frac{23}{23 - 1} \left(1 - \frac{30,3911111}{92,4622222} \right)$	$\alpha = 0,70182745$

Fuente: Elaboración propia con fórmula de Cronbach (1951)

- **Habilidades de vida y bienestar**

Ítems: 12, 19, 24, 39, 44, 46, 49, 54, 59, 62

Tabla 11

Resultado de Alfa de Cronbach de habilidad de vida y bienestar

Procedimiento	Resultado
$\alpha = \frac{10}{10 - 1} \left(1 - \frac{13,7333333}{37,4222222} \right)$	$\alpha = 0,70335181$

Fuente: Elaboración propia con fórmula de Cronbach (1951)

Los resultados arrojados muestran una confiabilidad aceptable ya que “algunos autores consideran que el coeficiente debe estar entre 0.70 y 0.90 (Tavakol y Dennick, 2011; DeVellis, 2003; Streiner, 2003; Nunnally y Bernstein, 1994; Petterson, 1994)” (Citado en Hernández Sampieri, 2014).

Análisis de datos

El análisis se elaboró a partir de los datos obtenidos a través del instrumento “Escala de competencias emocionales” construido por la investigadora, el cual fue administrado a una muestra de 82 estudiantes de quinto año de la carrera de la Licenciatura en Psicología.

Los resultados expresados en tablas y gráficos se obtuvieron por medio de la utilización del programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) o paquete estadístico para las ciencias sociales, versión en español. Únicamente el análisis inferencial fue logrado de modo manual a través de los procedimientos correspondientes.

Se desplegarán los siguientes análisis:

- El primero engloba un análisis de frecuencias y descriptivo con las medidas de tendencia central y de variabilidad elegidas para éste estudio. Se efectuó con los puntajes directos de la competencia emocional global, y de cada una de las dimensiones con sus microcompetencias.
- El segundo análisis se efectuó con los niveles de competencias emocionales. Se sumó un análisis de la interrelación de dichos niveles logrados, con la edad y el sexo de los estudiantes.
- Luego se ejecutó una descripción de percentiles con los resultados de la muestra.
- De igual manera, se realizó un análisis de estadística inferencial no paramétrica.
- Por último, se desarrolló una descripción de comentarios realizados por los estudiantes luego de contestar la escala de Likert.

Antes del despliegue de lo nombrado, se expresa los datos demográficos de la muestra que atañe a esta investigación. Los estudiantes que participaron fueron 82, de los cuales el 86,6% estuvo compuesto por el sexo femenino (71 mujeres) y un 13,4% por el sexo masculino (11 varones) (Ver anexo N°8)

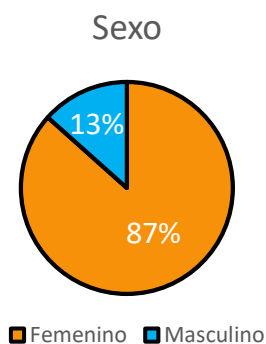


Figura 4. Sexo

Las edades de dichos estudiantes se comprendieron entre los 22 a 53 años, dentro de las cuales se registraron 14 edades, que luego se agruparon para el análisis cruzado con los niveles de competencia emocional. La mayor concentración se produjo en las edades percibidas entre los 23 y 26 años, con una media de 26,39 años (Ver anexo N°8).

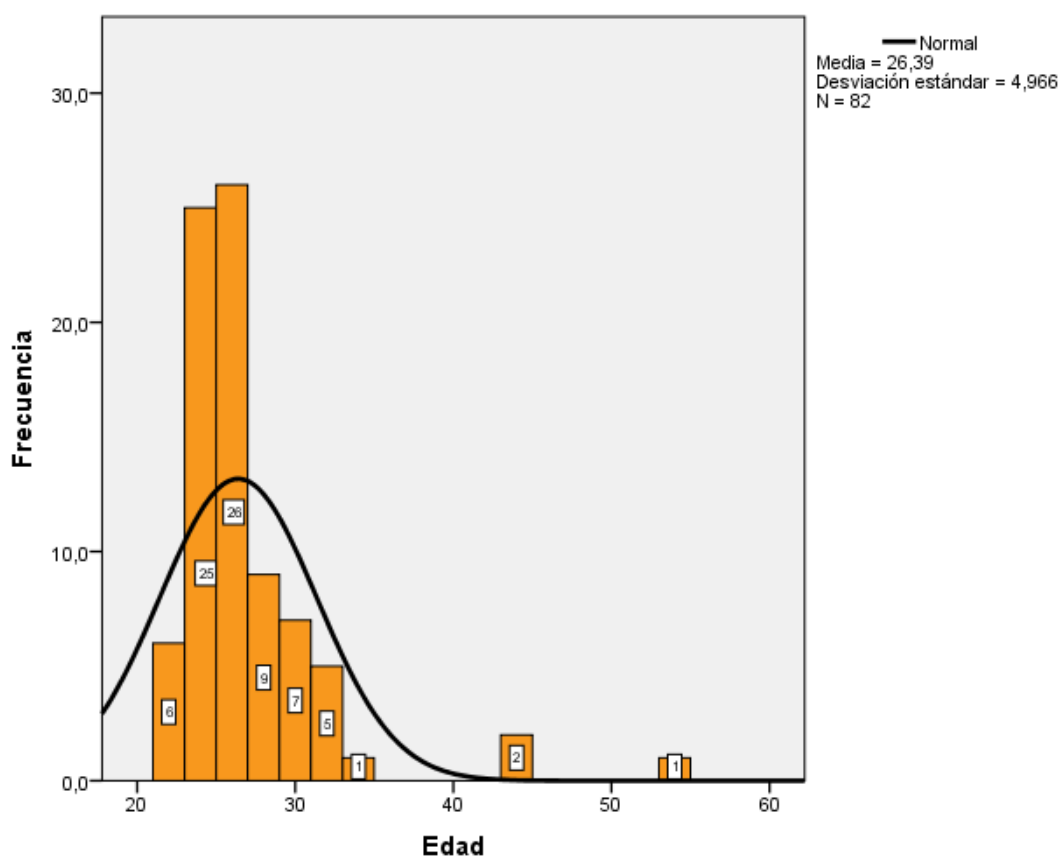


Figura 5. Edad

1. Análisis de frecuencias y descriptivo de puntajes directos

1.1 Competencia emocional global.

Se inicia el análisis de frecuencias y descriptivo de puntajes directos referidos a la competencia emocional global.

Tabla 12

Estadísticos descriptivos de puntajes directos de competencia emocional global

Competencia emocional global

N	Válido	82
Media		4,2285
Mediana		4,2174
Moda		4,04
Desviación estándar		,54100
Mínimo		3,17
Máximo		5,61
Coefficiente de variación		12,7941 %

En la tabla 12 y la figura 6, se observan los estadísticos descriptivos de los puntajes directos obtenidos de la competencia emocional global. La misma indica que la muestra de estudiantes de quinto año, alcanzó puntajes máximos de 5,61 (nivel alto) y que el mínimo fue de 3,17 puntos (nivel medio). Asimismo, el puntaje que más se repitió fue el de 4,04 puntos que indica un nivel medio; el 50% de los estudiantes están por encima de los 4,2174 puntos; esto último, se acerca al promedio de dichos datos, con una media de 4,2285 puntos. Es decir, en promedio, la muestra de estudiantes de quinto año de la carrera, obtuvieron 4,2285 puntos en cuanto a competencia emocional global. La media y mediana son muy similares, pero la moda no coincide con esos valores. Sin embargo, los valores no presentan grandes diferencias con un coeficiente de variación del 12,7941%, que señala que la distribución de la variable es homogénea.

A partir de la desviación estándar, se interpreta que en promedio las puntuaciones de competencia emocional global se desvían de la media 0,54100 puntos. No hay puntuaciones menores a 3 puntos, por lo cual ninguno logró niveles bajos en competencia emocional global, ubicándose en valores medios o altos. Asimismo, ninguno tuvo la puntuación más alta (6 puntos) (Ver anexo N°8).

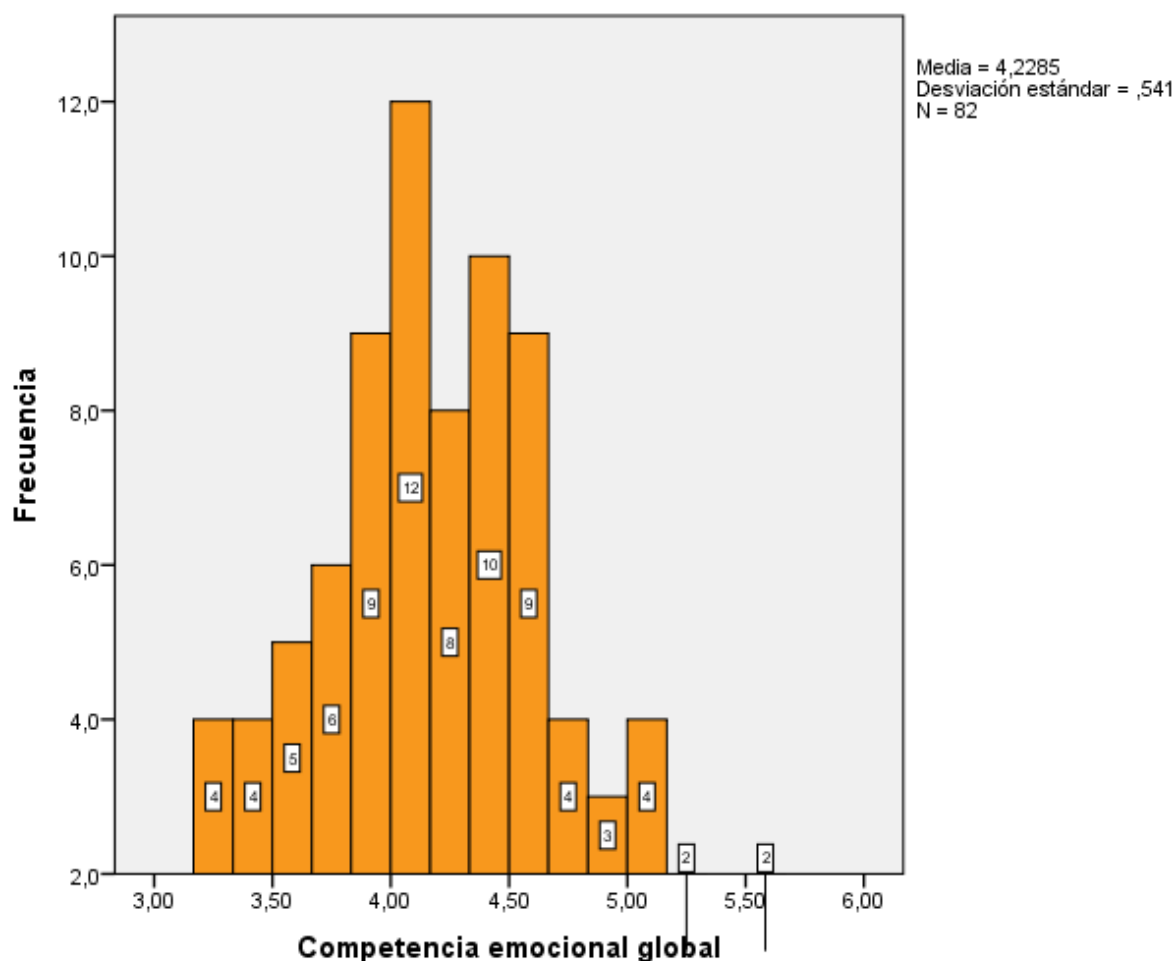


Figura 6. Puntajes directos de competencia emocional global

1.2 Competencias emocionales.

A continuación, se expone el análisis de frecuencias y descriptivo de puntajes directos obtenidos de la escala de Likert. Los mismos refieren a cada uno de los cinco bloques que constituyen el modelo pentagonal de competencia emocional: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia

social, y habilidades de vida y bienestar. A su vez, se desarrolla los puntajes obtenidos en las microcompetencias que componen a cada dimensión.

1.2.1 Conciencia emocional.

Los estadísticos descriptivos de la dimensión conciencia emocional, son visualizados en la tabla 13 y figura 7.

Tabla 13

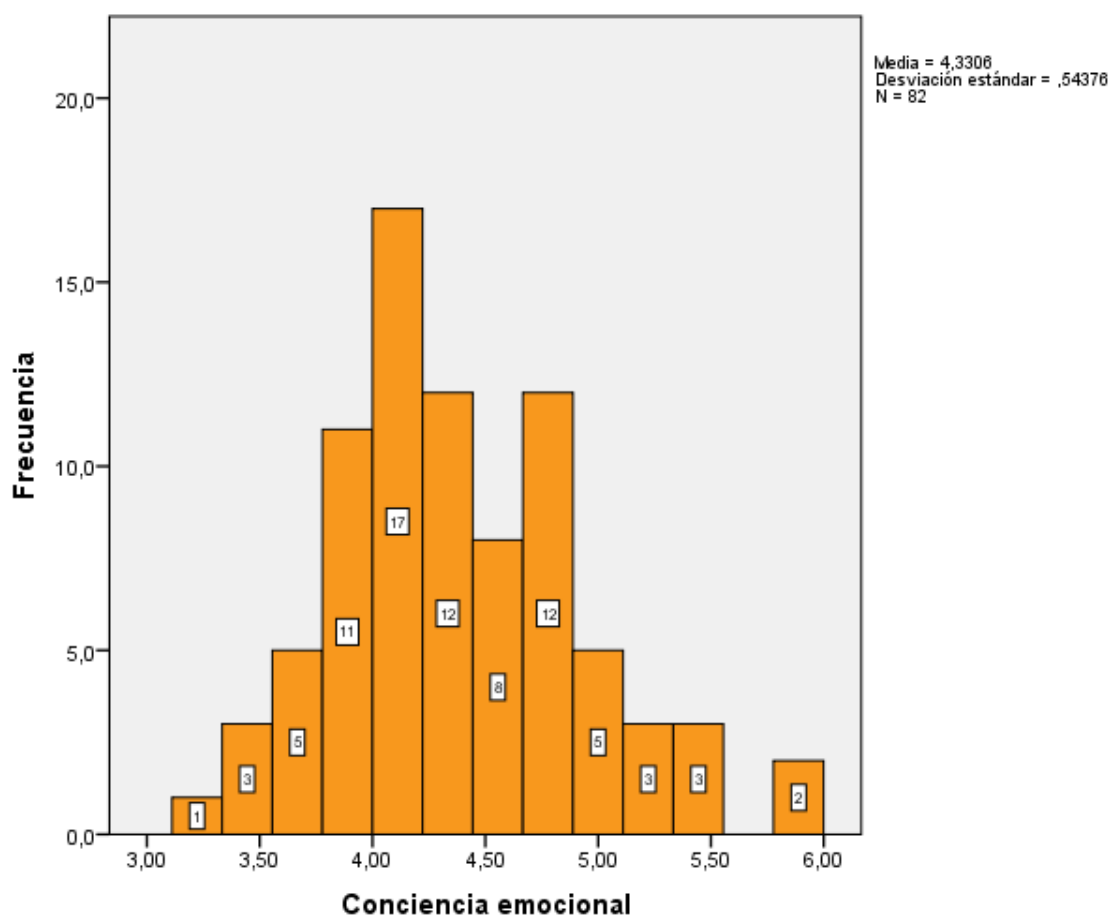
Estadísticos descriptivos de puntajes directos de conciencia emocional

Conciencia Emocional		
N	Válido	82
Media		4,3306
Mediana		4,2778
Desviación estándar		,54376
Moda		4,11
Mínimo		3,22
Máximo		5,89
Coeficiente de variación		15,5562%

En la dimensión denominada conciencia emocional se registraron puntajes máximos de 5,89 (nivel alto) y mínimos de 3,22 (nivel medio). Siendo 4,11 (nivel medio) el puntaje que más veces logró la muestra analizada, con el 17,1% de estudiantes (ver anexo N° 8). El 50% de los casos alcanzaron valores por encima de los 4,2778 puntos (nivel alto). Es decir, al menos el 50% obtuvo un nivel medio en conciencia emocional. El promedio de la totalidad de puntuaciones resultó en 4,3306 puntos. En tanto que, en promedio los puntajes se desvían 0,54376 puntos de la media. Al igual que en la competencia emocional global, ninguno registró puntuaciones que señalen un nivel bajo. El coeficiente de variación fue de 12,5562% lo cual manifiesta homogeneidad en los datos.

La figura 7 expresa visualmente la concentración de los puntajes obtenidos por la muestra tomada de la población de estudiantes de quinto año. La mayor cantidad de personas se concentran en los 4 a 5 puntos.

Figura 7 *Puntajes directos de conciencia emocional.*



Microcompetencias de conciencia emocional

Tabla 14

Media aritmética de cada microcompetencia de conciencia emocional

	Media
Toma de conciencia de las propias emociones	4,4756
Dar nombre a las emociones	4,1098
Empatía	4,1585

	Media
Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	4,1951
Detectar creencias	4,6951
Atención plena	4,0488
Conciencia ética y moral	5,0488

Con respecto a las microcompetencias, se tienen en cuenta las medias de cada una de ellas, es decir los promedios de los resultados alcanzados. Se exploró los promedios más bajos y más altos, ya que permiten visualizar cuáles son los aspectos a mejorar, y cuáles son los más desarrollados con respecto a cada competencia emocional.

En la tabla 14 y figura 8, se despliegan las medias de cada una de las microcompetencias de la conciencia emocional. La microcompetencia que, en promedio, menor valoración tuvo, fue la atención plena con 4,0488 puntos. El mismo no es un puntaje bajo, ya que indica nivel alto en esa microcompetencia. No obstante, esta microcompetencia registró puntuaciones con el menor puntaje de 0 (nivel bajo) (Ver anexo N°8). Por otro lado, el promedio más alto se observó en conciencia ética y moral con 5,0488 puntos. En esta microcompetencia, la mayor concentración de frecuencias se encuentra en los 5 puntos con el 37,8% de los casos (Ver anexo N°8).

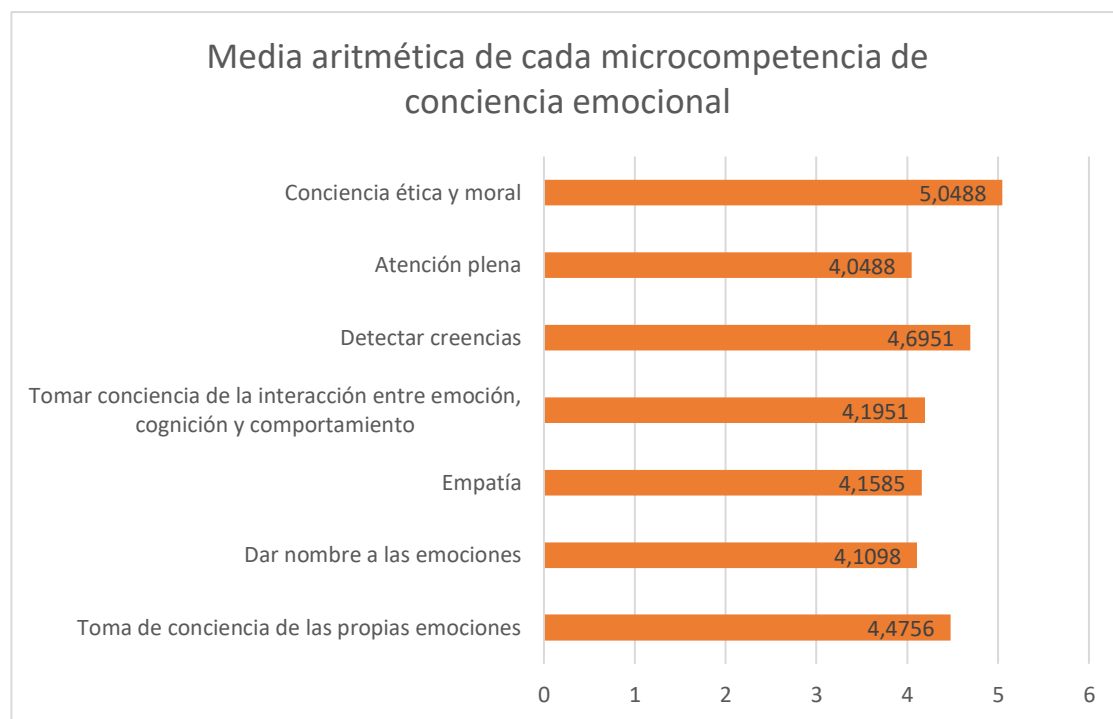


Figura 8. Media aritmética de cada microcompetencia de conciencia emocional

1.2.2 Regulación emocional.

Tabla 15

Estadísticos descriptivos de puntajes directos de regulación emocional.

Regulación emocional

N	Válido	82
Media		3,9357
Mediana		4,0000
Desviación estándar		,72439
Moda		4,45
Mínimo		1,82
Máximo		5,55
Coeficiente de desviación		18,4056%

En torno a la competencia emocional llamada regulación emocional, se contempla en la tabla 15 que los puntajes más extremos alcanzados fueron de 1,82 el menor (nivel bajo) y 5,55 puntos el máximo (nivel alto). El que más frecuencias consiguió fue 4,45 puntos (nivel alto); el punto medio de todos los puntajes cayó en 4 puntos por lo cual, el 50% de los estudiantes obtuvieron puntajes mayores a 4 (nivel alto) y el otro 50%, lograron puntajes menores a la mediana; regulación emocional tuvo un promedio de 3,9357 puntos (nivel medio). Esta dimensión registra la desviación estándar más alta de todas las dimensiones. Empero, no resulta significativa ya que los puntajes en promedio se desviaron de la media, 0,72439 puntos. El coeficiente de variación es menor a 33%, lo cual indica que la distribución de los datos es homogénea.

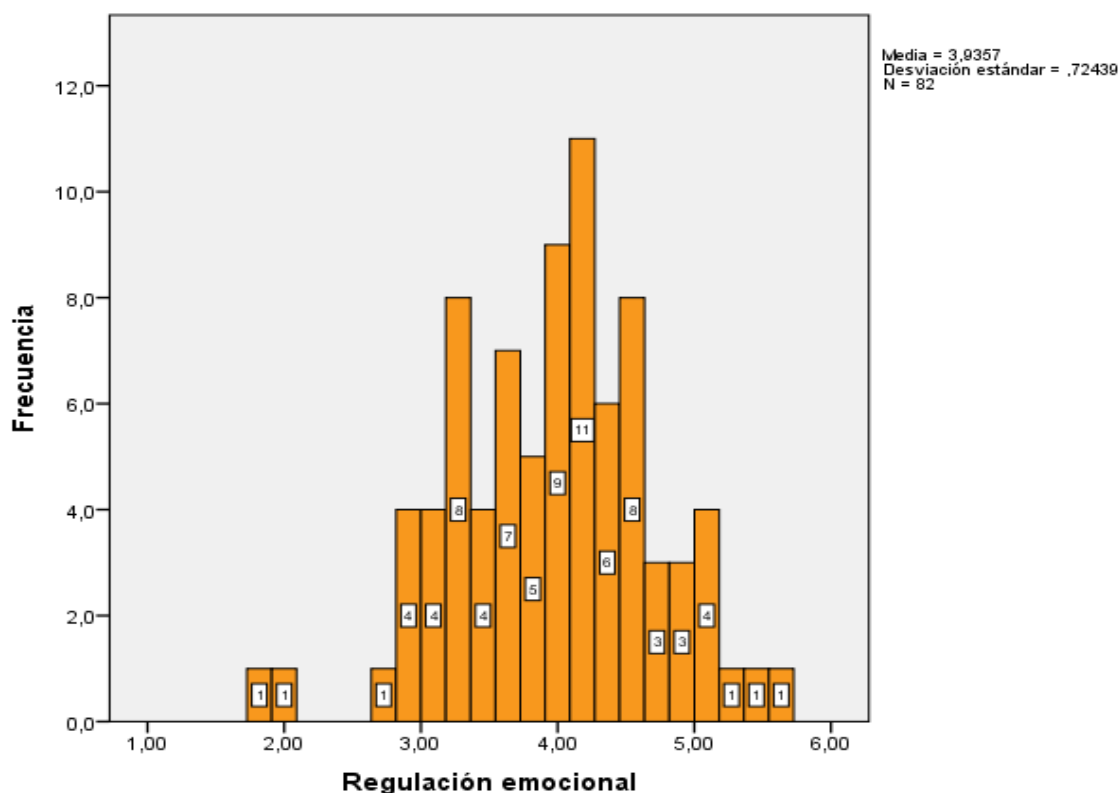


Figura 9. Puntajes directos de regulación emocional

Asimismo, se visualiza la figura 9 que la mayor frecuencia de casos se centra en los puntajes que van del 3,27 a 4,45 puntos aproximadamente, constatado en la tabla de frecuencias de las puntuaciones (Ver anexo N°8)

Microcompetencias de regulación emocional

Tabla 16

Media aritmética de cada microcompetencia de regulación emocional

	Media
Expresión emocional apropiada	4,0122
Regulación de emociones y sentimientos	3,8049
Regulación emocional con conciencia ética y moral	4,5144
Remind	3,3659
Regulación de la ira para la prevención de la violencia	2,9634
Tolerancia a la frustración	5,1463
Estrategias de afrontamiento	3,8780
Competencia para autogenerar emociones positivas	4,1220
Manejo del estrés	3,1463

La tabla 16 muestra los diferentes promedios de las microcompetencias de regulación emocional. En la misma, el promedio más alto corresponde a la tolerancia a la frustración con 5,1463 puntos (nivel alto). El menor pertenece a la regulación de la ira para la prevención de la violencia con 2,9634 puntos (nivel medio). El manejo del estrés, es una microcompetencia que se encuentra muy cercana a la anterior, con un promedio de 3,1463 puntos. El resto de estas microcompetencias poseen promedios mayores a 3 puntos, por lo cual obtuvieron niveles medios. Asimismo, se destaca que varias de estas microcompetencias obtuvieron puntajes con niveles bajos en casos aislados (Ver anexo N°8). Los promedios de cada una de las 9 microcompetencias que corresponden a la dimensión regulación emocional, se encuentran graficadas en la figura 10.

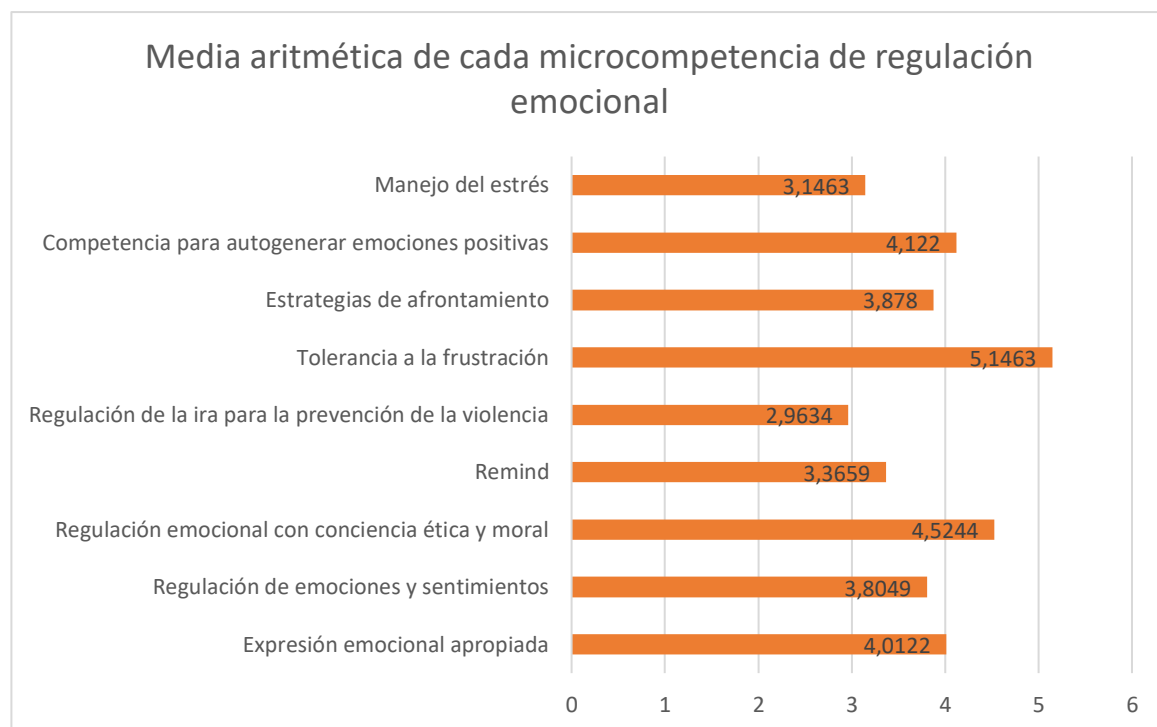


Figura 10. Media aritmética de cada microcompetencia de regulación emocional

1.2.3 Autonomía emocional.

Tabla 17

Estadísticos descriptivos de puntajes directos de autonomía emocional

Autonomía emocional		
N	Válido	82
Media		4,2241
Mediana		4,2188
Desviación estándar		,64302
Moda		4,63
Mínimo		2,94
Máximo		6,00
Coeficiente de desviación		15,2226%

Como se observa en la tabla 17, la competencia autonomía emocional consiguió el valor máximo posible, es decir, 6 puntos (nivel alto) y el mínimo fue de 2,94 puntos (nivel medio). El puntaje con mayor frecuencia fue 4,63; el punto medio de los puntajes cayó en los 4,2188; mientras que, el promedio fue de 4,2241 puntos y en promedio los puntajes se desviaron de la media 0,64302 puntos. Se observó que los datos no se encuentran significativamente dispersos en relación a la media, con un coeficiente de variación de 15,2226%.

La siguiente figura 11, expresa la concentración de casos de la muestra tomada con puntajes que van desde 3,75 a 4,63 puntos, constatados en la tabla de frecuencia de las puntuaciones para autonomía emocional (Ver anexo N°8)

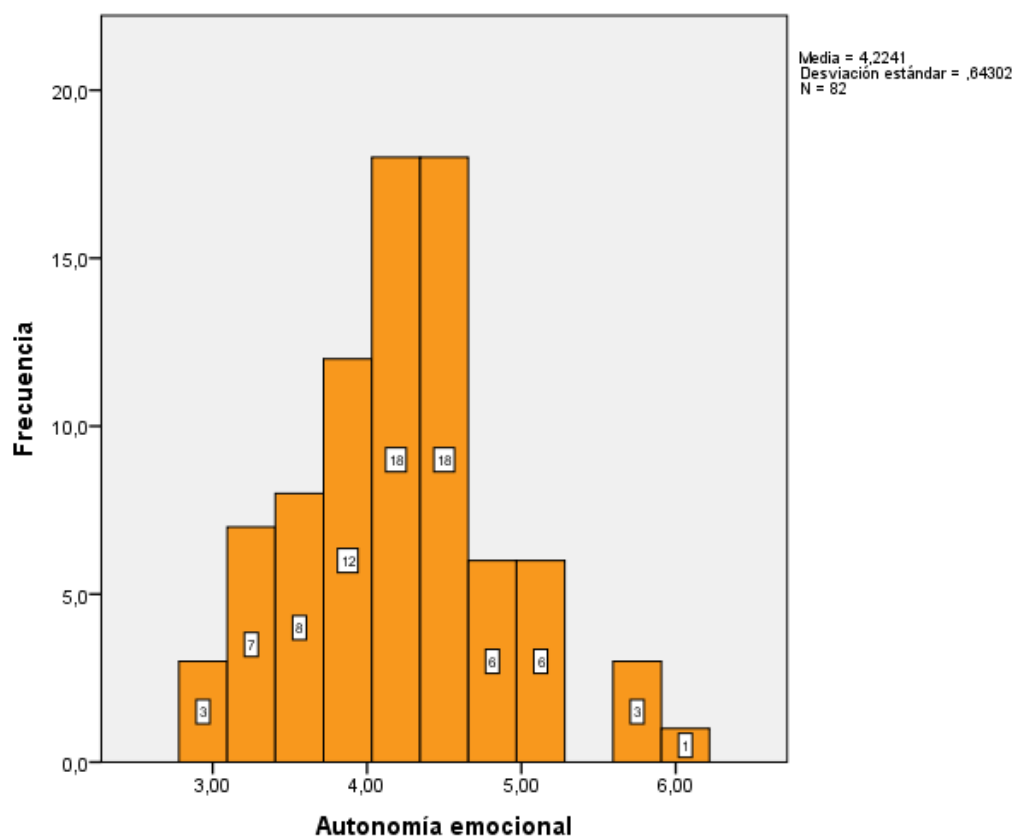


Figura 11. Puntajes directos de autonomía emocional

Microcompetencias

Tabla 18

Media aritmética de cada microcompetencia de autonomía emocional

	Media
Autoestima	3,4634
Automotivación	3,5366
Autoeficacia emocional	4,5732
Responsabilidad	5,0061
Actitud positiva	3,8293
Pensamiento crítico	4,5854
Análisis crítico de normas sociales	4,6463
Asumir valores éticos y morales	4,4268
Resiliencia	3,9390
Pensamiento creativo	4,6341
Adaptabilidad	3,3049

La tabla 18 y la figura 12 desarrollan los promedios de cada una de las microcompetencias que conforman la autonomía emocional. La media que más puntaje tiene, corresponde a responsabilidad con 5,0061 puntos (nivel alto). El menor promedio concierne a adaptabilidad con 3,3049 puntos (nivel medio). Los promedios de cada una de las microcompetencias caen en puntuaciones que indican un nivel medio y alto. No obstante, se observaron casos específicos que obtuvieron puntuaciones referidos al nivel bajo (Ver anexo N°8).

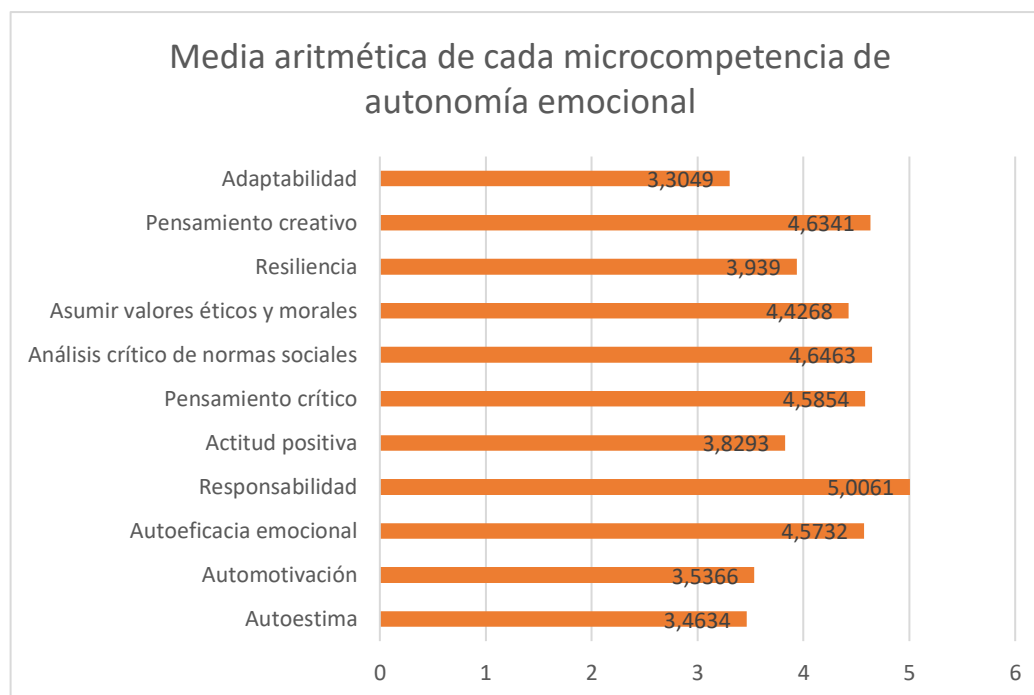


Figura 12 Media aritmética de cada microcompetencia de autonomía emocional.

1.2.4 Competencia social.

Tabla 19

Estadísticos descriptivos de puntajes directos de competencia social

Competencia social

N	Válido	82
Media		4,3070
Mediana		4,3313
Moda		4,43
Desviación estándar		,54216
Mínimo		3,00
Máximo		5,78
Coeficiente de variación		12,1105%

En cuanto a la competencia social, la tabla 19 expresa que se obtuvieron puntajes máximos de 5,78 (nivel alto) y el mínimo fue de 3 puntos (nivel medio). El resto de los puntajes y sus frecuencias se encuentran en la tabla de frecuencias de dicha dimensión (Ver anexo N°8). La moda, es decir el puntaje con mayor frecuencia fue de 4,43 (nivel alto). El 50% de los estudiantes obtuvieron más de 4,3313 puntos; la muestra registra un promedio de 4,3070 puntos (nivel alto). Asimismo, los puntajes, en promedio se desviaron de esta media por 0,54216 puntos. Finalmente, se observa una distribución homogénea, ya que el coeficiente de variación es de 12,1105%.

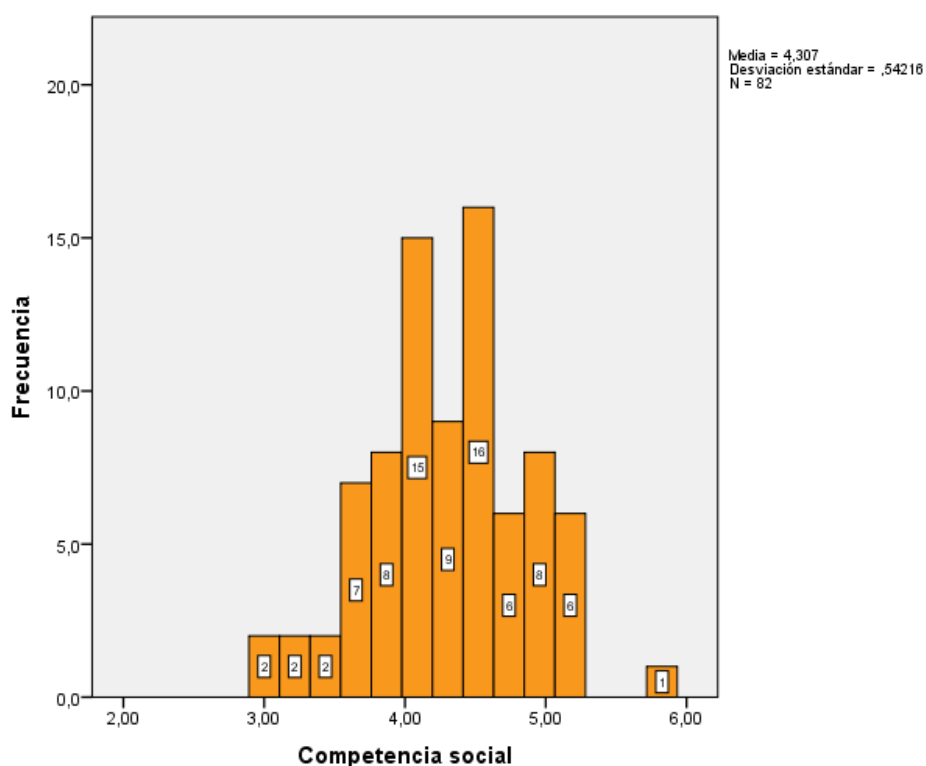


Figura 13. Puntajes directos de competencia social

Se vislumbra una concentración de los casos entre 4 a 4,70 puntos aproximadamente. Esto puede notarse tanto en la figura 13 y verificarse en la tabla de frecuencias de puntuaciones de competencia social (Ver anexo N°8).

Microcompetencias

Tabla 20

Media aritmética de cada microcompetencia de competencia social

	Media
Dominar las habilidades sociales básicas	3,9695
Respeto por los demás	4,7988
Comunicación receptiva	4,1789
Comunicación expresiva	3,3049
Compartir emociones	4,1159
Comportamiento prosocial y cooperación	5,0610
Trabajo en equipo	3,7317
Asertividad	4,3252
Prevención y gestión de conflictos	4,1789
Capacidad para gestionar situaciones emocionales	4,1951
Liderazgo emocional	4,7561
Clima emocional	4,6159
Habilidad intercultural	4,9634

Los promedios de las microcompetencias de competencia social se asientan en la tabla 20. La media con mayor puntaje, es decir el mayor promedio de la totalidad de puntajes, corresponden al comportamiento prosocial y cooperación con 5,0610 puntos (nivel alto). Por otro lado, el promedio más bajo es de comunicación expresiva con 3,3049 puntos (nivel medio). Empero, se advirtieron puntuaciones que remiten a un nivel bajo en esta microcompetencia (Ver anexo N°8).

Asimismo, la figura 14 grafica los promedios de cada microcompetencia, mostrando claramente el menor puntaje obtenido por comunicación expresiva y el mayor por comportamiento prosocial y cooperación.

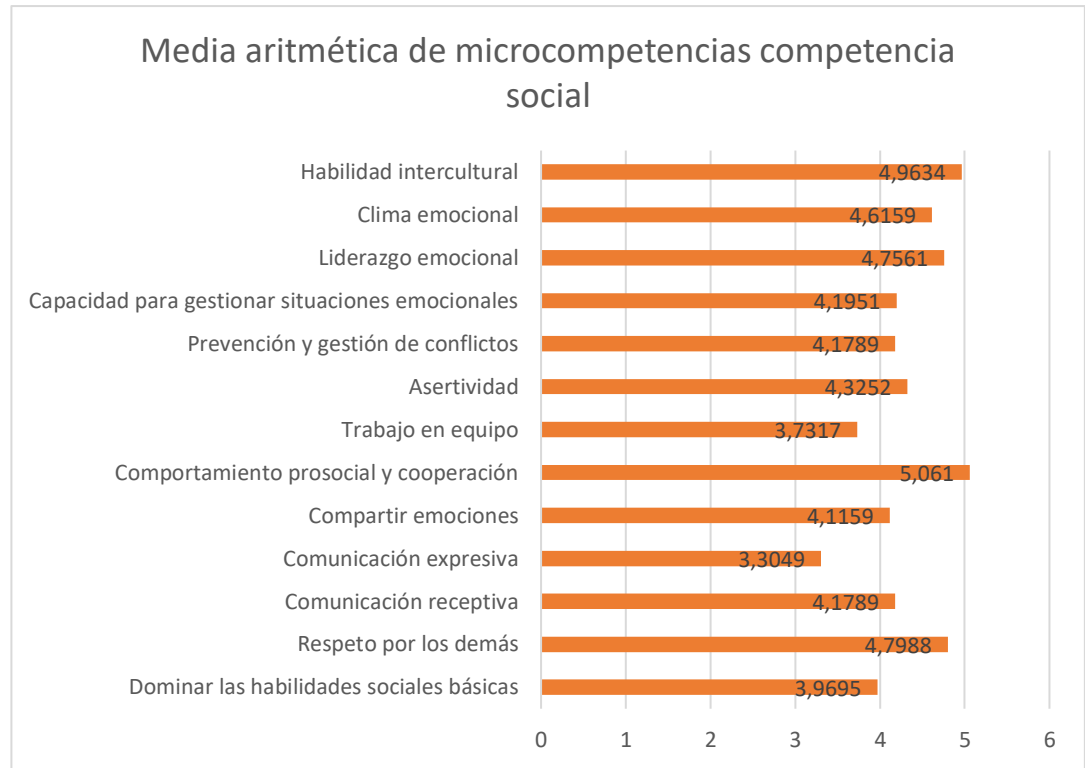


Figura 14. Media aritmética de cada microcompetencia de competencia social

1.2.5 Habilidades de vida y bienestar.

Tabla 21

Estadísticos descriptivos de puntajes directos de habilidades de vida y bienestar

Habilidades de vida y bienestar

N	Válido	82
Media		4,2854
Mediana		4,2000
Desviación estándar		,68189
Moda		4
Mínimo		2,60
Máximo		5,90
Coeficiente de variación		15,9119%

Para finalizar el análisis de frecuencias y descriptivo de las dimensiones de la competencia emocional, se observan las puntuaciones de las habilidades de vida y bienestar en la tabla 21. Los estudiantes consiguieron resultados máximos de 5,90 puntos (nivel alto) y el menor fue de 2,60 puntos (nivel medio). El valor que más se repitió fue 4 puntos; el punto medio de la totalidad de los puntajes se observó en los 4,20; asimismo, la media, es decir el promedio de los resultados fue de 4,2854 puntos; los puntajes se desviaron de la media, en promedio 0,68189 puntos. Conjuntamente, el coeficiente de variación señala una distribución homogénea de los datos (15,9119%).

La figura 15 vislumbra la mayor concentración de casos en los puntajes que van del 3,70 al 5,10. El que mayor cantidad de casos tiene es 4 puntos. (Ver anexo N°8)

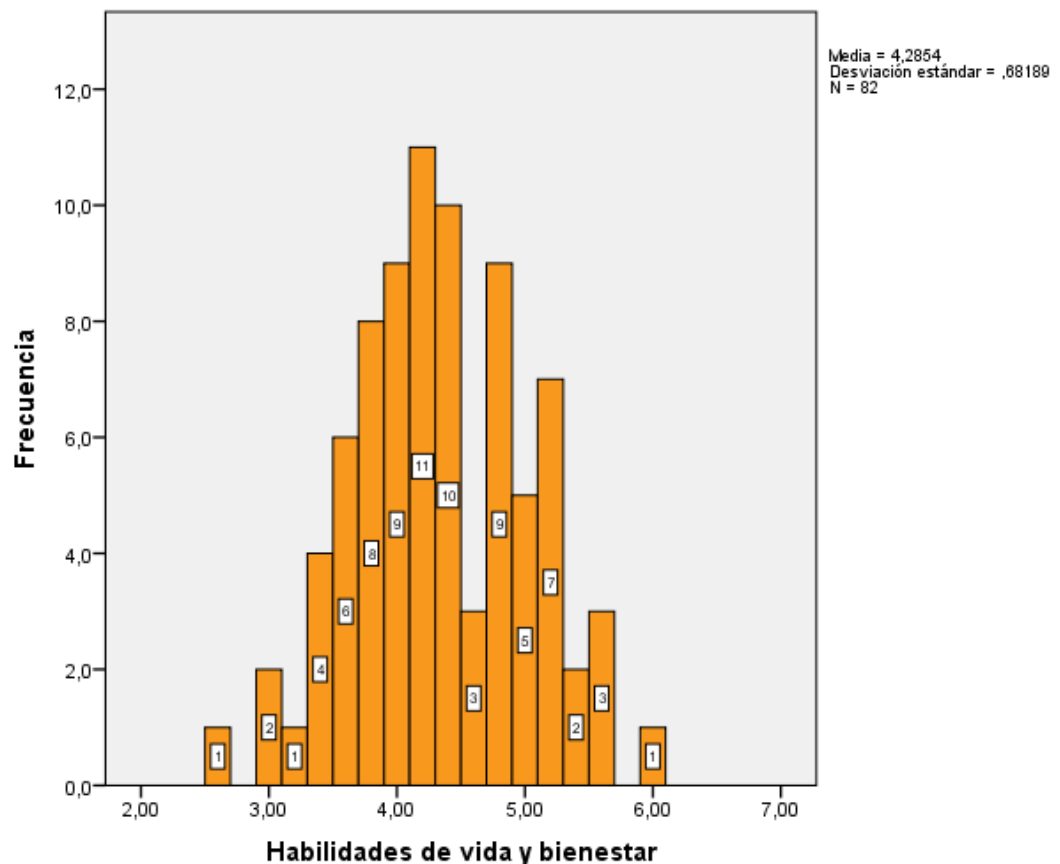


Figura 15. Puntajes directos de habilidades de vida y bienestar

Microcompetencias

Tabla 22

Media aritmética de cada microcompetencia de habilidades de vida y bienestar

	Media
Fijar objetivos adaptativos	4,3963
Toma de decisiones	4,7744
Buscar ayuda y recursos	3,8049
Ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida	3,9512
Bienestar emocional	3,3354
Fluir	4,5732
Emociones estéticas	5,5122

Por último, las medias de las microcompetencias de la dimensión habilidades de vida y bienestar se encuentran en la tabla 22 y se pueden visualizar en la figura 16. Los promedios con el menor y el mayor puntaje corresponden bienestar emocional (3,3354 puntos) y emociones estéticas (5,5122 puntos). No se observan promedios en ninguna de las microcompetencias indicando niveles bajos. Pese a lo dicho, si se rastrearon casos que obtuvieron entre 0 y 2 puntos en alguna de las mismas (Ver anexo N°8).

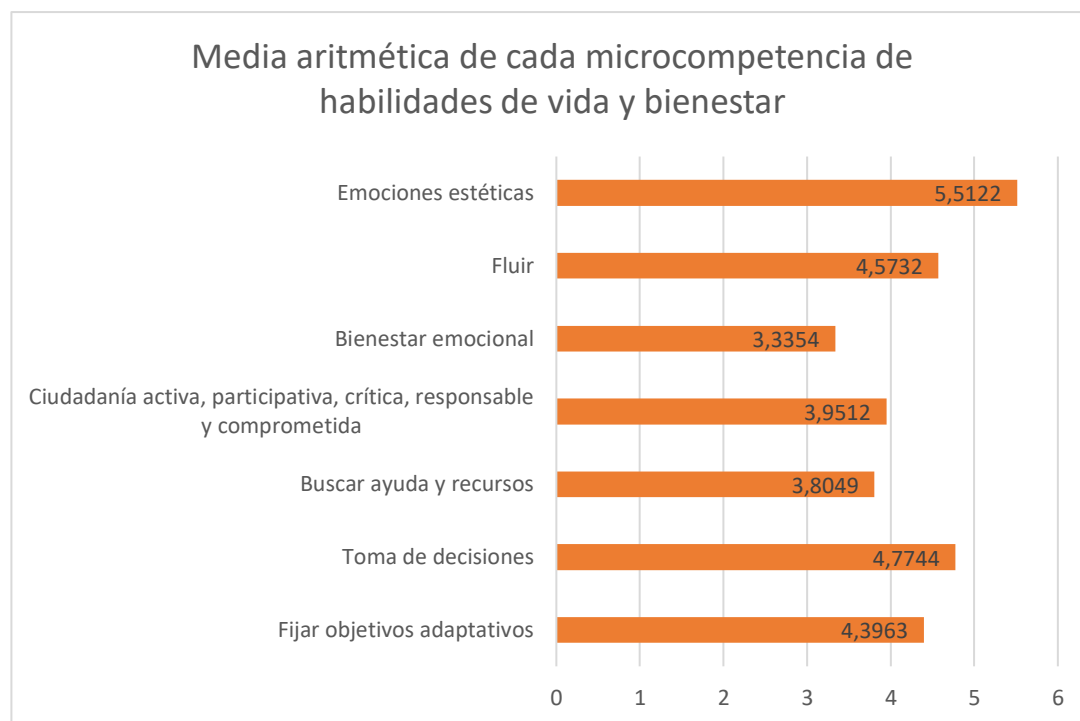


Figura 16. Media aritmética de cada microcompetencia de habilidades de vida y bienestar

1.2.6 Comparación de las medias de puntajes directos de las dimensiones de la competencia emocional.

Tabla 23

Media aritmética de cada competencia emocional

	Media
Conciencia emocional	4,3306
Regulación emocional	3,9357
Autonomía emocional	4,2241
Competencia social	4,3070
Habilidades de vida y bienestar	4,2854

. Si se compara los promedios de cada una de las competencias emocionales indicados en la tabla 23 y graficados en la figura 17, se observa que los mayores puntajes fueron conseguidos en la dimensión de conciencia emocional con 4,3306

indicando un nivel alto. Mientras el menor promedio, corresponde a regulación emocional con 3,9357 (nivel medio).

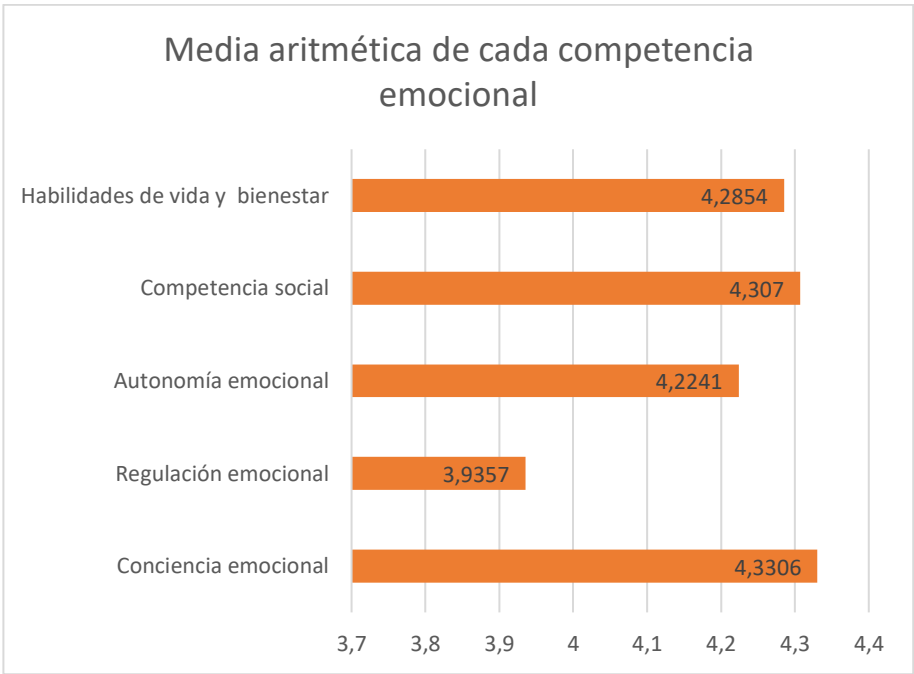


Figura 17. Media aritmética de cada competencia emocional

2. Análisis de frecuencias y descriptivo de niveles de competencias emocionales

Los puntajes directos fueron convertidos a niveles bajo, medio y alto. En el programa SPSS se codificó a cada uno de estos niveles con el número 1, 2 y 3 respectivamente.

2.1 Estadísticos descriptivos de niveles de competencia emocional global.

Tabla 24

Estadísticos descriptivos de niveles de competencia emocional global

Nivel competencia emocional global	
Mediana	3
Moda	3

Nivel competencia emocional global	
Mínimo	2
Máximo	3

Los estadísticos descriptivos de los niveles obtenidos en competencia emocional global son expresados en la tabla 24. Estos describen niveles mínimos y máximos registrados, siendo medio (2) y alto (3) respectivamente. Por otro lado, los niveles que más se observaron en la muestra fueron niveles altos. El punto medio de todos los niveles de la muestra, se localizan en el 3 o nivel alto.

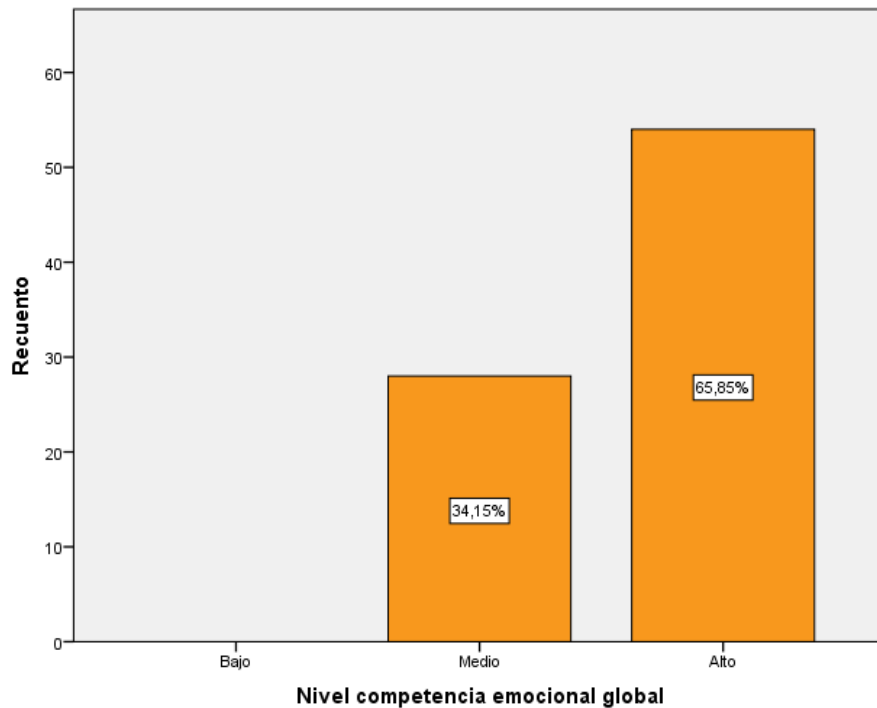


Figura 18. Porcentajes de niveles de competencia emocional global

La figura 18 demuestra que el 65,85% de la muestra obtuvo un nivel alto de competencia emocional global, lo cual corresponde a 54 estudiantes (Ver anexo N°8). Mientras que el 34,15% restante obtuvo un nivel medio. No se registraron niveles bajos en competencia emocional global.

2.2 Estadísticos descriptivos de niveles de las dimensiones de la competencia emocional.

Se efectuó estadísticos descriptivos de los resultados obtenidos de los niveles de cada competencia emocional, señalados en la tabla 25.

Tabla 25

Estadísticos descriptivos de niveles de cada competencia emocional

Niveles de las dimensiones de la competencia emocional

	Nivel conciencia emocional	Nivel regulación emocional	Nivel autonomía emocional	Nivel competencia social	Nivel habilidades de vida y bienestar
Mediana	3	2	3	3	3
Moda	3	2	3	3	3
Mínimo	2	1	2	2	2
Máximo	3	3	3	3	3

En cuanto a la conciencia emocional, la tabla 25 indica que el nivel mínimo conseguido fue el medio, al tiempo que el máximo corresponde al nivel alto o 3 (tres) como se codificó en el programa SPSS. El nivel más repetido fue el nivel 3; al igual que el punto medio de todos los niveles obtenidos, fue el nivel alto.

Con la figura 19, se ve que el nivel bajo no aparece, ya que ninguno de los estudiantes que participaron de esta investigación poseen dicho nivel. Por otro lado, el nivel medio fue conseguido por 23 alumnos que representan el 28,05% de la muestra. Mientras que el resto, 59 estudiantes que significan un 71,95% de los casos analizados, obtuvieron un nivel alto (Ver anexo N°8).

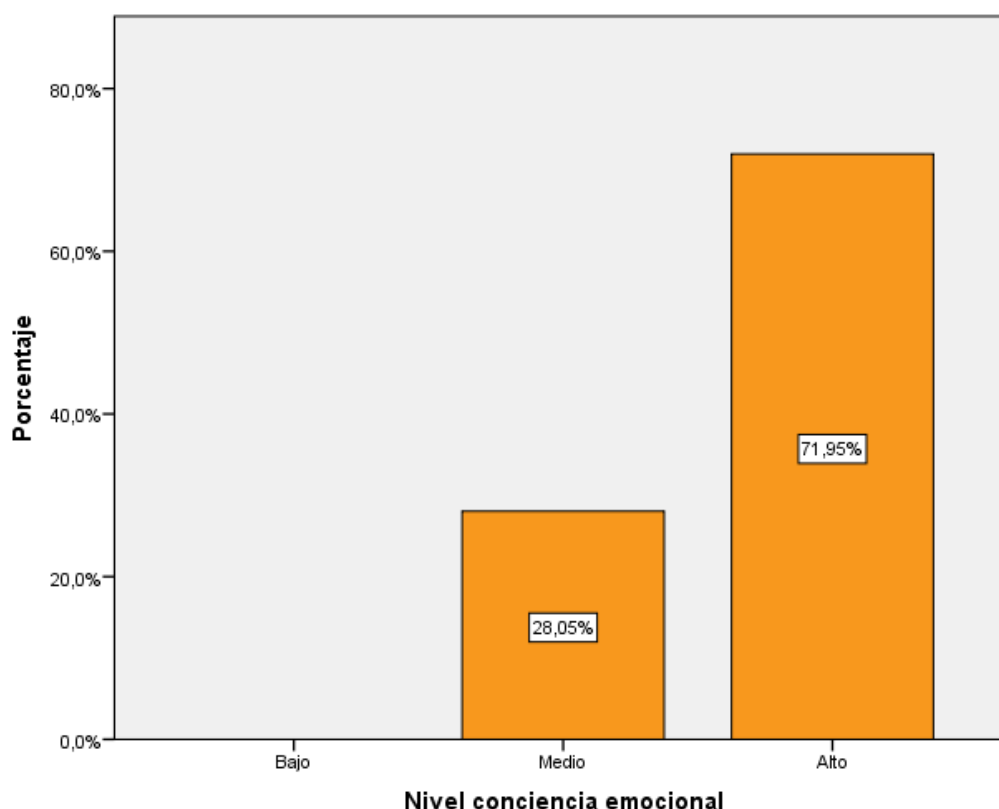


Figura 19. Porcentajes de niveles de conciencia emocional

Asimismo, con respecto a la regulación emocional, la tabla 25 expresa que el nivel mínimo obtenido fue el bajo y el máximo, el nivel alto. Fue la única dimensión que obtuvo valores que señalan un nivel bajo. El que más veces se repitió fue el nivel medio; el punto medio se encontró en el nivel medio.

Como se visualiza en la figura 20 en esta ocasión aparecen puntuaciones que refieren a un nivel bajo. Solo se tratan de dos casos que representan el 2,44 % de la muestra. A diferencia de la conciencia emocional el nivel medio es el que tiene la mayoría de los casos, con un 51,22 % de la muestra. Por último, fueron 38 los casos (el 46,34 %) que obtuvieron un nivel alto en regulación emocional. (Ver anexo N°8)

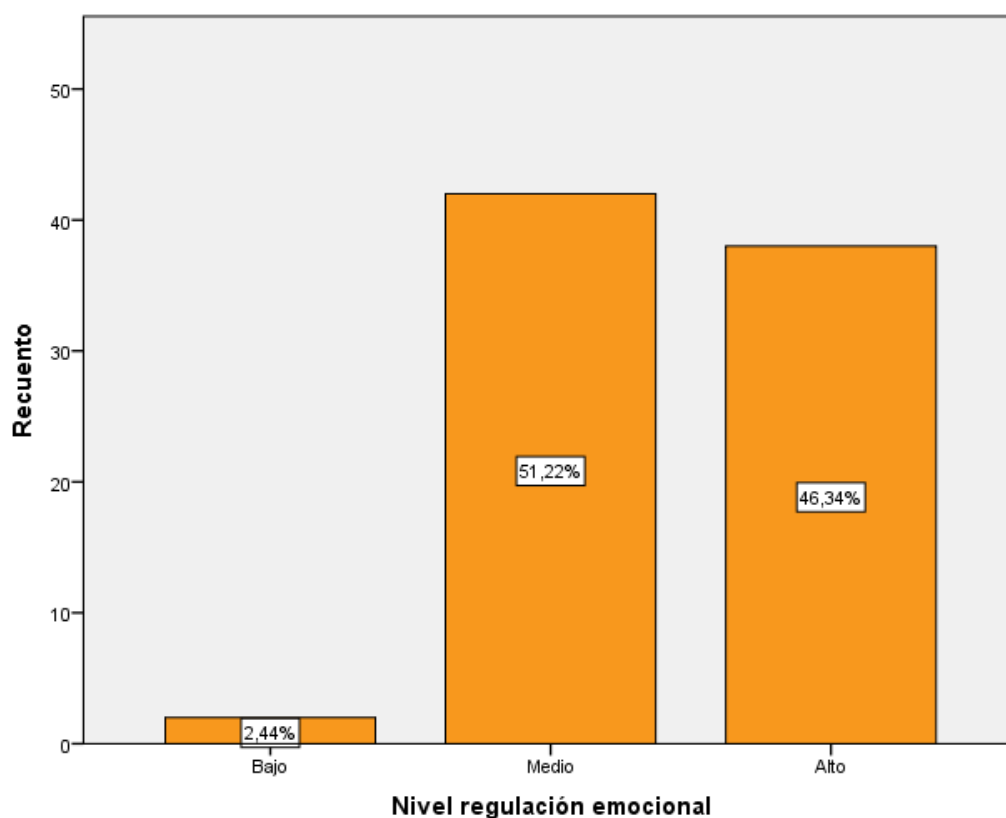


Figura 20. Porcentajes de niveles de regulación emocional

Por otro lado, la tabla 25 expone que autonomía emocional el nivel mínimo que obtuvo fue el nivel medio y el mayor se posicionó en nivel alto. Los que más se repitieron refieren al nivel alto. El punto medio de todas las valoraciones de la muestra se observó en el 3 o nivel alto.

Sobre la base de la figura 21, se describen los niveles alcanzados con respecto a la autonomía emocional. No hubo puntuaciones que indiquen niveles bajos; en cambio, sí lograron 30 casos un nivel medio que representa al 36,59% de la muestra tomada. El resto, se inscriben en el nivel alto con el 63,41% de los casos (Ver anexo N°8).

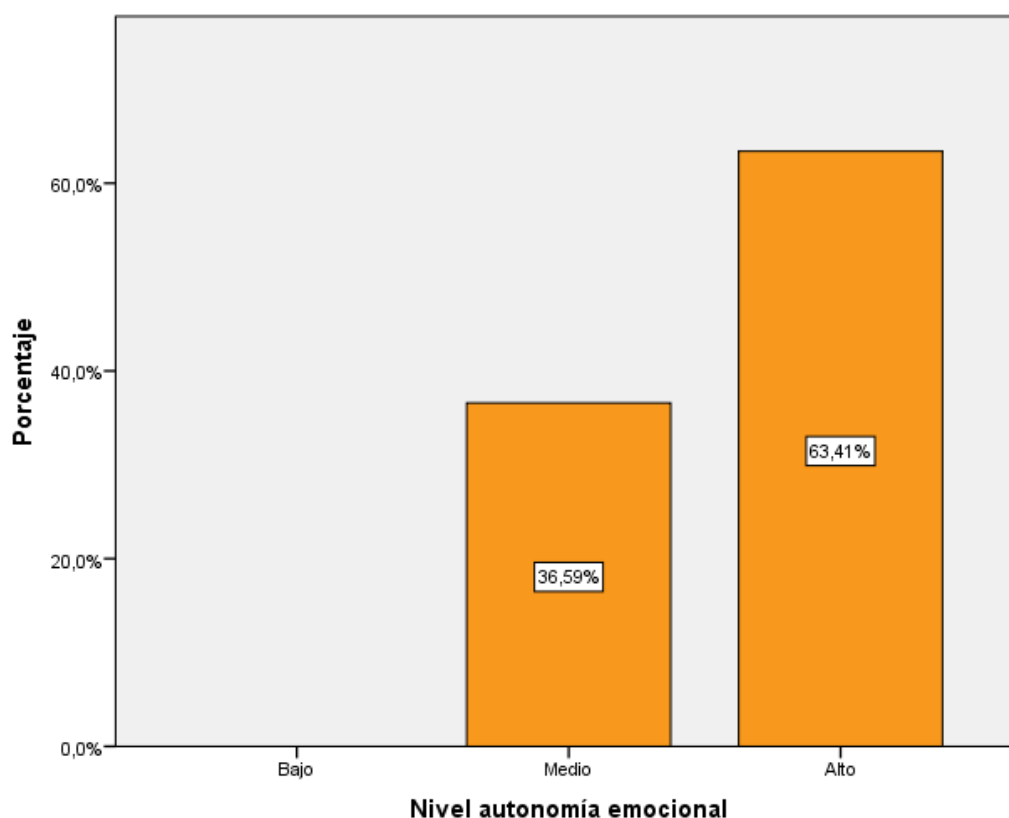


Figura 21. Porcentajes de niveles de autonomía emocional

Los mismos estadísticos descriptivos que se registraron en conciencia emocional en la tabla 25, se observan de manera similar en competencia social. Por ello, se debe procurar observar los estadísticos descriptivos de los puntajes directos para ver las diferencias más sutiles entre los mismos. En la figura 22 se representan las puntuaciones que describen que un 29,37% de estudiantes poseen un nivel medio de competencia social. En cambio, el 70,73% de casos corresponden a un nivel alto en competencia social. No hay casos con nivel bajo en dicha competencia emocional (Ver anexo N°8).

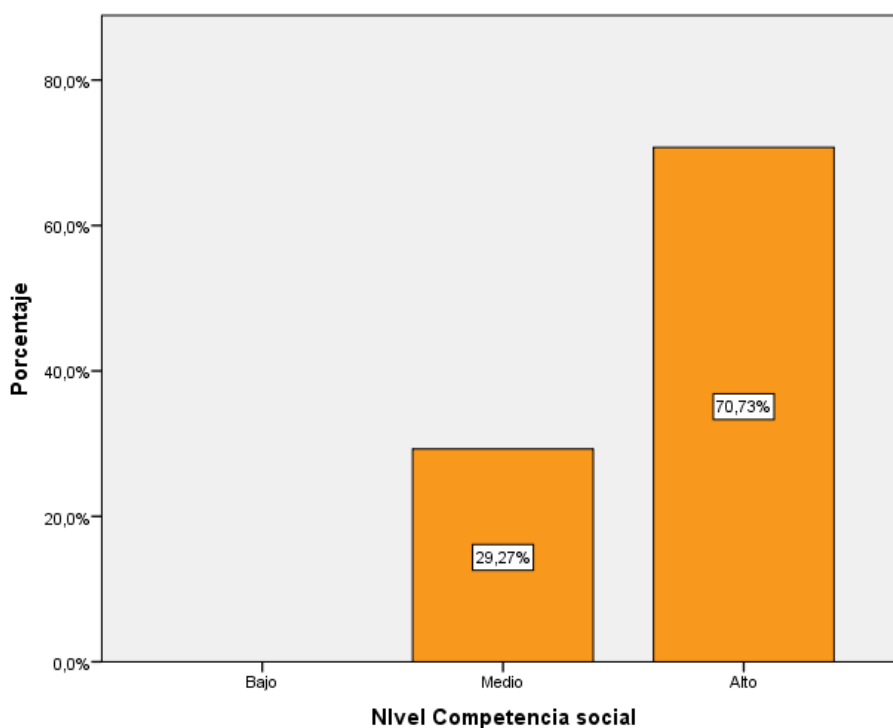


Figura 22. Porcentajes de niveles de competencia social

Finalmente, en la tabla 25 detalla que habilidades de vida y bienestar el nivel más bajo que registró fue el nivel medio y el máximo en el nivel alto. El nivel obtenido en esta competencia emocional que más se repite es el alto. Los puntos medios de todos los resultados de la muestra se localizan en el nivel alto.

Los niveles de habilidades de vida y bienestar alcanzaron puntuaciones descritas en la figura 23. No hubo puntuaciones que indiquen un nivel bajo. Empero, se observaron 31 casos de nivel medio que demuestra que el 37,8% de los estudiantes llegaron a un nivel medio. Por otro lado, el 62,2% de los casos, lograron puntuaciones que indican un nivel alto en habilidades de vida y bienestar (Ver anexo N°8).

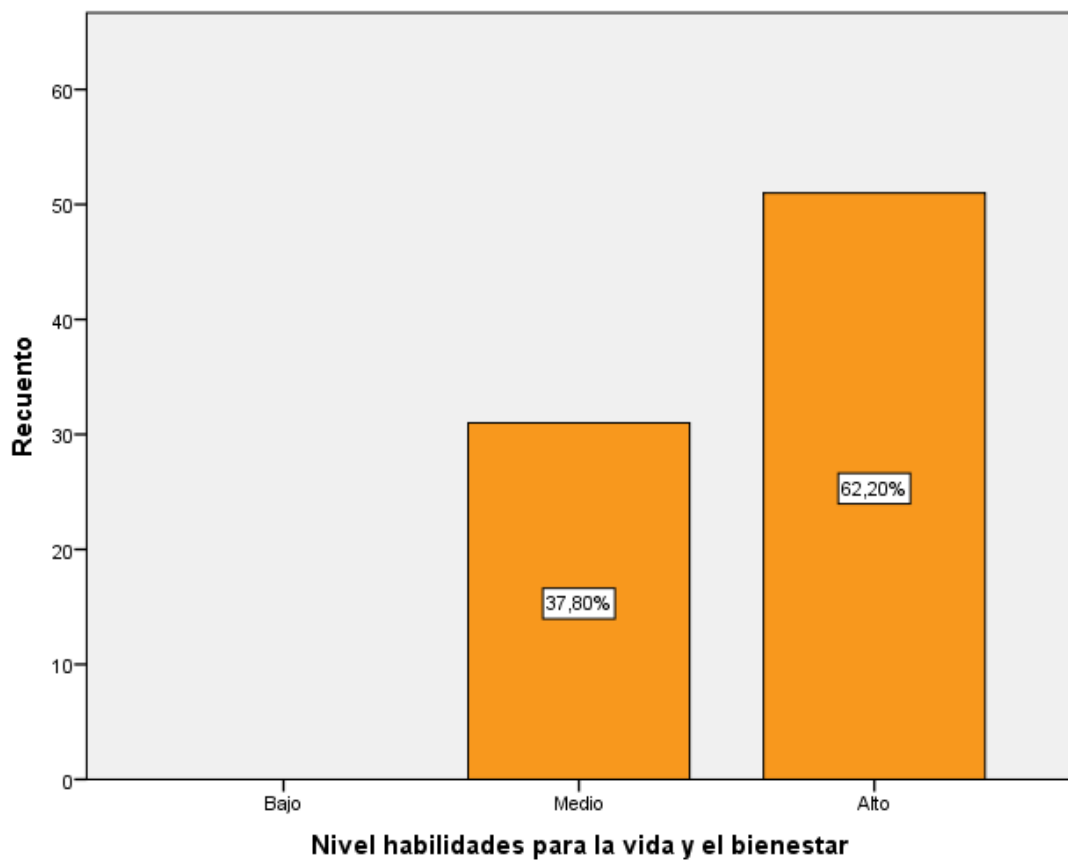


Figura 23. Porcentajes de niveles de habilidades de la vida y el bienestar

2.3 Análisis de niveles de competencia emocional con respecto a las características demográficas.

Se realizó un análisis cruzado con los niveles de competencia emocional global alcanzados y el sexo de los estudiantes.

Tabla 26

Nivel de competencia emocional global y sexo

		Sexo		Total	Porcentaje	
		Femenino	Masculino		Femenino	Masculino
Nivel competencia emocional global	Medio	23	5	28	32,4	45,5
	Alto	48	6	54	67,6	54,5
Total		71	11	82	100	100

La tabla 26 expresa que el 32,4% de mujeres que participaron de la investigación obtuvieron un nivel medio. Mientras que, en el caso de los hombres, fue del 45,5%. Por otro lado, las mujeres que alcanzaron un nivel alto de competencia emocional global fue el 65,6% y el 54,5% de hombres obtuvieron un nivel alto.

Tabla 27

Nivel de competencia emocional global y edad

		Edad grupos					
		22 a 25 años		26 a 30 años		31 a 53 años	
		Frec.	%	Frec.	%	Frec.	%
Nivel competencia emocional global	Medio	16	34,78	10	37,04	2	22,23
	Alto	30	65,22	17	62,96	7	77,77
Total		46	100	27	100	9	100

La tabla 27 enseña los niveles de competencia emocional global encontrados y diferenciados según tres conjuntos de edad, que se agruparon para una mejor visualización de los mismos. Con respecto al nivel medio en competencia emocional global, los estudiantes con edades comprendidas entre 22 y 25 años que alcanzaron dicho nivel, fueron el 34,78%; en el grupo de 26 a 30 años corresponde al 37,04% de estudiantes y en las edades de 31 a 53 años un 22,23%. Por otro lado, el nivel alto, fue significativamente más alto en los estudiantes con edades entre 31 a 53 años con el 77,77%; seguidos por los comprendidos entre 22 a 25 años con el 65,22% y, por último, el grupo de 26 a 30 años con el 62,96%.

3. Percentiles con puntajes directos

Se produjo una descripción por medio de percentiles 95, 90, 75, 50, 25, 10 y 5. Se utilizaron los mismos, por ser los presentados comúnmente en las pruebas psicométricas.

Tabla 28

Percentiles de puntajes directos de competencia emocional global

Competencia emocional global

Percentiles	5	3,2638
	10	3,4536
	25	3,9130
	50	4,2174
	75	4,5725
	90	5,0058
	95	5,1855

Los percentiles referidos a los resultados alcanzados por la muestra tomada, están expresados en la tabla 28. Allí se puede observar que, en la muestra tomada, el 95% de la muestra obtuvo puntuaciones mayores a 3,2638; el 90% tuvo puntajes de más de 3,4536; el 75% de los estudiantes lograron puntuaciones mayores a 3,9130 en competencia emocional global. Mientras que, el 50% consiguió puntuaciones mayores a 4,2174, el 25% alcanzó valores mayores a 4,5725 puntos. El 10% calificó con más de 5,0058 puntos. Y sólo el 5% llegó a más de 5,1855 puntos.

Tabla 29

Percentiles de puntajes directos de cada competencia emocional

	Conciencia emocional	Regulación emocional	Autonomía emocional	Competencia social	Habilidades de vida y bienestar
Percentiles 5	3,3667	2,8182	3,1969	3,2804	3,2150
10	3,6667	3,0000	3,3750	3,6217	3,4300
25	3,9722	3,4545	3,7500	3,9565	3,7750

	Conciencia emocional	Regulación emocional	Autonomía emocional	Competencia social	Habilidades de vida y bienestar
50	4,2778	4,0000	4,2188	4,3913	4,2000
75	4,6667	4,4545	4,6250	4,6957	4,8000
90	5,0444	4,8818	5,0625	5,0304	5,1700
95	5,3333	5,0909	5,5594	5,1304	5,5550

Se visualizan en la tabla 29 los percentiles (5, 10, 25, 50, 75, 90 y 95) pertenecientes a cada una de las competencias emocionales que constituyen a la competencia emocional global. Se realiza una descripción de algunos de ellos, a modo descriptivo. El 75% de los casos que participaron consiguieron puntajes mayores a 3,9722 en conciencia emocional; mayores a 3,4545 en regulación emocional; más de 3,7500 puntos en autonomía emocional; más de 3,9565 en competencia social y mayores a 3,7750 puntos en habilidades de vida y bienestar.

El 50% de los estudiantes alcanzaron un puntaje mayor a: 4,2778 en conciencia emocional, 4 puntos en regulación emocional, 4,2188 en autonomía emocional, 4,3913 en competencia social y puntajes mayores a 4,2 en habilidades de vida y bienestar.

El 25% de la muestra obtuvo puntajes mayores a: 4,6667 en conciencia emocional, 4,4545 en regulación emocional, 4,6250 en autonomía emocional, 4,6957 en competencia social y más de 4,8 puntos en habilidades de vida y bienestar.

El 5% llegó a puntajes mayores a: 5,3333 en conciencia emocional, 5,0909 en regulación emocional, 5,5594 en autonomía emocional, 5,1304 en competencia social; por último, en habilidades de vida y bienestar solo el 5% logró más de 5,5550 puntos.

Se efectuó con los puntajes directos, ya que se perdían detalles en las categorías de nivel bajo, medio y alto. No se lograba apreciar las verdaderas diferencias, esto se puede observar en las tablas de los percentiles de los niveles

de competencia emocional global y de cada competencia emocional (Ver anexo N°8).

4. Análisis no paramétrico

Los resultados obtenidos pertenecen a una muestra representativa, ya que alcanzó el tamaño de muestra de 82 estudiantes arrojado por el programa STATS 2.0, determinado por el 95% de confiabilidad con una población de 104. Si bien las circunstancias no fueron las ideales, por lo explicado en el apartado del muestreo, se considera que los datos son significativos para buscar generalizar a la población la información obtenida de los niveles de competencia emocional global. Para ello, se utilizó la estadística inferencial.

Procedimiento objetivo.

PASO 1- Formulación de la hipótesis

H0: Estudiantes con nivel bajo de competencias emocionales = Estudiantes con nivel medio de competencias emocionales = Estudiantes con nivel alto de competencias emocionales

$$H_0: X_B = X_M = X_A$$

La probabilidad de que los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta tengan niveles bajos de competencias emocionales es igual a la probabilidad de que los estudiantes tengan niveles medios y altos en competencias emocionales.

H1: Estudiantes con nivel alto de competencias emocionales > estudiantes con el resto de niveles

$$H_1: X_A > X_{\text{Otros}}$$

La probabilidad de que los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta tengan niveles altos

La investigación presenta una escala de medida ordinal con 3 categorías (nivel bajo, medio y alto). Siendo el nivel de significación de 0,05, la prueba de hipótesis estadística utilizada fue una prueba no paramétrica Chi Cuadrada o χ^2 para una muestra. La misma no considera relaciones causales y puede ser utilizada ya que en esta investigación se buscó la descripción de los datos de una muestra de estudiantes del quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología. Se comparó un grupo de frecuencias observado en los estudiantes, con los esperados en la hipótesis planteada.

El tamaño de la muestra fue de 82 estudiantes.

El nivel de significación fue de 0,05 que implica un 5% de margen de error y un 95% de confiabilidad. Se estipuló este alfa, ya que se utiliza dentro de trabajos en el campo de las ciencias sociales.

Los valores asociados a la probabilidad para prueba chi cuadrada X^2 , se encuentran en tabla de valores críticos de chi cuadrada (tabla 31), a través de las fórmulas expresadas a continuación.

$$X^2 = \sum \frac{(\mathbf{O} - E)^2}{E}$$

Tabla 30

Tabla de valores críticos de Chi cuadrada

GI	.99	.98	.95	.90	.80	.70	.50	.30	.20	.10	.05	.02	.01	.001
----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------

1	.00016	.00063	.0039	.016	.064	.15	.46	1.07	1.64	2.71	3.84	5.41	6.64	10.83
2	.02	.04	.10	.21	.45	.71	1.39	2.41	3.22	4.60	5.99	7.82	9.21	13.82

PASO 5 –Región de rechazo

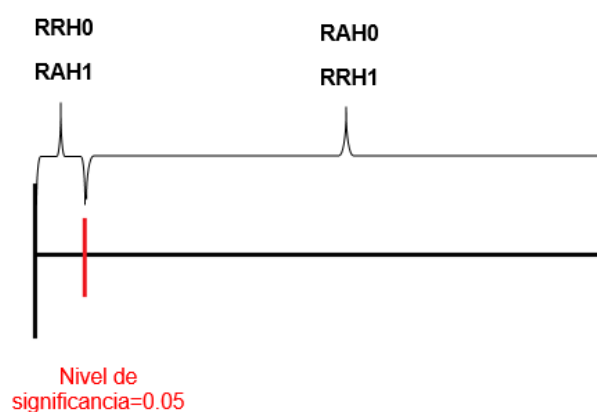


Figura 24. Región de rechazo

La región de rechazo explicita que:

Si la probabilidad arrojada por la tabla de valores críticos de chi cuadrada es menor que el nivel de significancia 0,05: se rechaza la H_0 y se acepta la H_1 .

Si la probabilidad arrojada es mayor a 0,05: se acepta H_0 y se rechaza la H_1 .

PASO 6 – Decisión

Con un X^2 de 53, 3723 y un gl de 2, la tabla de valores críticos de chi cuadrada arrojó una probabilidad de 0,001, pero para una X^2 de 13,82. Se debe dividir en dos, ya que la investigación presente trabaja con una sola cola (direccional) y la tabla expresa valores para dos colas. Por todo lo dicho, la probabilidad es mucho menor. Dicha probabilidad cae en la región de rechazo de hipótesis nula y aceptación de hipótesis alternativa. Esto quiere decir los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta que tienen un nivel alto de competencias emocionales es mayor a los estudiantes con otros niveles (bajo y medio) de competencias emocionales.

Procedimiento práctico.

Tabla 31

Frecuencias observadas y esperadas de nivel de competencia emocional global

Nivel	Frecuencia observada	Frecuencia esperada
Bajo	0	27,33 %
Medio	28	27,33 %
Alto	54	27,33 %
Total	Σ 82	Σ 100 %

Nota. Frecuencias observadas y esperadas de niveles de competencia emocional tomadas de los resultados obtenidos por la muestra de la investigación.

Tabla 32

Grado de libertad

Gl: grado de libertad	
Fórmula	Resultados
$gl = k - 1$	$gl = 3 - 1 = 2$

Tabla 33

Frecuencia esperada

FE: Frecuencia esperada	
Fórmula	Resultados
$FE = \frac{M}{K}$	$FE = \frac{82}{3} = 27,33$

Tabla 34

Procedimiento. Prueba no paramétrica Chi cuadrada para una muestra

X ² : Prueba no paramétrica Chi cuadrada para una muestra	
Fórmula	Resultados
$X^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$	$X^2 = \frac{(0 - 27,33)^2}{27,33} + \frac{(28 - 27,33)^2}{27,33} + \frac{(54 - 27,33)^2}{27,33}$
	$X^2 = \frac{(-27,33)^2}{27,33} + \frac{(0,67)^2}{27,33} + \frac{(26,67)^2}{27,33}$
	$X^2 = \frac{746,9289}{27,33} + \frac{0,4489}{27,33} + \frac{711,2889}{27,33}$
	$X^2 = 27,33 + 0,0164 + 26,0259$
	$X^2 = 53,3723$

5. Descripción de comentarios ante la aplicación del instrumento

Los comentarios realizados por algunos de los estudiantes que contestaron el instrumento resultan de gran riqueza, ya que demuestran los efectos inmediatos de autoconocimiento que surgieron a partir de la administración de la escala de Likert. Generó un momento de reflexión y como uno de ellos dice “me hizo re-pensar mi relación con mis emociones, principalmente en momentos de enojo” (caso 1, ver anexo N°8). Se produjo un momento que solicitó detenerse y pensar en situaciones emocionales y en el manejo de las mismas. Darse un espacio, en esta ocasión os que duraba la aplicación del instrumento, les permitió observarse y reflexionarse de una manera diferente y cuestionarse. Esto, puede ser el punto de partida para cambios en el futuro. Además, se destaca la explicación acerca del uso de la categoría de respuesta ni en acuerdo ni en desacuerdo, ya que da cuenta de la falta de contacto con sus propias emociones (Ver anexo N°8).

Conclusión

A lo largo del trabajo se expresó la importancia del conocimiento de las competencias emocionales en los estudiantes de psicología. En este caso, se trabajó con los estudiantes de quinto año de la carrera, ya que son quienes están próximos a graduarse. Por lo dicho y lo expresado en el apartado de justificación, el estudio realizado presenta una gran relevancia tanto para los estudiantes como para la institución educativa formadora de profesionales. El mismo permite sentar las bases para alcanzar niveles más altos de competencias emocionales para el mundo laboral. Como ya se dijo, las capacidades, competencias, habilidades y actitudes que permiten el manejo de las emociones tanto propias como ajenas y que forman parte de las habilidades genéricas, son igual de necesarias que los conocimientos técnicos y cognitivos. En esta ocasión se buscó hacer hincapié en las primeras.

Las conclusiones derivan de los resultados arrojados por el instrumento “Escala de competencias emocionales”. Como se indicó, este otorga una puntuación concerniente al nivel general de competencia emocional global y de cada competencia emocional, junto con puntajes de cada microcompetencia que la componen.

Se puntuó del 0 al 6, a partir de los 69 ítems que conforman el instrumento. Los resultados del 0 al 2 indicaron un nivel bajo o un dominio inferior al básico de las competencias emocionales; 2 a 4 puntos revelaron un nivel medio o dominio básico de la competencia en cuestión; por último, puntuaciones de 4 a 6 revelaron un nivel alto o dominio superior al básico. Además de observar los niveles a los que corresponde esta muestra, se hace hincapié en los puntajes directos, que describen necesidades y fortalezas en torno a sus competencias emocionales.

Antes de adentrar en las conclusiones arribadas, es necesario aclarar que los resultados obtenidos respecto a los niveles de competencias emocionales de los estudiantes, fueron conseguidos en un contexto particular de aislamiento social por pandemia por COVID-19 (SARS-Cov2). Esto se debe contemplar a la hora de leer las conclusiones, ya que, en otro contexto podrían haber sido diferentes.

Con respecto a los objetivos específicos, los mismos buscaron medir cada competencia emocional con sus concernientes microcompetencias.

El primer objetivo específico, pretendía medir el nivel de la competencia emocional denominada conciencia emocional. El mismo pudo cumplirse a partir de los datos recabados, permitiendo conocer que dicha dimensión presentó un promedio de 4,3306 puntos que refiere a un nivel alto. Se registraron puntuaciones mínimas de 3,22 indicando un nivel medio o dominio básico de competencia emocional y máximas de 5,89 pertenecientes a un nivel alto o superior al dominio básico. El 72% estudiantes de quinto año de la carrera de psicología poseen un dominio superior al básico de la competencia conciencia emocional. Es decir, tienen la capacidad para poder tomar conocimiento de sus emociones y de las emociones de los demás de manera precisa. Estos resultados son positivos, ya que como se explicó en el marco teórico, esta competencia emocional es esencial y básica para el desarrollo de las demás. Ahora bien, a pesar de que se ubican en un nivel alto, ninguno de los estudiantes obtuvo la puntuación máxima posible de 6 puntos, e incluso el promedio de todas las puntuaciones es de 4,3306. Por esto, se puede afirmar que poseen aspectos que se pueden promover y mejorar.

Los elementos a mejorar se conocieron a partir de la medición de las microcompetencias que componen a la conciencia emocional. Se observó las medias, es decir el promedio de la totalidad de puntuaciones de cada una de ellas. Se registraron puntajes aproximados entre ellos, dentro de los 4 y 5 puntos, pertenecientes a un nivel alto o dominio superior al básico. Además, esto señala que cada una de esas microcompetencias pueden promoverse. Aquellas que tuvieron el menor y el más alto promedio, fueron la atención plena, y conciencia ética y moral respectivamente. Esto indica que la capacidad que más se debe desplegar dentro de la conciencia emocional, es la de concentrarse y prestar atención sin distraerse; implica la habilidad de focalizar la atención en las acciones que realizan. Ahora bien, la que mejor puntuación generó, describe que los estudiantes se conducen a partir de valores y principios morales, que le posibilitan un comportamiento ético en pos del bienestar personal y social. Esto resulta significativo, ya que son considerados valores importantes que deben poseer los

futuros graduados de la Universidad Católica de Salta, de acuerdo al perfil del graduado de dicha institución.

En cuanto al segundo objetivo específico, se logró medir el nivel de la competencia emocional llamada regulación emocional. La misma obtuvo un promedio de todas las puntuaciones de 3,9357, especificando un dominio básico de la regulación emocional; con puntuaciones mínimas de 1,82 pertenecientes a un nivel bajo o inferior al dominio básico, y máximas de 5,55 puntos, propias del nivel alto o manejo superior de la regulación emocional. Es la única competencia emocional que obtuvo niveles bajos en el 2,4% de la muestra. El 46,3% de estudiantes tuvo puntuaciones que exponen un nivel alto; asimismo, se concentró la mayor frecuencia de casos en el nivel medio o básico de dicha competencia con un 51,2% de la muestra. Todo este análisis, describe que los estudiantes con los que se trabajó, deben mejorar aspectos relacionados a esta dimensión y desarrollar dicha competencia emocional. Disponen dominios básicos para manejar y gestionar sus emociones apropiadamente. Si bien estos resultados demuestran que es necesario trabajar en la regulación emocional en general, existen algunos aspectos que lo requieren más que otros. A tal efecto, se revisó las microcompetencias correspondientes.

Las microcompetencias con los promedios más bajos de las puntuaciones obtenidas fueron la regulación de la ira para la prevención de la violencia con 2,9634 puntos, pertenecientes a un nivel medio indicando un dominio básico de dicha capacidad. En otras palabras, cuentan con un dominio básico de la capacidad de regular el enojo o la ira para no generar situaciones de violencia, incluso de poder regular sus emociones en situaciones perturbadoras. Es decir, en ocasiones, ante un acontecimiento interno o externo perturbador no logran regularse y elaborar una respuesta pertinente y organizada. Así también, cercano a las puntuaciones de esta microcompetencia, se halló a manejo del estrés, con un nivel medio. Esto implica que los estudiantes poseen un dominio básico de la capacidad de gestionar el estrés de modo efectivo. En relación a la microcompetencia más desarrollada, se encuentra la tolerancia a la frustración con 5,1463 puntos, indicando un nivel alto de la misma. En otras palabras, poseen una elevada tolerancia a la frustración, lo que

les facilita sobrellevar y aceptar situaciones que no resultan como pretendían. Esto incrementa su capacidad para regular las emociones y fomentar mayor bienestar personal.

Del mismo modo, se cumplió el tercer objetivo específico que solicitaba medir el nivel de la competencia emocional designada autonomía emocional. Lograron puntajes mínimos de 2,94 y máximos de 6 puntos (nivel medio y alto respectivamente). El promedio de la totalidad de las puntuaciones en autonomía emocional fue de 4,2241 puntos, equivalentes a un dominio superior al básico de tal competencia. El 36,59% de estudiantes alcanzaron un nivel medio o básico de autonomía emocional, en tanto que el 63,41% restante, consiguieron un nivel alto. Significa que, en su mayoría, los estudiantes estudiados cuentan con un dominio superior al básico en capacidad de autogestión personal y autoeficacia emocional.

Como se viene exponiendo, no presentan puntuaciones perfectas o cercanas a los 6 puntos. De hecho, la mayor parte de las competencias emocionales tienen un promedio apenas por encima de 4, concediendo un margen de desarrollo en las mismas.

En torno a lo anterior, se examinó las puntuaciones en cada una de las microcompetencias de autonomía emocional. El menor puntaje proporcionado pertenece a adaptabilidad con 3,3049 indicando un nivel medio. En tanto que el mayor fue obtenido en responsabilidad con 5,0061 puntos señalando un nivel alto. Esto manifiesta que disponen una capacidad básica para enfrentarse efectivamente a los cambios, pudiendo tener dificultades en dicha adaptación. Empero, poseen la habilidad para responder por sus actos y decisiones, interesándose por las consecuencias de los mismos.

Por otra parte, el cuarto objetivo específico buscó medir el nivel de la competencia social y sus microcompetencias. Esto se logró mediante la recolección de datos y el análisis de los mismos. Los resultados apuntan a valores mínimos de 3 puntos y máximos de 5,78 puntos (niveles medio y alto respectivamente). El promedio de dichas puntuaciones fue de 4,3070 puntos indicando un nivel alto de competencia social. Este nivel fue alcanzado por el 70,7% de la muestra estudiada.

En tanto que el resto obtuvo un nivel medio. Esto explica que los estudiantes de psicología de quinto año son capaces de sostener relaciones adecuadas con los demás, de comunicarse con ellos de manera efectiva y poseen habilidades sociales básicas, entre otras capacidades.

La microcompetencia menos desarrollada en esta competencia emocional, resultó ser la comunicación expresiva con un promedio de 3,3049 puntos concerniente a un nivel medio. Esto demuestra que poseen un nivel básico en la capacidad para expresarse claramente en torno a sus pensamientos o sentimientos, de forma verbal o no verbal. Por el contrario, las puntuaciones más altas fueron del comportamiento prosocial y cooperación con 5,0610 puntos (dominio superior al básico de la microcompetencia). Advierte la habilidad para llevar a cabo acciones que ayuden a otras personas.

Finalmente, se logró el quinto objetivo específico, el cual permitió medir el nivel de las habilidades de vida y bienestar. Se registraron resultados mínimos de 2,60 puntos y máximos de 5,90 (señalando nivel medio y alto respectivamente). El promedio de dicha competencia emocional fue de 4,2854 puntos. Se observó que el 62,2% de los estudiantes obtuvo puntajes que implican un dominio superior al básico en esta competencia emocional. Esto les posibilita tener comportamientos apropiados y afrontar la vida de modo sano y equilibrado permitiéndoles el bienestar personal y social.

Los elementos a mejorar, son detectados mediante la microcompetencia con menor puntaje en el promedio de todas las puntuaciones. La misma refiere al bienestar emocional con 3,3354 puntos, manifestando un nivel medio. Supone la capacidad básica para gozar de forma consciente de bienestar emocional personal y de esta manera, promover al bienestar social. Por otro lado, la capacidad más desarrollada por los estudiantes, fue la microcompetencia emociones estéticas, con una media de 5,5122 puntos (nivel alto). Describe un dominio superior al básico en la capacidad de experimentar y disfrutar emociones estéticas, es decir, aquellas que surgen a partir de la belleza o el arte entre otros.

Pese a que no se buscó hacer una comparación entre las dimensiones de la competencia emocional, resulta inevitable observar que el mayor promedio fue obtenido por conciencia emocional, en tanto que, regulación emocional es la que exige mayor desarrollo. En otras palabras, los estudiantes tienen la capacidad de conocer sus emociones y las de las demás personas, saben nombrarlas, y atender a las creencias que tienen acerca de las emociones; empero, pueden presentarse dificultades en relación al manejo y gestión de las mismas.

Por último, el objetivo general fue cumplido. Este buscaba determinar el nivel de competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020.

Los resultados obtenidos determinan un nivel alto o superior al dominio básico de las mismas. La distribución de los datos fue homogénea, ya que la dispersión en relación a la media fue pequeña, con coeficientes de variación menores a 33% en cada una de las competencias emocionales y en la competencia emocional global. Ahora bien, específicamente en competencia emocional global, los estudiantes obtuvieron puntajes mínimos de 3,17 puntos (nivel medio) y máximas de 5,61 (nivel alto). Ninguno de ellos alcanzó puntajes referidos a un nivel bajo o un dominio inferior al básico de competencia emocional global. El promedio de los puntajes fue de 4,2285 puntos. El 65,85% de casos presentó un nivel alto de competencia emocional global, mientras que el restante de 34,15% mostraron un nivel medio. Esto señala que estos estudiantes, poseen competencias emocionales que le permiten estar preparados para el mundo laboral. Por lo cual, se puede percibir un desarrollo integral de los mismos, no sólo disponiendo de habilidades y conocimientos propios de la profesión, sino también competencias más generales y transversales.

Esto hace posible dar respuesta a la pregunta de investigación, que aspiraba determinar cuál era el nivel de competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera. La respuesta es que poseen un nivel alto o un dominio superior al básico de competencias emocionales, que entraña contar con conocimientos, habilidades y capacidades para tomar conciencia, comprender, regular y expresar de modo eficiente sus emociones.

Por otro lado, la hipótesis descriptiva que fue formulada con anterioridad en la investigación presente fue aceptada. Planteaba que la población en cuestión poseía niveles altos de competencias emocionales, y como se puede comprobar con el análisis de datos, tanto de estadísticos descriptivos como no paramétrico, se acepta dicha afirmación. Asimismo, los resultados obtenidos mediante la prueba no paramétrica, permitieron generalizar los datos a la población de estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en psicología del año 2020 de la Universidad Católica de Salta. Se aceptó la hipótesis alternativa a partir de la prueba X^2 , respaldando que los estudiantes con un nivel alto en competencias emocionales son mayores a los estudiantes con los demás niveles.

Igualmente, se produjo una descripción según el sexo, contemplando mayor proporción del nivel alto de competencia emocional global en las mujeres. Las mismas alcanzaron el 65,6% de los casos femeninos; mientras que los hombres un 54,5% obtuvieron puntajes referidos a nivel alto. Empero, esto se debe tomar de modo meramente descriptivo, ya que se trató de una muestra compuesta por solo 11 hombres que representan el 13,4% de la totalidad de la muestra.

Del mismo modo, se procedió a una descripción de los niveles de competencias alcanzados en función de tres grupos de edad, que fueron organizados para fines prácticos. El porcentaje de estudiantes con nivel alto fue de 62,22% en el grupo de edades concernientes entre 22 y 25 años, 62,96% en el conjunto de 26 a 30 años y 77,77% en el grupo de edades comprendidas entre 31 y 53 años. Esto indica que el nivel se mantiene en los dos primeros grupos y asciende a mayor edad. De todos modos, se debe profundizar en el análisis de estos datos, a partir de mayores números de estudiantes en cada uno de los grupos para facilitar conclusiones.

Por último, se realizó una descripción en percentiles de las puntuaciones alcanzadas. En cuanto a la competencia emocional global, el 75% de los estudiantes obtuvieron puntuaciones mayores a 3,9130 (nivel medio) en competencia emocional global. El 50% consiguió puntuaciones mayores a 4,2174 puntos (nivel alto). El 25% alcanzó puntajes mayores a 4,5725 (nivel alto). El 10 %

calificó con más de 5,0058 puntos (nivel alto) y sólo el 5% logró a puntuaciones mayores a 5,1855.

En cuanto a cada una de las competencias emocionales, el 75 % de los casos consiguieron puntajes mayores a: 3,9722 (nivel medio) en conciencia emocional, 3,4545 (nivel medio) en regulación emocional, 3,7500 (nivel medio) en autonomía emocional, 3,9565 (nivel medio) en competencia social y 3,750 (nivel medio) en habilidades de vida y bienestar.

El 50% de los estudiantes alcanzaron un puntaje mayor a: 4,2778 (nivel alto) en conciencia emocional, 4 (nivel alto) puntos en regulación emocional, 4,2188 (nivel alto) en autonomía emocional, 4,3913 (nivel alto) en competencia social y 4,2 puntos (nivel alto) en habilidades de vida y bienestar. Esto refiere que más del 50% de la muestra dispone de un nivel alto en cada una de las dimensiones de competencia emocional, ratificando las conclusiones efectuadas. Por último, solo el 25% de la muestra obtuvo puntajes mayores a: 4,6667 (nivel alto) en conciencia emocional, 4,4545 puntos (nivel alto) en regulación emocional, 4,6250 (nivel alto) en autonomía emocional, 4,6957 (nivel alto) en competencia social y 4,8 puntos (nivel alto) en habilidades de vida y bienestar.

Por todo ello, se pudo descubrir los niveles de competencias emocionales de los estudiantes y atender a cada uno de los objetivos específicos y objetivo general de la investigación, dando respuesta a la pregunta de investigación planteada.

Para finalizar las conclusiones, se alienta a reflexionar acerca de la importancia de estos resultados, como también del trabajo que se debe realizar a partir del mismo. Además, se considera que no sólo debe ser planteado en la carrera Licenciatura en Psicología, sino en cada una de las carreras de la institución universitaria, tendiente a la formación de profesionales competentes cognitiva y emocionalmente.

Discusión

A partir del análisis y de las conclusiones advenidas, se aceptó la hipótesis descriptiva del estudio que afirma que los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta en el año 2020, poseen un nivel alto de competencias emocionales

Como se explicitó en el apartado de deficiencias en el conocimiento, no se encontraron estudios antecedentes que contemplaran las características de esta población, el marco teórico asumido y los objetivos de este trabajo. No se hallaron investigaciones similares para comparar en el contexto planteado. No obstante, se tomaron en consideración diversas investigaciones para guiar el camino para efectuar una investigación con coherencia entre el marco teórico adoptado y el instrumento empleado.

Con este fin, se tuvo presente el artículo de Fragoso-Luzariaga (2015) que expresó la distinción conceptual de competencias emocionales e inteligencia emocional y promulgó la utilización de un instrumento adecuado a dicha teoría. Por tal motivo, se aplicó la escala de Likert construida específicamente para esta investigación.

La investigación presente buscó exponer la importancia de poder delimitar las competencias necesarias para un profesional psicólogo. Siguiendo lo dicho por Best y Pairetti (2014), ocuparse en la inteligencia emocional o competencia emocional en este caso, admite la definición de las habilidades comunes a contemplar en la profesión del psicólogo. Por ende, desarrollarse en esa materia y en cada una de esas capacidades y habilidades, resulta esencial para una formación superior integral.

Las conclusiones tienen fundamento en el marco teórico. La formación superior debe desarrollar las competencias emocionales requeridas para el escenario laboral. Siendo que la universidad donde se produjo la investigación, promueve la educación integral, se observó que dichos estudiantes se ajustan con tal descripción y alcanzan lo desarrollado en el perfil del graduado de la institución

en torno a sus competencias ético-axiológicas, deontológicas, en relaciones interpersonales y autonomía. Es decir, poseen las capacidades indispensables para afrontar a un mundo caracterizado por cambios continuos. Ahora bien, se pueden promover y desarrollar algunos aspectos ya que ninguno de los casos estudiados obtuvo un puntaje 6 en competencia emocional global. Por consiguiente, se deben desplegar en su máxima expresión sus capacidades y desarrollar las potencialidades de cada competencia.

Asimismo, el estudio logró efectos inmediatos en algunas de las personas que contestaron el instrumento. Tras completar la escala de Likert, mencionaron a la investigadora, que pudieron tomar conciencia de la importancia de conocer todo aquello a lo que respondían, de reflexionarse y de trabajar en aquellos aspectos que consideraban dificultosos. El simple hecho de contestar el instrumento, hizo que piensen y reflexionen sobre situaciones determinadas, tomando conocimiento de sus acciones, actitudes, pensamientos y sentires referente a sus fenómenos emocionales. Igualmente, permitió tomar conciencia de la desconexión con sus propias emociones.

Por otro lado, respecto a la presente investigación se debe contemplar que la muestra fue de 82 personas, en una universidad privada salteña, en un contexto de aislamiento social por pandemia por COVID-19 (SARS-Cov2). A pesar de que se pudo generalizar los datos a la población en cuestión, se aclara que no se pueden generalizar indiscriminadamente a las poblaciones con características similares, como ser estudiantes de psicología de quinto año. Se debe tomar en consideración este contexto, plan de estudio y enseñanza.

Empero, el instrumento puede ser empleado en personas con características similares: de estudios superiores, mayores de 18 años y en un contexto argentino, ya que fue pensado de ese modo al producirse dicha escala de Likert.

Con respecto a las limitaciones, una de ellas se produjo previamente a la recolección de datos, ocurrió debido a los acontecimientos de público conocimiento de contexto de pandemia por el COVID-19 (SARS-Cov2). La situación de aislamiento forzó a modificar la modalidad de implementación del instrumento de

presencial a una de índole virtual, dado que en el momento de aplicación la institución universitaria no se encontraba funcionando de modo presencial.

La limitación anterior, llevó a realizar la aplicación por medios oficiales de comunicación virtual entre la institución y los estudiantes. En este caso, fue autorizada por medio de un documento de google drive y su difusión por correo electrónico de mensajería institucional a cada una de las personas que participaron. El mismo no podía realizar envíos de manera discriminada a cada una de las personas de la muestra probabilística, por lo cual se envió a toda la población. No contestaron todos los pertenecientes a la misma, solo 82 estudiantes. Sin embargo, se pudo llegar al menos a la cantidad necesaria para ser considerada una muestra representativa.

A pesar de los obstáculos comentados, los mismos pudieron ser sorteados, de modo que existe confianza en los resultados obtenidos. Por todo, fue posible desarrollar una investigación novedosa para el contexto en el que se produjo.

Recomendaciones y sugerencias

El presente trabajo fue de tipo descriptivo, por lo cual se buscó determinar el nivel de las competencias emocionales de un solo año de la carrera de psicología. En el futuro, se podrían llevar a cabo investigaciones, no solo de esta población, sino de todos los años de cursado, comparando los niveles encontrados a lo largo de la carrera. Contando con este estudio como antecedente y con el instrumento planteado, se pueden propiciar investigaciones más amplias.

Igualmente, el instrumento se puede utilizar en nuevas investigaciones que estudien a las competencias emocionales desde la teoría de Rafael Bisquerra Alzina y el grupo GROP.

Asimismo, este estudio ofrece un cimiento para pensar trabajos de intervención sobre la población en cuestión, implementando programas de educación emocional, regulación emocional, entre otras. Se debe buscar efectuar programas para desarrollar dichas competencias emocionales, porque como se expresó en el marco teórico, pueden ser aprendidas y desarrolladas. Esto permitirá resultados aún mejores para cada uno de los estudiantes, que posteriormente serán profesionales psicólogos en un mundo laboral demandante de competencias transversales y técnico-profesionales.

Se debe agregar que se ofrece a la institución universitaria, el análisis y conclusiones producidas para colaborar con el proceso de autoevaluación de calidad institucional que se desarrolla en la Universidad Católica de Salta. El mismo, hará posible efectuar planes de mejoras beneficiando a los estudiantes en cuestión. Al mismo tiempo, se sugiere llevar a cabo aplicaciones del instrumento al iniciar la carrera, para detectar fortalezas y aspectos a mejorar en dichos estudiantes.

Por otra parte, una vez que fueron analizados los datos, alcanzados los objetivos de la investigación y producidas las conclusiones, emergen nuevos interrogantes que pueden ser respondidos en nuevas investigaciones:

- ¿Cuál es el nivel de competencias emocionales a lo largo de la carrera de Licenciatura en Psicología?

- Resulta interesante conocer si los resultados obtenidos de niveles altos de competencias emocionales en quinto año solo se observan en los alumnos de la carrera de psicología. ¿Cuáles son los niveles de competencias emocionales en estudiantes de otras carreras? ¿son mayores o menores? De esto derivaría hacer estudios comparativos. Esto está fundamentado en las competencias transversales, que no son específicas de una profesión, sino que debe estar desarrollada en cada una de ellas.
- También, a partir de los datos, se podrían concebir trabajos de intervención como parte de Trabajos Finales de Grado. Construir talleres o programas de educación emocional, o la aplicación de algunos ya existentes, que busquen el desarrollo de competencias emocionales. Luego, en base a los mismos, observar si hay mejorías en las poblaciones que se los lleve a cabo.

Para finalizar, se incentivan todas aquellas ideas, investigaciones y construcciones que permitan mejorar la calidad de educación, para lograr una formación superior integral, abogando por una universidad que desarrolle y promueva factores de protección de salud mental.

Referencias bibliográficas

- Antonio-Agirre, I., Esnaola, I., y Rodríguez-Fernández, A. (2017) La medida de la inteligencia emocional en el ámbito psicoeducativo. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, (88), pp. 53-64. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27450136009>
- Asociación Psicológica Americana (2019) *Normas APA*. Recuperado el 17 de octubre de 2020 de: <https://normasapa.com/>
- Bar-On, R. (2006) The Bar-On model of emotional-social intelligence. [El modelo de Bar-On de inteligencia socio-emocional] *Revista Psicothema*. Vol.18, (1) pp.13-25. Estados Unidos: Texas. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3271>
- Barrientos, M. (2019) *Inteligencia emocional en docentes de educación especial de la ciudad de Salta*. (Tesis de Grado). Universidad Católica de Salta, Argentina.
- Best, S., y Pairetti, C. (2014) Inteligencia Emocional en la formación del Psicólogo: Su emergencia y construcción como objeto de investigación. En *Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXI Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://www.aacademica.org/000-035/359>
- Bisquerra Alzina, R. (2000) *Educación Emocional y Bienestar*. España: Wolters Kluwer
- Bisquerra Alzina, R. (2001) Orientación psicopedagógica y educación emocional en la educación formal y no formal. *Ágora digital*, (2). Recuperado el 17 de febrero de 2020: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=963199>

Bisquerra Alzina, R. (2009) *Psicopedagogía de las emociones*. España: Síntesis

Bisquerra Alzina, R. (2016a) 10 ideas claves. Educación Emocional. *Revista Ideas Claves*. Vol. 26. España: Grao

Bisquerra Alzina, R. (2016b). Educación emocional. Documento inédito elaborado para las *I Jornadas del Máster en Resolución de Conflictos en el Aula*. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://online.ucv.es/resolucion/files/Bisquerra-R.-2016.-Educaci%C3%B3n-emocional.pdf>

Bisquerra Alzina, R., y Hernández Paniello, S. (2017) Psicología Positiva, Educación Emocional y el programa Aulas Felices. *Revista Papeles del Psicólogo*. Vol. 38, (1), pp. 58-65. España: Consejo General de la Psicología de España. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5842356>

Bisquerra Alzina, R., y Pérez Escoda, N. (2007) Las competencias emocionales. *Revista Educación XXI*. Vol.10, pp.61-82. Universidad de Barcelona. Facultad de educación UNED, España Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://online.ucv.es/resolucion/files/Bisquerra-R.-y-P%C3%A9rez-N.-2007.-Las-competencias-emocionales.pdf>

Cano-Vindel, A., y Miguel-Tobal, J. J. (2001) Emociones y Salud. *Revista Ansiedad y Estrés*. Vol. 7, (2-3), pp. 111-121. España. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: https://www.researchgate.net/publication/230577062_Emociones_y_Salud

Casanova, F. (2003) *Formación Profesional y Relaciones Laborales*. Montevideo: Cinterfor. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: https://www.oei.es/historico/etp/formacion_profesional_relaciones_laborales.pdf

Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning CASEL (s.f.) *Core SEL Competencies*. [Competencias nucleares SEL]. Chicago, Estados

Unidos. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://casel.org/core-competencies/>

Contreras, F., y Esguerra G. (2006) Psicología Positiva: Una nueva perspectiva. *Revista Diversitas*. Vol. 2, (2), pp. 311-319. Bogotá, Colombia. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982006000200011

Cohen, J. (2006) Social, Emotional, Ethical, and Academic Education: Creating a Climate for Learning, Participation in Democracy, and Well-Being. *[Educación social, emocional y ética: Creando un clima para el aprendizaje, participación en democracia, y bienestar]* *Revista Harvard Educational Review*. Vol. 76, (2), pp.201-237. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: https://10thgradecommunityhealth.weebly.com/uploads/5/7/2/6/5726625/reflecting_on_social_emotional_learning_-_a_critical_perspective_on_trends_in__the_united_states_.pdf

Cooper, A. ,y Petrides, K. V. (2010) *Cuestionario de Inteligencia Emocional Rasgo (Versión Corta) (TEIQue-SF)* Recuperado el 18 de febrero de 2020 de: <http://www.personales.ulpgc.es/fguillen.dps/cuestionarios/CUESTIONARIO-INTELIGENCIA-EMOCIONAL-RASGO-VERS-CORTA.pdf>

Cronbach, L. (1951) Coefficient Alpha and the internal structure of tests *[Coeficiente Alpha y la estructura interna de los tests]* *Revista Psychometrika*. Vol. 16, (3), pp. 297-334. Recuperado el 18 de febrero de 2020 de: http://cda.psych.uiuc.edu/psychometrika_highly_cited_articles/cronbach_1951.pdf

Delors, J., Al Mufti, I., Amagi, I., Cameiro, R., Chung, F., Geremek, B., Gorham, W., Komhauser, A., Manley, M., Padrón Quero, M., Savané, M., Singh, K., Stavenhagen, R., Suhr, M., y Stavenhagen, R. (1996) La educación

encierra un tesoro. *Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI*. Madrid. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://es.slideshare.net/marrisan/jacques-delors-la-educacin-encierra-un-tesoro-informe-unesco>

Echegaray, E. (1887a) *Diccionario General Etimológico de la Lengua Española*, Vol. 02. Madrid. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://archive.org/details/diccionariogener02echeuoft>

Echegaray, E. (1887b) *Diccionario General Etimológico de la Lengua Española*, Vol. 03. Madrid. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://archive.org/details/diccionariogener03echeuoft>

Federación de Psicólogos de la República Argentina (Fe.P.R.A) (2013) *Código de Ética*. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://www.fepra.org.ar/feprav3/node/220>

Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (sin fecha) *Adaptación del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai*. Recuperado el 18 de febrero de 2020 de: <http://emotional.intelligence.uma.es/pdfs/TMMS24%20con%20referencias.pdf>

Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2005) La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. Vol. 19, (3), pp. 63-93. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF61Modelo_de_Mayer_Salovey.pdf

Forns, M. (1994) El psicólogo en el contexto educativo. *Revista Anuario de Psicología*. (63), pp. 187-221. Barcelona, España: Universitat de Barcelona. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2946999>

- Fragoso-Luzariaga, R. (2015) Inteligencia Emocional y Competencias Emocionales en Educación Superior ¿Un mismo concepto? *Revista Iberoamericana de Educación Superior*. Vol. 6, (16), pp 110-125. Distrito Federal, México. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722015000200006
- Fundación Educación Emocional (sin fecha) *Proyecto de Ley. Ley de Educación Emocional*. Recuperado el 17 de febrero de 2020: <http://fundacioneducacionemocional.org/ley-educacion-emocional/>
- Gaeta, M. L., Márquez, M. C., Escolano, E., y Herrero, M. L. (2014) La Inteligencia Emocional en el Desarrollo Integral de la Persona. S. Orejudo Hernández, F. Royo Más, J. L. Soler Nagés y L. Aparicio Moreno (Ed.) *Revista Inteligencia Emocional y Bienestar. Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones* (pp. 150-159). Zaragoza, España: Universidad de Zaragoza. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: https://www.psicoaragon.es/sites/default/files/libro_inteligenciareducido.pdf
- Goldstein, A. (1978) *Escala de Habilidades Sociales*. Recuperado el 18 de febrero de 2020 de: <http://cerrito.gob.ar/index2012/wp-content/uploads/2015/06/Habilidades-sociales-test-1.pdf>
- González Morga, N., González Lorente, C., y Martínez Clares, P. (2016) ¿Dominan los estudiantes de psicología las Competencias Transversales?: Un estudio de casos. *Revista Psicología y Educación: Presente y Futuro*. Pp. 1138-1147. Alicante: ACIPE. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/64295>
- Gordon, R., Ji, P., Mulhall, P., Shaw, B. ,y Welssberg, R. (2011) Social and Emotional Learning for Illinois Students: Policy, Practice and Progress Traits [Aprendizaje social y emocional para estudiantes de Illinois: Política, práctica y progreso] *Institute of Government & Public Affairs. The Illinois Report 2011*. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de:

<https://casel.org/wp-content/uploads/2016/06/social-and-emotional-learning-for-illinois-students-policy-practice-and-progress-ilovepdf-compressed.pdf>

Hernández Sampieri, R. (2014) *Metodología de la Investigación* (6ª ed.). México: McGraw-Hill

International Association of Applied Psychology (2016) International Declaration on Core Competences in Professional Psychology [*Declaración internacional sobre las competencias básicas en el profesional psicólogo*] Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://www.iupsys.net/dotAsset/1fd6486e-b3d5-4185-97d0-71f512c42c8f.pdf>

Ley N° 24,521 (20 de Julio de 1995) *Ley de Educación Superior* Argentina. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/25000-29999/25394/texact.htm>

Luengo Navas, J. (2004) La educación como objeto de conocimiento. El concepto de educación. En M. M. Del Pozo Andrés (Ed.) *Teorías e instituciones contemporáneas de educación* (pp. 45-59) España: Biblioteca Nueva. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://www.ugr.es/~fjjrios/pce/media/1-EducacionConcepto.pdf>

Medrano, A., y Trógolo, M. (2014) Validación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Revista Universitas Psychologica*. Vol. 13, (4). Bogotá, Colombia. Recuperado el 18 de febrero de 2020 de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v13n4/v13n4a10.pdf>

Melero, J. C. (2010). Habilidades para la vida: Un modelo para educar con sentido. En *II Seminario de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud*. Zaragoza. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://docplayer.es/14721005-Habilidades-para-la-vida-un-modelo-para-educar-con-sentido.html>

- Mikulic, I., Crespi, M., y Radusky, P. (2015) Construcción y validación del inventario de competencias socioemocionales para adultos (ICSE). *Revista Interdisciplinaria*. Vol. 2, (32). Buenos Aires, Argentina. Recuperado el 18 de febrero de 2020 de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18043528007>
- Mora, F. (2012) *¿Qué son las emociones?* R. Bisquerra Alzina (Coord.) *¿Cómo educar las emociones?: La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Cuadernos FAROS. España: Hospital Sant Joan de Déu.
- Morales, G., Menares, M. A, y Pérez, J. C. (2003) Procesos emocionales de cuidado y riesgo en profesionales que trabajan con el sufrimiento humano. *Revista de Psicología*. Vol. 12, (1), pp. 9-25. Santiago, Chile: Universidad de Chile. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/122174/procesos-emocionales-de-cuidado-y-riesgo-en-profesionales-que-trabajan-con-el-sufrimiento-humano.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Muñoz, N.V. (2015) *Inteligencia Emocional en estudiantes de Psicología*. (Tesina). Universidad de Aconcagua, Mendoza. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/488/tesis-4179-inteligencia.pdf
- Murray, T. (2009) What is the Integral in Integral Education? From progressive pedagogy to integral pedagogy. [*¿Qué es lo integral en la educación integral? De la pedagogía progresiva a la pedagogía integral*] *Journal Integral Review*. Vol. 5, (1), pp. 96-133. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://www.integral-review.org/documents/Murray,%20Integral%20Pedagogy%20Vol.%205%20No.%201.pdf>
- Naranjo Sepúlveda, S. (2019) *Competencias emocionales de las agentes educativas del Hogar Infantil el Ensueño de la Ciudad de Medellín 2018*. (Tesis de Especialización en Psicología Educativa). Corporación

Universitaria Lasallista. Caldas: Antioquia. Recuperado el 18 de Octubre del año 2020 en: http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/2527/1/Competencias_emocionales_agentes_educativas_hogar_infantil.pdf

National Research Council. (2011) *Assessing 21st century skills: Summary of a workshop* [Evaluación de habilidades del siglo XXI: resumen de un taller] Washington, DC: The National Academies Press. Recuperado el 8 de agosto de 2019 de: <https://www.nap.edu/read/13215/chapter/4#40>

Omar, A., Salessi, S., Urteaga, F., y Vaamonde, J. D. (2013) Validación transcultural de la Escala de Inteligencia Emocional de Schutte. *Revista Diversitas- Perspectivas en Psicología*. Vol. 10, (2), pp. 261-274. Rosario, Argentina. Recuperado el 18 de febrero de 2020 de: <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v10n2/v10n2a06.pdf>

Organización Mundial de la Salud [WHO] (1997) *Life skills education for children and adolescents in schools* [Habilidades para la vida. Educación para niños y adolescentes en las escuelas] Programme on mental health. Geneva. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63552/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pérez-Escoda, N., Bisquerra Alzina, R., Filella, G. R., y Soldevila, A. (2010) Construcción del Cuestionario de Desarrollo Emocional de Adultos (QDE-A). *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*. Vol. 21, (2), pp. 367-379. Madrid, España. Recuperado el 18 de febrero de 2020 de: <http://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/11539/11015>

Pérez Escoda, N., y Ribera Cos, A. (2014) Las competencias emocionales en los procesos de inserción laboral. *REOP - Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*. Vol. 20, (3), pp. 251-256. Recuperado el 18 de octubre de 2020 de: <http://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/11500/10981>

Petrides, K. V.; Furnham, A. (2001) Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. [Inteligencia emocional rasgo: investigación psicométrica. Con referencia a las taxonomías establecidas] *European Journal of Personality*. Vol. 15, pp. 425-448. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: [http://www.psychometriclab.com/adminsdata/files/EJP%20\(2001\)%20-%20T_EI.pdf](http://www.psychometriclab.com/adminsdata/files/EJP%20(2001)%20-%20T_EI.pdf)

Red Graduados y Asociación Colombus (2006) *Manual de instrumentos y recomendaciones sobre el seguimiento de egresados*. Monterrey: Alpha-Europe Aid. Recuperado el 25 de febrero de 2020 de: https://www.almalaurea.it/sites/almalaurea.it/files/docs/universita/altro/re_d_gradua2.pdf

Resolución CONEAU N°159/11 (2011) [Comisión Nacional de Evaluación y Acreditación Universitaria]. Convocatoria para la acreditación de carreras de grado de Psicología y Licenciatura en Psicología. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://www.coneau.gob.ar/archivos/form11psico/GAPsicologia.doc>

Resolución Ministerial N° 343/09 (2009) [Ministerio de Educación de la Nación] *Anexo I: Contenidos curriculares básicos para las carreras de Licenciatura en Psicología y Psicología*. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <http://www.coneau.gob.ar/archivos/form11psico/RM034309.pdf>

Riquelme Jiménez, C. J. (2013) La competencia emocional en los módulos profesionales de la especialidad de información y orientación laboral. Una aproximación a su análisis teórico-práctica en la formación profesional. *Multitarea: Revista de didáctica*. (6), pp. 265-309. España: Universidad de Castilla- La Mancha. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: <https://studylib.es/doc/8193868/multi%C3%A1rea--revista-de-did%C3%A1ctica--n%C2%BA-6---universidad-de-ca...>

Romero Pérez, C., y Pereira Domínguez, C. (2011) El enfoque positivo de la educación: aportaciones al desarrollo humano. *Revista Interuniversitaria*.

Vol. 23, (2), pp- 69-89. España: Ediciones Universidad de Salamanca.
Recuperado el 17 de febrero de 2020 de:
<http://revistas.usal.es/index.php/1130-3743/article/view/8646>

Saarni, C. (1999) A skill-based model of Emotional Competence: A developmental perspective [*Un modelo de competencia emocional basado en habilidades: una perspectiva de desarrollo*] Trabajo presentado en *Emotion Management in Interpersonal Relationships: Converging Evidence and Theoretical Models*. California, Estados Unidos: Universidad estatal de Sonoma. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de:
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED430678.pdf>

Tobón, S. (2005) *Formación basada en competencias* (2ª Ed.). Bogotá: Ecoe Ediciones. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de:
http://200.7.170.212/portal/images/documentos/formacion_basada_competencias.pdf

UNESCO (1998) *Declaración mundial sobre la educación superior en el siglo XXI: visión y acción*. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de:
https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000113878_spa

Universidad Católica de Salta (sin fecha a) *Institucional. La Universidad*. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de:
<http://www.ucasal.edu.ar/institucional-universidad>

Universidad Católica de Salta (sin fecha b) *Licenciatura en Psicología*. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de:
<http://www.ucasal.edu.ar/carreras/licenciatura-psicologia.htm>

Vázquez, M., Francica, P., y Sosa, R. (2014) Desempeño académico universitario y perfil cognitivo-emocional. *Revista Tesis Psicológica*. Vol. 9, (1), pp.86-101. Bogotá, Colombia: Fundación Universitaria Los Libertadores. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de:
<https://revistas.libertadores.edu.co/index.php/TesisPsicologica/article/view/355>

Zicavo Martínez, N., Morales, M., Saavedra, E., Pino, M., y Ricci, E. (2015) La formación del psicólogo en América Latina: Enfrentando nuevos desafíos. E. Barrero Cuellar (Coord.) *Formación en Psicología: Reflexiones y propuestas desde América Latina*. pp.213-237. Bogotá, Colombia: Alfepsi. Recuperado el 17 de febrero de 2020 de: https://www.researchgate.net/publication/283461908_La_Formacion_del_psicologo_en_America_Latina_enfrentando_nuevos_desafios

Notas

4: Core Competences in Professional Psychology

PSYCHOLOGICAL KNOWLEDGE AND SKILLS UNDERPINNING THE CORE COMPETENCES		DESCRIPTIONS	
KN	Possesses the necessary knowledge		
		KN1	Has the necessary foundational knowledge of psychological concepts, constructs, theories, methods, practice, and research methodology to support competence
		KN2	Has the necessary specialised knowledge of psychological concepts, constructs, theory, methods, practice, and research methodology relating to own areas to support competence
SK	Possesses the necessary skills		
		SK1	Has the necessary basic skills to support competence in psychological practice
		SK2	Has the necessary specialised skills to operate in own areas of psychological practice to support competence
PROFESSIONAL BEHAVIOUR COMPETENCES		DESCRIPTIONS	
PE	Practices ethically		
		PE1	Applies relevant ethics codes in one's professional practice and conduct
		PE2	Adheres to relevant laws and rules in one's professional practice and conduct
		PE3	Resolves ethical dilemmas in one's professional practice using an appropriate approach

AP Acts professionally


- AP1 Follows accepted best practice in psychology
- AP2 Maintains competence as a psychologist
- AP3 Operates within the boundaries of one's own competence
- AP4 Consults peers, supervisors, or other relevant sources when appropriate
- AP5 Makes referrals to relevant others when appropriate
- AP6 Chooses appropriate courses of action in response to unpredictable and complex events

ER Relates appropriately to clients and others

- ER1 Establishes, maintains, and develops appropriate working relationships with clients and relevant others
- ER2 Establishes, maintains, and develops appropriate working relationships with colleagues in psychology and other professions

WD Works with diversity and demonstrates cultural competence

- WD1 Works with knowledge and understanding of the historical, political, social, and cultural context of clients, colleagues, and relevant others
- WD2 Demonstrates cultural humility
- WD3 Identifies, acknowledges, and respects diversity in relevant others
- WD4 Recognizes the impact of one's own values, beliefs, and experiences on one's professional behaviour, clients, and relevant others
- WD5 Works and communicates effectively with all forms of diversity in clients, colleagues, and relevant others
- WD6 Is inclusive of all forms of diversity in working with clients, colleagues, and relevant others

EP	Operates as an evidence-based practitioner	EP1	Adopts an evidence-based orientation to the provision of assessments, interventions, service delivery, and other psychological activities
		EP2	Consults psychological and other relevant research to inform practice
		EP3	Recognizes the limitations of the evidence available to inform practice
SR	Reflects on own work	SR1	Evaluates the efficacy of one's activities and service provision
		SR2	Reflects on and implements areas for improvement in one's practice
		SR3	Reflects on one's own values and beliefs and the impact they may have on one's practice
		SR4	Validates reflections with peers or supervisors, when appropriate
PROFESSIONAL ACTIVITIES COMPETENCES		DESCRIPTIONS	
SG	Sets relevant goals	SG1	Develops goals based on needs analysis
		SG2	Aligns goals with those of clients and others
PA	Conducts psychological assessments and evaluations	PA1	Identifies assessment or evaluation needs in individuals, groups, communities, organizations, systems, or society
		PA2	Selects, designs, or develops assessments or evaluations, using methods appropriate for the goals and purposes of the activity
		PA3	Delivers assessments or evaluations, including administration, scoring, interpretation, feedback, and reporting of results

PI	Conducts psychological interventions	PI1	Plans and carries out psychological interventions with individuals, groups, communities, organizations, systems, or society
		PI2	Designs, develops, and evaluates the potential usefulness and effectiveness of psychological interventions, using methods appropriate for the goals and purposes of the intervention
		PI3	Integrates assessment and other information with psychological knowledge to guide and develop psychological interventions
		PI4	Evaluates the usefulness and effectiveness of one's own interventions
		PI5	Uses evaluation results to review and revise interventions as necessary
		PI6	Provides guidance and advice to other relevant parties involved in the psychological intervention

CO	Communicates effectively and appropriately	CO1	Communicates with diverse audiences as necessary for the effective conduct of one's professional activities
		CO2	Provides relevant and clear feedback, reporting and guidance to clients and relevant others
		CO3	Provides clear and objective information on psychological matters to relevant audiences

ANEXOS

Anexo N° 1: Notas dirigidas a la institución universitaria

Salta, 16 de Septiembre de 2020

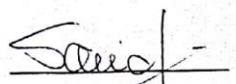
Lic. Sonia Edith Guijarro Cardenas

S ____ / ____ D

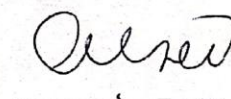
Mediante la presente nota me dirijo a usted a fin de solicitar autorización para la recolección de datos para el Trabajo Final de Grado "Competencias Emocionales en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta" cuyo proyecto fue aprobado por tribunal en el mes de Diciembre del 2019. Dicha recolección de datos, será realizada por medio de la aplicación de una Escala de Likert en modalidad online a estudiantes del 5to quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología inscriptos en el año 2020.

Muchas gracias por su atención y esperando una respuesta favorable.

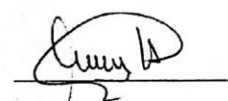
Saludo a usted muy atentamente.



Lic. Sonia Edith Guijarro
Cardenas



Lic. Carina Emilia Salas
Machuca



Lorena Milagro Arroyo

Carina Salas Machuca
Lic. en Psicología
M.P. 331
M.E. 111

Salta, 16 de Septiembre de 2020

Lic. Sonia Edith Guijarro Cardenas

S ____ / ____ D

Mediante esta nota me dirijo a usted a fin de solicitar información para la recolección de datos para el Trabajo Final de Grado "Competencias Emocionales en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta" cuyo proyecto fue aprobado por tribunal en el mes de Diciembre del 2019. Dicha recolección de datos, será realizada por medio de la aplicación de una Escala de Likert, en modalidad online a estudiantes de 5to quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología inscriptos en el año 2020.

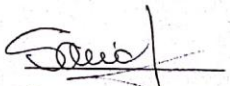
Por ello mismo, solicito a usted, las listas de estudiantes inscriptos en materias de quinto año de la carrera, correspondientes al segundo semestre del año 2020. Tales asignaturas son:

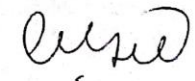
- Psicología clínica II
- Metodología de la investigación II
- Práctica Pre Profesional Laboral
- Práctica Pre Profesional Educacional
- Práctica Pre Profesional Socio-Comunitaria
- Práctica Pre Profesional Jurídico Forense
- Práctica Pre Profesional Clínica

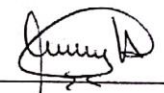
Sólo de este modo, será posible realizar el muestreo probabilístico correspondiente, para que la investigación sea válida científicamente y de este modo, posibilitar la generalización de los datos obtenidos a la población del trabajo de investigación.

Muchas gracias por su atención y esperando una respuesta favorable.

Saludo a usted muy atentamente.


Lic. Sonia Edith Guijarro
Cardenas


Lic. Carina Salas Machuca


Lorena Milagro Arroyo

Carina Salas Machuca
Lic. en Psicología
M.P. 331
111

Anexo N° 2: Instrumento

Tabla 35

Instrumento original para administración de modo presencial

N°	Ítem	de	de		Ni de acuerdo ni en		en	en
		Totalmente acuerdo	Bastante acuerdo	De acuerdo	desacuerdo	En desacuerdo	Bastante desacuerdo	Totalmente desacuerdo
1	Reconozco fácilmente mis emociones							
2	Me resulta difícil exteriorizar mis pensamientos a mis conocidos							
3	Cuando veo a alguien estresado/a o ansioso/a, puedo calmarlo fácilmente							
4	Cuando me siento triste, reflexiono porqué me siento de esa forma							
5	Trato de ayudar a otras personas cada vez que puedo							
6	Puedo iniciar una conversación con facilidad							
7	No soporto cuando otras personas son diferentes a mí							
8	Cuando percibo que otra persona se siente triste, trato de ayudarla o acompañarla							
9	Cuando siento ira, no puedo controlar mis acciones							
10	Cuando una situación puede llegar a ser conflictiva, hago lo posible para intentar que no lo sea							

N°	Ítem	de Totalmente acuerdo	de Bastante acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	en Bastante desacuerdo	en Totalmente desacuerdo
11	Ayudo a calmar a la otra persona cuando está enojada, para que reaccione apropiadamente							
12	Siento que he alcanzado mi realización personal							
13	Mis pensamientos me ayudan a enfocarme en lo que es importante para mi							
14	Expreso mis opiniones sabiendo que las del otro pueden ser distintas a las mías							
15	Cuando no me siento bien, realizo acciones que me generan placer							
16	No me siento satisfecho/a conmigo mismo/a							
17	Entiendo fácilmente lo que los demás me quieren comunicar							
18	Puedo calmarme cuando siento miedo							
19	Participo responsablemente en actividades ciudadanas							
20	No importa qué cosas esté atravesando, trato de tener una actitud positiva							
21	Puedo tener conversaciones profundas sobre mis sentimientos con personas que conozco							
22	Hago lo que me dicen los demás, sin importar lo que yo piense							
23	Respeto a los demás, incluso si son diferentes a mí							

N°	Ítem	de Totalmente acuerdo	de Bastante acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	en Bastante desacuerdo	en Totalmente desacuerdo
24	Me importan las consecuencias que pueden tener mis comportamientos							
25	Tengo dificultad para hacer amigos							
26	Me cuesta mantenerme motivado/a							
27	Cuando converso con alguien, no escucho todo lo que me dice							
28	Cuando me siento triste, es culpa de los otros							
29	Utilizo técnicas de estabilización cuando lo necesito							
30	Tengo inconvenientes para reconocer con precisión las emociones de los demás							
31	Me resulta fácil ponerme de acuerdo con otras personas cuando trabajamos en equipo							
32	Si no pude resolver alguna situación, busco nuevas formas de solucionarla							
33	Puedo identificar cuándo una situación puede resultar conflictiva.							
34	Entiendo por qué respondo de la forma en que lo hago							
35	Sé que las cosas no siempre pueden resultar de la manera que yo quiero							
36	No sé cómo manejar situaciones estresantes, de manera que se extienden en el tiempo							

N°	Ítem	de	de		Ni de acuerdo ni en		en	en
		Totalmente acuerdo	Bastante acuerdo	De acuerdo	desacuerdo	En desacuerdo	Bastante desacuerdo	Totalmente desacuerdo
37	Cuando realizo una actividad, me concentro en ella							
38	No soy capaz de promover emociones positivas a otras personas							
39	No pido ayuda cuando tengo un conflicto que no puedo resolver solo/a							
40	Hago cosas, aun cuando no me agradan, por temor a las consecuencias							
41	Considero que soy capaz de crear situaciones que me permiten obtener mi bienestar personal							
42	Cuando me ocurre algo malo, trato de tomar la situación como un momento de aprendizaje							
43	Escucho atentamente al otro, sin interrumpirlo							
44	Realizo actividades en las que siento tanto placer que parece que el tiempo pasa volando							
45	Encuentro difícil dominar mis emociones							
46	Dejo que los demás tomen decisiones por mí							
47	Sé cómo se denominan las emociones que siento							
48	Acepto opiniones diferentes a las mías							
49	Me propongo objetivos claros y realistas							

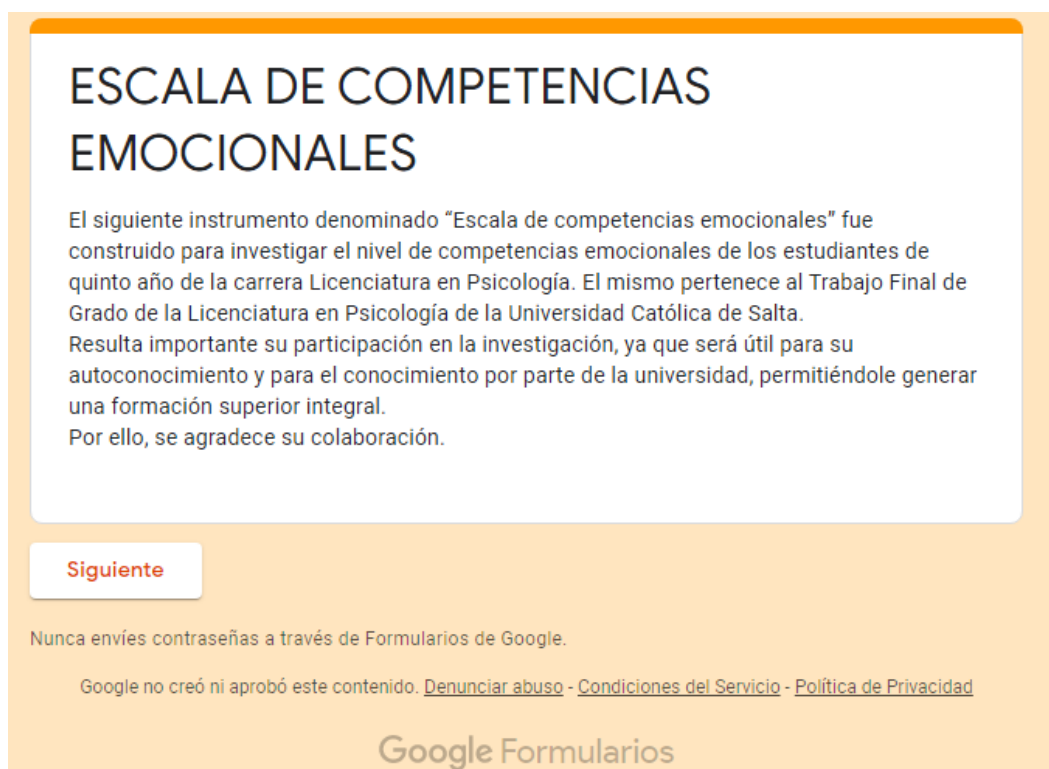
N°	Ítem	de Totalmente acuerdo	de Bastante acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	en Bastante desacuerdo	en Totalmente desacuerdo
50	Me resulta difícil adaptarme a nuevas circunstancias							
51	Cuando me ocurre algo malo, no tengo ganas de seguir intentando							
52	Sé que cuando tengo pensamientos positivos, me siento mejor							
53	No sé qué hacer cuando tengo un problema							
54	Mis objetivos en la vida están dirigidos a mi bienestar y al de los demás							
55	Puedo relacionarme con personas de otras culturas, etnias o religiones							
56	Encuentro difícil explicar mis emociones a otros, incluso cuando quiero hacerlo							
57	Sé que cuando siento alguna emoción, mi comportamiento puede verse afectado							
58	Cuando me siento triste, pienso qué hacer con eso							
59	Disfruto profundamente cuando escucho música, leo un libro, veo una película o realizo cualquier otra actividad placentera para mí							
60	Trato de calmar mi enojo, para no reaccionar inapropiadamente con otras personas							
61	Depende de mí, cambiar lo que me pasa o cómo me siento							

N°	Ítem	de		de	de	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	en	en
		Totalmente acuerdo	Bastante acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo			Bastante desacuerdo	Totalmente desacuerdo
62	No estoy contento/a con mi vida								
63	Me resulta fácil alentar a otras personas para que cumplan objetivos								
64	No sé qué hacer para calmarme cuando me altero, por lo cual termino sintiéndome de esa forma por mucho tiempo								
65	Cuando alguien me hace daño, respondo del mismo modo								
66	Trato de crear un clima positivo cuando estoy con otras personas								
67	No puedo tranquilizarme cuando estoy enojado/a								
68	Me relaciono adecuadamente con los demás								
69	Me involucro emocionalmente en las actividades cotidianas que realizo								

Comentarios o sugerencias:

Figura 25

Presentación del instrumento en Google Drive



The image shows a Google Form interface with an orange header and footer. The main content area is white with a light orange border. The title 'ESCALA DE COMPETENCIAS EMOCIONALES' is in large, bold, black capital letters. Below the title is a paragraph of text explaining the purpose of the instrument. At the bottom of the form, there is a 'Siguiente' button, a disclaimer about not sending passwords, and links for reporting abuse, terms of service, and privacy policy. The Google Forms logo is at the very bottom.

ESCALA DE COMPETENCIAS EMOCIONALES

El siguiente instrumento denominado "Escala de competencias emocionales" fue construido para investigar el nivel de competencias emocionales de los estudiantes de quinto año de la carrera Licenciatura en Psicología. El mismo pertenece al Trabajo Final de Grado de la Licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Salta. Resulta importante su participación en la investigación, ya que será útil para su autoconocimiento y para el conocimiento por parte de la universidad, permitiéndole generar una formación superior integral. Por ello, se agradece su colaboración.

Siguiente

Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

Google no creó ni aprobó este contenido. [Denunciar abuso](#) - [Condiciones del Servicio](#) - [Política de Privacidad](#)

Google Formularios

Figura 26

Consentimiento informado previo al instrumento en Google Drive



ESCALA DE COMPETENCIAS EMOCIONALES

*Obligatorio

Consentimiento informado

Su participación es libre y voluntaria, usted puede aceptarla o no. También puede interrumpir su participación cuando lo desee, en caso de considerar que no se esté obteniendo efectos deseados. Las respuestas que otorgue serán confidenciales y anónimas. Los resultados serán expuestos en el Trabajo Integrador Final de forma generales, y nunca como datos individuales.

Si deseas retirarte de la investigación por cualquier razón o tienes alguna duda sobre la misma, puedes contactarte con la investigadora Lorena Milagro Arroyo, Email: lma_mily@hotmail.com

Acepto participar de esta investigación *

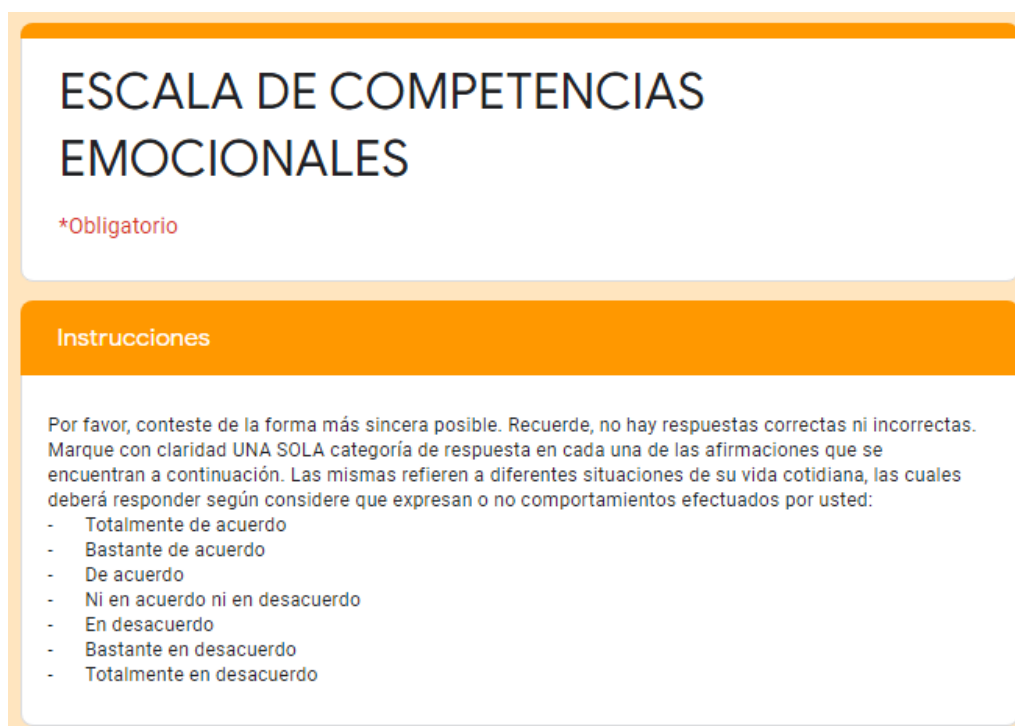
☐ Sí

☐ No

Atrás **Siguiente**

Figura 27

Instrucciones del instrumento en Google Drive



The image shows a Google Drive document titled "ESCALA DE COMPETENCIAS EMOCIONALES". Below the title, it says "*Obligatorio". There is an orange header bar with the word "Instrucciones" in white. The main text area contains instructions for the user to answer honestly and select one response category for each statement. A list of seven response categories is provided: Totalmente de acuerdo, Bastante de acuerdo, De acuerdo, Ni en acuerdo ni en desacuerdo, En desacuerdo, Bastante en desacuerdo, and Totalmente en desacuerdo.

ESCALA DE COMPETENCIAS EMOCIONALES

*Obligatorio

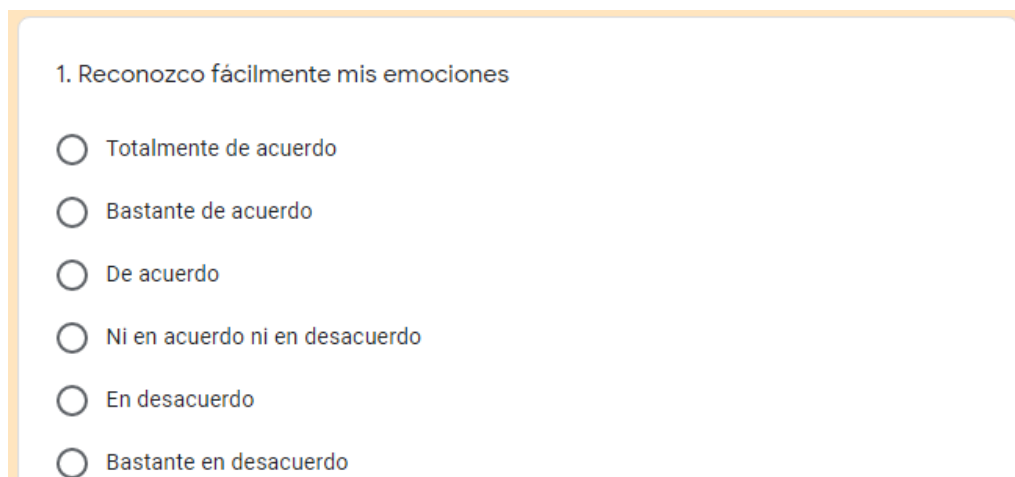
Instrucciones

Por favor, conteste de la forma más sincera posible. Recuerde, no hay respuestas correctas ni incorrectas. Marque con claridad UNA SOLA categoría de respuesta en cada una de las afirmaciones que se encuentran a continuación. Las mismas refieren a diferentes situaciones de su vida cotidiana, las cuales deberá responder según considere que expresan o no comportamientos efectuados por usted:

- Totalmente de acuerdo
- Bastante de acuerdo
- De acuerdo
- Ni en acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo
- Bastante en desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

Figura 28

Ejemplo del primer ítem del instrumento en Google Drive



The image shows a Google Drive document displaying the first item of the scale: "1. Reconozco fácilmente mis emociones". Below this statement, there are seven radio button options corresponding to the response categories: Totalmente de acuerdo, Bastante de acuerdo, De acuerdo, Ni en acuerdo ni en desacuerdo, En desacuerdo, Bastante en desacuerdo, and Totalmente en desacuerdo.

1. Reconozco fácilmente mis emociones

- ☐ Totalmente de acuerdo
- ☐ Bastante de acuerdo
- ☐ De acuerdo
- ☐ Ni en acuerdo ni en desacuerdo
- ☐ En desacuerdo
- ☐ Bastante en desacuerdo
- ☐ Totalmente en desacuerdo

Anexo N° 3: Prueba piloto online del instrumento

Tabla 36

Resumen de puntajes directos de los casos de la prueba piloto

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
@ 1	0	6	6	5	5	5	4	5	5	6	5	4	5	6	5
@ 2	0	4	0	0	4	5	2	2	4	0	6	1	2	5	0
@ 3	0	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	5	3	5
@ 4	0	5	3	6	4	6	5	6	5	6	4	5	5	6	5
@ 5	0	6	4	6	2	6	5	6	6	4	6	6	6	4	4
@ 6	0	5	4	1	5	5	6	4	6	6	5	3	5	5	6
@ 7	0	5	6	3	6	5	3	6	5	6	5	6	6	3	4
@ 8	0	5	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	3
@ 9	0	6	6	2	6	1	2	5	6	6	5	6	5	3	4
@ 10	0	5	3	6	3	4	4	5	3	3	4	4	5	2	4
@ 11	0	3	3	4	3	5	3	4	5	5	5	5	5	3	3
@ 12	0	1	4	6	2	3	4	3	2	4	3	4	5	0	3
@ 13	0	5	5	6	6	4	4	4	4	6	5	6	4	4	6

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
@ 14	0	6	6	3	6	5	4	4	4	6	5	5	5	4	6
@ 15	0	6	2	4	4	5	4	5	3	6	5	6	4	3	6
@ 16	0	3	3	3	3	5	3	3	2	6	5	5	3	5	5
@ 17	0	6	5	2	4	5	4	3	4	4	4	4	3	5	5
@ 18	0	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	3	5	4	5
@ 19	0	2	4	4	4	5	4	4	5	4	2	4	6	3	6
@ 20	0	5	3	6	5	5	4	4	6	6	6	5	5	2	6
@ 21	0	6	6	4	5	6	4	4	6	6	5	4	4	6	6
@ 22	0	5	5	3	5	4	4	6	4	6	4	5	3	5	5
@ 23	0	5	4	4	6	5	4	6	6	4	5	6	6	4	5
@ 24	0	5	3	5	4	5	4	6	6	6	3	4	6	5	6
@ 25	0	5	3	0	6	5	3	3	4	6	5	2	6	3	4
@ 26	0	1	3	2	3	5	2	3	3	6	5	5	5	3	3
@ 27	0	6	6	3	3	6	3	6	4	3	5	6	3	4	3
@ 28	0	6	6	6	6	5	4	4	6	6	4	4	4	5	4

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
@ 29	0	1	3	5	4	5	4	2	3	3	2	4	4	0	5
@ 30	0	6	3	2	5	5	3	4	4	6	5	2	6	4	4
@ 31	0	5	3	2	5	5	4	4	4	5	5	4	3	4	3
@ 32	0	5	5	6	5	5	4	4	5	6	5	4	4	4	4
@ 33	0	5	5	6	5	6	4	4	6	6	5	5	5	4	5
@ 34	0	6	4	6	4	4	3	5	5	6	5	4	5	4	6
@ 35	0	6	6	6	6	6	4	6	5	6	5	4	6	6	5
@ 36	0	5	4	2	3	4	3	3	4	6	5	4	4	5	4
@ 37	0	6	6	6	4	5	3	4	6	6	5	4	5	5	4
@ 38	0	5	2	6	4	6	4	4	6	6	5	6	5	4	5
@ 39	0	1	0	1	5	6	4	4	3	6	5	3	5	4	4
@ 40	0	6	3	3	4	5	3	4	3	2	4	6	2	3	2
@ 41	0	5	5	6	5	5	4	4	4	6	5	6	5	4	6
@ 42	0	6	6	6	5	6	4	5	6	6	5	5	5	4	6
@ 43	0	5	6	6	4	5	4	5	4	5	4	4	4	5	5

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
@ 44	0	4	5	6	4	5	4	3	3	6	5	6	6	4	5
@ 45	0	4	5	2	2	2	3	3	6	6	5	5	6	3	5
@ 46	0	3	6	6	5	2	4	6	5	6	5	6	3	4	6
@ 47	0	6	4	3	4	6	3	3	4	6	4	4	6	4	6
@ 48	0	5	6	5	5	6	4	5	6	5	5	5	5	4	5
@ 49	0	4	6	6	5	6	4	4	4	6	5	4	3	4	5
@ 50	0	2	6	6	1	5	3	3	4	6	5	4	3	4	4
@ 51	0	2	6	2	3	2	3	4	4	4	5	5	4	3	5
@ 52	0	6	6	6	4	6	4	5	4	6	5	5	5	2	5
@ 53	0	4	5	4	5	3	3	4	6	6	5	5	5	5	5
@ 54	0	5	6	6	4	5	4	6	5	6	5	4	5	3	5
@ 55	0	6	4	5	6	6	4	6	6	6	5	6	6	6	5
@ 56	0	3	0	2	5	1	2	4	4	1	5	3	5	6	5
@ 57	0	6	6	4	4	5	4	5	4	6	4	5	6	4	5
@ 58	0	6	3	5	4	6	5	4	4	6	5	4	5	4	5

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
@ 59	0	6	6	6	6	6	5	6	6	6	5	6	6	4	6
@ 60	0	6	4	4	3	5	4	4	6	6	5	5	6	2	4
@ 61	0	6	4	6	4	6	6	5	6	6	5	4	6	5	6
@ 62	0	2	6	4	4	6	3	4	4	6	6	6	6	3	6
@ 63	0	4	3	6	4	6	4	5	4	6	4	1	5	4	4
@ 64	0	3	3	4	5	2	3	4	6	6	5	5	6	4	5
@ 65	0	5	6	6	6	3	4	4	6	5	5	4	5	3	6
@ 66	0	4	5	6	6	5	5	3	6	6	5	5	4	3	6
@ 67	0	1	3	1	6	2	2	4	2	6	5	3	2	2	4
@ 68	0	5	4	3	5	5	4	4	5	6	5	5	5	4	4
@ 69	0	3	3	6	4	6	4	4	4	4	5	4	6	4	6

Anexo N° 4: Confiabilidad del instrumento

Figura 29

Confiabilidad de variable competencia emocional global

SUJETO	@1	@2	@3	@4	@5	@6	@7	@8	@9	@10	@11	@12
1	6	4	5	5	6	5	5	5	6	5	3	1
2	6	0	4	3	4	4	6	4	6	3	3	4
3	5	0	4	6	6	1	3	4	2	6	4	6
4	5	4	4	4	2	5	6	4	6	3	3	2
5	5	5	5	6	6	5	5	5	1	4	5	3
6	4	2	4	5	5	6	3	5	2	4	3	4
7	5	2	4	6	6	4	6	4	5	5	4	3
8	5	4	4	5	6	6	5	5	6	3	5	2
9	6	0	4	6	4	6	6	5	6	3	5	4
10	5	6	4	4	6	5	5	5	5	4	5	3
11	4	1	3	5	6	3	6	5	6	4	5	4
12	5	2	5	5	6	5	6	5	5	5	5	5
13	6	5	3	6	4	5	3	4	3	2	3	0
14	5	0	5	5	4	6	4	3	4	4	3	3
15	6	4	5	5	6	6	5	6	6	5	5	3
Varianzas	0,42666667	4,10666667	0,42666667	0,72888889	1,44888889	1,76	1,26222222	0,50666667	2,90666667	1,06666667	0,86222222	2,11555556

Figura 30

Confiabilidad de variable competencia emocional global Continuación

@13	@14	@15	@16	@17	@18	@19	@20	@21	@22	@23	@24
5	6	6	3	6	4	2	5	6	5	5	5
5	6	2	3	5	4	4	3	6	5	4	3
6	3	4	3	2	4	4	6	4	3	4	5
6	6	4	3	4	4	4	5	5	5	6	4
4	5	5	5	5	4	5	5	6	4	5	5
4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4
4	4	5	3	3	4	4	4	4	6	6	6
4	4	3	2	4	4	5	6	6	4	6	6
6	6	6	6	4	4	4	6	6	6	4	6
5	5	5	5	4	5	2	6	5	4	5	3
6	5	6	5	4	3	4	5	4	5	6	4
4	5	4	3	3	5	6	5	4	3	6	6
4	4	3	5	5	4	3	2	6	5	4	5
6	6	6	5	5	5	6	6	6	5	5	6
5	5	6	5	4	5	5	5	5	5	6	6
0,72888889	0,86222222	1,57333333	1,39555556	0,91555556	0,38222222	1,31555556	1,31555556	0,78222222	0,77333333	0,72888889	1,12888889

Figura 31*Confiabilidad de variable competencia emocional global Continuación 2*

@25	@26	@27	@28	@29	@30	@31	@32	@33	@34	@35
5	1	6	6	1	6	5	5	5	6	6
3	3	6	6	3	3	3	5	5	4	6
0	2	3	6	5	2	2	6	6	6	6
6	3	3	6	4	5	5	5	5	4	6
5	5	6	5	5	5	5	5	6	4	6
3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	4
3	3	6	4	2	4	4	4	4	5	6
4	3	4	6	3	4	4	5	6	5	5
6	6	3	6	3	6	5	6	6	6	6
5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	5
2	5	6	4	4	2	4	4	5	4	4
6	5	3	4	4	6	3	4	5	5	6
3	3	4	5	0	4	4	4	4	4	6
4	3	3	4	5	4	3	4	5	6	5
6	4	6	6	4	5	3	5	5	6	6
2,86222222	1,84888889	1,84888889	0,86222222	2,06222222	1,66222222	0,86222222	0,46222222	0,46222222	0,91555556	0,51555556

Figura 32*Confiabilidad de variable competencia emocional global Continuación 3*

@36	@37	@38	@39	@40	@41	@42	@43	@44	@45	@46	@47
5	6	5	1	6	5	6	5	4	4	3	6
4	6	2	0	3	5	6	6	5	5	6	4
2	6	6	1	3	6	6	6	6	2	6	3
3	4	4	5	4	5	5	4	4	2	5	4
4	5	6	6	5	5	6	5	5	2	2	6
3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3
3	4	4	4	4	4	5	5	3	3	6	3
4	6	6	3	3	4	6	4	3	6	5	4
6	6	6	6	2	6	6	5	6	6	6	6
5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4
4	4	6	3	6	6	5	4	6	5	6	4
4	5	5	5	2	5	5	4	6	6	3	6
5	5	4	4	3	4	4	5	4	3	4	4
4	4	5	4	2	6	6	5	5	5	6	6
4	5	5	6	6	5	5	4	5	4	6	6
0,93333333	0,86222222	1,18222222	3,36	1,92888889	0,53333333	0,48888889	0,48888889	0,99555556	2,06222222	1,71555556	1,44

Figura 33

Confiabilidad de variable competencia emocional global Continuación 3

@48	@49	@50	@51	@52	@53	@54	@55	@56	@57	@58	@59
5	4	2	2	6	4	5	6	3	6	6	6
6	6	6	6	6	5	6	4	0	6	3	6
5	6	6	2	6	4	6	5	2	4	5	6
5	5	1	3	4	5	4	6	5	4	4	6
6	6	5	2	6	3	5	6	1	5	6	6
4	4	3	3	4	3	4	4	2	4	5	5
5	4	3	4	5	4	6	6	4	5	4	6
6	4	4	4	4	6	5	6	4	4	4	6
5	6	6	4	6	6	6	6	1	6	6	6
5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5
5	4	4	5	5	5	4	6	3	5	4	6
5	3	3	4	5	5	5	6	5	6	5	6
4	4	4	3	2	5	3	6	6	4	4	4
5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	6
5	5	6	5	6	5	6	6	4	3	5	6
0,32888889	0,86222222	2,24888889	1,49333333	1,2	0,75555556	0,8	0,51555556	3,02222222	0,86222222	0,72888889	0,32888889

Figura 34

Confiabilidad de variable competencia emocional global Continuación 4

@60	@61	@62	@63	@64	@65	@66	@67	@68	@69	Suma
6	6	2	4	3	5	4	1	5	3	315
4	4	6	3	3	6	5	3	4	3	297
4	6	4	6	4	6	6	1	3	6	295
3	4	4	4	5	6	6	6	5	4	304
5	6	6	6	2	3	5	2	5	6	330
4	6	3	4	3	4	5	2	4	4	258
4	5	4	5	4	4	3	4	4	4	297
6	6	4	4	6	6	6	2	5	4	319
6	6	6	6	6	5	6	6	6	4	366
5	5	6	4	5	5	5	5	5	5	328
5	4	6	1	5	4	5	3	5	4	310
6	6	6	5	6	5	4	2	5	6	329
2	5	3	4	4	3	3	2	4	4	267
4	6	6	4	5	6	6	4	4	6	328
5	5	6	6	5	6	6	3	5	5	355
1,30666667	0,62222222	1,89333333	1,70666667	1,44	1,12888889	1,06666667	2,46222222	0,50666667	1,04888889	

Figura 35

Confiabilidad de variable conciencia emocional

@1	@8	@13	@30	@34	@37	@47	@52	@57	suma
6	5	5	6	6	6	6	6	6	52
6	4	5	3	4	6	4	6	6	44
5	4	6	2	6	6	3	6	4	42
5	4	6	5	4	4	4	4	4	40
5	5	4	5	4	5	6	6	5	45
4	5	4	3	3	3	3	4	4	33
5	4	4	4	5	4	3	5	5	39
5	5	4	4	5	6	4	4	4	41
6	5	6	6	6	6	6	6	6	53
5	5	5	5	5	5	4	5	4	43
4	5	6	2	4	4	4	5	5	39
5	5	4	6	5	5	6	5	6	47
6	4	4	4	4	5	4	2	4	37
5	3	6	4	6	4	6	5	5	44
6	6	5	5	6	5	6	6	3	48
0,42666667	0,50666667	0,72888889	1,66222222	0,91555556	0,86222222	1,44	1,2	0,86222222	

Figura 36

Confiabilidad de variable regulación emocional

@9	@11	@15	@18	@29	@35	@36	@45	@60	@64	@67	suma
6	3	6	4	1	6	5	4	6	3	1	45
6	3	2	4	3	6	4	5	4	3	3	43
2	4	4	4	5	6	2	2	4	4	1	38
6	3	4	4	4	6	3	2	3	5	6	46
1	5	5	4	5	6	4	2	5	2	2	41
2	3	4	3	4	4	3	3	4	3	2	35
5	4	5	4	2	6	3	3	4	4	4	44
6	5	3	4	3	5	4	6	6	6	2	50
6	5	6	4	3	6	6	6	6	6	6	60
5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	52
6	5	6	3	4	4	4	5	5	5	3	50
5	5	4	5	4	6	4	6	6	6	2	53
3	3	3	4	0	6	5	3	2	4	2	35
4	3	6	5	5	5	4	5	4	5	4	50
6	5	6	5	4	6	4	4	5	5	3	53
2,90666667	0,86222222	1,57333333	0,38222222	2,06222222	0,51555556	0,93333333	2,06222222	1,30666667	1,44	2,46222222	

Figura 37

Confiabilidad de variable autonomía emocional

@4	@16	@20	@22	@26	@28	@32	@41	@42
5	3	5	5	1	6	5	5	6
3	3	3	5	3	6	5	5	6
6	3	6	3	2	6	6	6	6
4	3	5	5	3	6	5	5	5
6	5	5	4	5	5	5	5	6
5	3	4	4	2	4	4	4	4
6	3	4	6	3	4	4	4	5
5	2	6	4	3	6	5	4	6
6	6	6	6	6	6	6	6	6
4	5	6	4	5	4	5	5	5
5	5	5	5	5	4	4	6	5
5	3	5	3	5	4	4	5	5
6	5	2	5	3	5	4	4	4
5	5	6	5	3	4	4	6	6
5	5	5	5	4	6	5	5	5
0,72888889	1,39555556	1,31555556	0,77333333	1,84888889	0,86222222	0,46222222	0,53333333	0,48888889

Figura 38

Confiabilidad de variable autonomía emocional. Continuación

@32	@41	@42	@50	@51	@58	@61	@65	@68	@69	suma
5	5	5	2	4	5	6	5	5	4	71
3	3	5	3	3	4	6	2	4	6	61
6	6	6	2	2	6	6	6	6	6	84
6	6	6	3	6	6	6	6	5	5	89
2	4	4	3	2	4	4	4	5	4	56
5	3	3	4	4	4	6	3	4	5	63
4	4	4	5	5	4	5	6	4	3	76
4	4	4	2	4	4	6	4	4	4	63
6	4	4	2	6	6	6	6	6	4	82
4	4	3	5	2	3		4	5	5	62
5	4	5	4	4	4	6	3	3	5	68
6	6	5	6	3	4	6	6	5	5	82
6	6	5	5	5	4	6	5	5	4	83
6	6	4	1	3	3	6	2	4	4	62
5	3	6	2	3	4	6	5	4	4	64
1,44889	1,31556	0,90667	2,06222	1,66222	0,88889	0,31122	1,98222	0,64	0,64889	

Figura 39

Confiabilidad de variable competencia social

@2	@3	@5	@6	@7	@10	@14	@17	@21	@23	@25	@27
4	5	6	5	5	5	6	6	6	5	5	6
0	4	4	4	6	3	6	5	6	4	3	6
0	4	6	1	3	6	3	2	4	4	0	3
4	4	2	5	6	3	6	4	5	6	6	3
5	5	6	5	5	4	5	5	6	5	5	6
2	4	5	6	3	4	4	4	4	4	3	3
2	4	6	4	6	5	4	3	4	6	3	6
4	4	6	6	5	3	4	4	6	6	4	4
0	4	4	6	6	3	6	4	6	4	6	3
6	4	6	5	5	4	5	4	5	5	5	5
1	3	6	3	6	4	5	4	4	6	2	6
2	5	6	5	6	5	5	3	4	6	6	3
5	3	4	5	3	2	4	5	6	4	3	4
0	5	4	6	4	4	6	5	6	5	4	3
4	5	6	6	5	5	5	4	5	6	6	6
4,10666667	0,42666667	1,44888889	1,76	1,26222222	1,06666667	0,86222222	0,91555556	0,78222222	0,72888889	2,86222222	1,84888889

Figura 40

Confiabilidad de variable competencia social Continuación

@31	@33	@38	@40	@43	@48	@53	@55	@56	@63	@66	suma
5	5	5	6	5	5	4	6	3	4	4	116
3	5	2	3	6	6	5	4	0	3	5	93
2	6	6	3	6	5	4	5	2	6	6	87
5	5	4	4	4	5	5	6	5	4	6	107
5	6	6	5	5	6	3	6	1	6	5	116
4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	5	87
4	4	4	4	5	5	4	6	4	5	3	101
4	6	6	3	4	6	6	6	4	4	6	111
5	6	6	2	5	5	6	6	1	6	6	106
5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	5	111
4	5	6	6	4	5	5	6	3	1	5	100
3	5	5	2	4	5	5	6	5	5	4	105
4	4	4	3	5	4	5	6	6	4	3	96
3	5	5	2	5	5	5	5	5	4	6	102
3	5	5	6	4	5	5	6	4	6	6	118
0,86222222	0,46222222	1,18222222	1,92888889	0,48888889	0,32888889	0,75555556	0,51555556	3,02222222	1,70666667	1,06666667	

Figura 41

Confiabilidad de variable habilidades de vida y bienestar

@12	@19	@24	@39	@44	@46	@49	@54	@59	@62	suma
1	2	5	1	4	3	4	5	6	2	33
4	4	3	0	5	4	6	6	6	6	44
6	4	5	1	6	6	5	6	6	4	49
2	4	4	5	4	6	5	4	6	4	44
3	5	5	6	5	4	6	5	6	6	51
4	4	4	4	4	6	4	4	5	3	42
3	4	6	4	3	6	5	6	6	4	47
2	5	6	3	3	4	6	5	6	4	44
4	4	6	6	6	6	5	6	6	6	55
3	2	3	5	5	6	5	5	5	6	45
4	4	4	3	6	6	5	4	6	6	48
5	6	6	5	6	6	5	5	6	6	56
0	3	5	4	4	6	4	3	4	3	36
3	6	6	4	5	3	5	5	6	6	49
3	5	6	6	5	4	5	6	6	6	52
2,11555556	1,31555556	1,12888889	3,36	0,99555556	1,39555556	0,4	0,8	0,32888889	1,89333333	

Anexo N° 5: Resultados. Puntuaciones de la muestra

Tabla 37

Resumen de puntajes directos

Resúmenes de casos

	Sexo	Edad	Ítem1	Ítem2	Ítem3	Ítem4	Ítem5	Ítem6	Ítem7	Ítem8	Ítem9	Ítem10	Ítem11	Ítem12	Ítem13	Ítem14	Ítem15	Ítem16	Ítem17	Ítem18	Ítem19	Ítem20	Ítem21	Ítem22	Ítem23	Ítem24	Ítem25	Ítem26	Ítem27	Ítem28	Ítem29	Ítem30	Ítem31	Ítem32	Ítem33	Ítem34	Ítem35
1	2	25	4	3	5	5	4	5	4	4	4	3	4	3	3	4	5	5	4	5	3	3	4	4	2	2	4	4	3	3	5	4	3	4	4	3	4
2	2	30	6	4	3	5	3	3	3	4	4	5	5	4	2	4	5	5	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4
3	2	28	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	6	6	6	3	4	3	5	5	5	6	4	1	5	6	0	0	1	1	5	2	5	5	3	3	5
4	1	23	4	2	4	6	6	3	5	6	5	6	5	3	3	3	5	3	5	3	4	4	5	3	5	6	2	2	4	5	2	4	4	5	5	5	4
5	1	24	5	1	4	6	6	4	5	6	4	5	5	0	6	6	5	4	5	2	5	5	6	6	6	5	5	4	5	5	6	6	5	6	6	6	6
6	1	30	5	1	4	6	5	3	4	4	5	3	3	1	3	4	5	5	3	4	0	3	3	5	6	5	3	3	3	6	4	4	4	4	5	3	6
7	1	23	5	6	4	6	6	6	6	5	6	6	6	3	6	6	6	6	6	5	5	6	6	6	6	6	5	5	6	4	6	6	5	6	6	6	6
8	1	28	5	5	5	6	6	5	6	5	5	4	4	2	2	4	5	3	4	4	4	4	5	6	6	6	5	2	3	6	4	4	2	6	6	5	6
9	1	32	5	5	5	4	6	5	6	5	6	4	4	5	5	5	3	5	5	4	6	5	5	6	5	5	5	4	5	6	5	6	5	5	5	5	5
10	1	23	5	3	4	6	5	2	4	6	5	3	4	2	5	4	5	4	3	4	4	2	4	6	6	6	3	3	4	4	3	4	2	4	5	5	6
11	1	22	2	0	3	4	5	2	4	5	5	4	4	2	2	4	2	1	3	3	2	3	2	5	5	5	1	1	4	6	0	3	2	4	3	4	5
12	1	22	5	6	5	6	4	6	4	6	1	4	4	3	2	6	3	2	5	5	5	3	6	6	5	5	4	0	2	4	1	6	5	5	6	5	6
13	1	22	5	4	4	6	2	2	6	2	6	5	2	0	5	5	4	1	5	4	0	4	6	5	6	5	2	3	5	4	0	6	5	5	5	5	4

Resúmenes de casos

14	1	23	5	4	4	4	6	5	2	5	5	4	4	1	4	4	4	4	2	6	5	5	4	4	4	5	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	
15	1	31	5	4	5	5	6	5	3	6	4	4	2	5	5	6	6	5	4	5	4	6	6	5	5	6	5	2	5	5	5	5	6	4	5	5	
16	1	53	5	5	5	6	5	3	4	6	3	4	5	4	5	5	5	5	6	5	6	6	6	6	6	2	6	3	5	6	5	5	6	6	6	6	
17	1	27	4	1	2	5	4	3	6	5	4	4	4	3	4	4	5	4	5	5	3	4	4	6	6	6	0	1	5	5	4	4	5	5	6	4	4
18	1	34	4	2	3	6	5	1	3	4	1	4	4	2	3	6	4	3	4	4	3	3	1	5	6	6	1	0	0	6	4	4	3	3	4	2	5
19	1	25	3	2	5	4	5	4	5	4	1	3	5	1	3	4	3	3	5	4	4	3	4	4	4	5	3	4	4	4	2	4	2	3	4	4	4
20	1	32	4	3	5	6	6	6	4	5	4	4	4	4	5	5	4	2	4	3	4	5	5	4	5	5	3	4	4	4	4	4	3	5	5	4	5
21	1	26	5	2	4	5	5	4	4	5	5	4	5	2	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5
22	1	25	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	3	4	4
23	1	23	4	4	4	6	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	5	4	4	5	4	3	4	4	3	4	4	5	5	5	4
24	1	26	6	3	4	5	5	4	5	5	4	4	4	1	3	5	5	3	5	3	4	4	6	6	6	6	5	3	5	5	3	4	4	5	5	5	5
25	1	28	4	2	4	1	4	5	6	6	0	1	4	2	2	5	4	3	4	1	0	1	6	5	5	4	4	2	2	3	2	4	2	2	4	1	4
26	2	23	5	3	6	6	4	3	4	4	3	4	5	3	6	5	4	3	3	4	2	5	6	4	5	5	3	4	3	3	4	5	5	5	6	5	5
27	1	24	5	6	5	6	6	6	5	6	6	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	2	6	5	6	5	6	5	5	3	5	4	5	6	5	6
28	1	25	6	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	2	4	5	4	2	3	3	5	2	4	4	6	5	6	2	4	4	3	4	3	5	5	5	6
29	1	26	6	2	5	5	5	4	4	5	4	4	4	3	4	6	4	3	4	4	3	4	4	4	4	6	4	1	2	3	4	3	2	5	5	5	5
30	1	25	4	6	4	4	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	6	5	5	5	6	4	5	6	6	5	4	4	4	6	5	5	4	6	4	4	5
31	1	25	5	5	4	6	4	3	5	5	4	3	4	4	6	5	5	4	4	3	6	4	4	6	5	3	3	3	4	4	6	5	5	5	5	4	6
32	1	27	3	2	3	5	5	5	6	4	4	4	5	3	3	5	5	6	4	4	4	5	2	4	5	6	5	4	4	4	6	4	1	6	5	5	5

Resúmenes de casos

33	1	23	3	3	4	4	6	4	6	6	5	3	4	0	3	4	3	3	4	4	4	4	6	6	6	6	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	5
34	1	25	5	2	3	6	6	5	4	5	3	4	5	3	4	4	3	5	4	4	3	4	6	3	5	4	2	3	2	4	4	3	4	4	5	4	6
35	1	23	5	6	5	6	6	6	5	6	4	5	5	3	6	6	5	3	4	5	3	4	6	6	6	5	6	3	5	6	3	4	3	4	5	5	5
36	1	25	5	5	4	6	6	5	4	5	3	4	5	3	3	4	5	2	4	4	4	3	5	5	5	5	4	3	6	4	3	4	2	4	4	5	
37	2	31	4	4	5	6	6	5	4	5	4	5	5	2	4	6	5	4	5	5	6	5	6	4	6	4	1	0	4	4	6	5	4	4	4	4	
38	1	26	4	1	5	2	6	6	3	6	0	3	4	0	0	5	2	2	3	3	2	3	4	4	6	4	2	0	3	3	2	2	3	3	3	4	5
39	1	29	5	3	5	4	5	4	4	6	3	5	4	3	4	3	6	4	4	5	3	5	4	4	6	6	3	1	3	6	2	4	5	5	5	3	6
40	1	44	4	4	2	4	4	2	3	4	4	4	5	2	3	4	3	2	4	2	2	2	2	4	5	5	2	2	4	5	2	4	1	3	4	4	5
41	1	26	5	4	3	6	5	4	6	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	5	4	3	5	5	4	3	4	6	4	3	2	4	4	4	6
42	1	26	4	5	4	6	5	5	5	6	5	2	4	1	5	5	5	5	5	5	4	4	4	6	6	6	5	2	5	5	4	5	5	5	5	5	6
43	1	25	5	4	4	5	6	4	6	5	4	4	4	5	5	6	4	4	4	4	5	4	4	6	6	6	4	3	6	4	4	4	3	5	4	4	6
44	2	26	4	4	4	5	5	4	5	5	4	4	4	2	2	4	4	2	3	2	4	3	4	4	4	5	4	2	4	4	2	4	2	2	4	4	5
45	1	32	5	4	5	5	5	5	4	5	4	2	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	6	5	4	4	3	6	3	4	4	6	5	5	6
46	1	24	4	2	4	5	6	6	5	6	4	3	4	2	2	4	4	2	4	2	4	3	3	4	6	5	4	2	3	6	2	3	4	4	4	4	6
47	1	22	5	4	4	6	2	2	6	2	6	5	2	0	5	5	4	5	5	4	0	4	6	5	6	5	2	3	5	4	0	6	5	5	5	5	4
48	1	28	4	4	3	6	6	6	3	6	3	3	4	3	3	6	3	4	4	2	4	3	5	4	4	4	6	2	4	3	2	4	1	3	4	3	4
49	1	26	4	5	5	5	6	6	5	5	3	4	4	3	5	5	5	4	5	3	3	5	6	5	5	6	5	3	5	6	5	5	5	5	5	5	5
50	2	24	5	5	3	5	4	5	5	5	5	3	4	0	5	6	3	3	3	4	5	3	5	6	4	6	5	3	6	6	3	3	2	4	4	4	6
51	1	25	5	4	3	4	6	4	4	6	4	4	6	2	2	6	3	4	3	4	3	4	4	4	6	4	3	2	4	5	3	4	4	5	5	4	6

Resúmenes de casos

52	1	24	4	4	5	4	5	5	6	5	3	3	4	3	5	5	5	3	4	4	4	4	5	4	6	5	4	2	4	4	3	4	5	5	5	4	5
53	1	25	5	4	4	5	6	4	5	6	2	3	4	2	4	6	4	1	4	2	5	4	5	2	5	5	4	2	5	4	2	4	4	4	4	4	5
54	1	23	6	1	5	6	6	6	0	6	1	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
55	1	27	4	1	5	5	4	6	3	4	4	4	4	2	4	4	6	2	4	3	6	4	6	6	4	5	5	1	5	4	4	4	1	5	4	5	4
56	1	24	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	2	2	4	4	3	2	3	5	4	5	3	2	2	4	3	4	4	4	4	4	4
57	2	23	6	3	5	4	6	2	3	4	5	3	4	0	5	6	5	5	3	4	3	3	3	6	5	5	2	3	5	6	5	4	2	6	6	6	6
58	1	29	5	4	6	5	4	5	5	5	4	3	4	3	4	6	2	3	5	4	3	5	6	6	6	5	5	4	5	6	5	5	5	5	5	5	4
59	1	22	3	2	5	6	4	6	4	5	5	6	6	2	1	5	1	1	5	3	3	3	5	5	5	6	3	0	1	4	0	4	4	5	6	3	5
60	2	25	2	3	4	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	4	4	0	3	2	3	0	4	2	5	6	4	1	1	4	3	4	5	2	3	3	6
61	1	23	5	6	4	5	6	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	6	5	4	5	5	5	5	3	5	5	5	4	5	5
62	1	24	4	4	5	5	6	2	3	6	6	6	5	3	6	6	3	5	5	4	6	2	6	6	6	6	0	3	6	6	5	4	6	6	5	4	6
63	1	25	4	1	4	5	6	3	6	6	4	4	5	1	4	5	5	3	3	4	5	4	5	4	6	5	2	3	5	4	3	4	3	5	4	4	5
64	1	44	5	6	4	6	6	4	6	6	6	5	5	3	5	6	4	6	5	3	6	4	5	6	6	5	5	5	6	6	3	6	5	5	5	5	6
65	1	23	4	4	4	5	5	5	1	5	3	5	5	3	4	4	6	3	4	4	4	4	4	4	3	4	5	3	3	6	5	4	6	5	5	5	4
66	1	23	4	2	5	5	6	6	4	6	5	5	6	2	5	6	6	2	4	5	6	6	6	3	6	6	5	5	4	6	1	4	1	5	5	5	6
67	1	28	2	0	3	4	4	4	4	5	4	4	5	2	3	3	3	1	3	4	2	4	6	3	4	4	2	2	3	4	3	2	4	4	4	4	4
68	1	24	4	2	4	5	4	3	6	5	3	4	4	2	4	6	3	2	5	4	3	3	4	6	6	5	2	1	2	4	3	4	3	5	5	4	6
69	1	30	4	4	5	6	6	5	5	6	6	4	4	2	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	4	1	4	4	4	4	4
70	1	23	4	2	5	5	6	6	4	6	5	5	6	2	5	6	6	2	4	5	6	6	6	3	6	6	5	5	4	6	1	4	1	5	5	5	6

Resúmenes de casos

[illegible]

Tabla 38

Resumen de puntajes directos. Continuación

Resúmenes de casos

	Ítem36	Ítem37	Ítem38	Ítem39	Ítem40	Ítem41	Ítem42	Ítem43	Ítem44	Ítem45	Ítem46	Ítem47	Ítem48	Ítem49	Ítem50	Ítem51	Ítem52	Ítem53	Ítem54	Ítem55	Ítem56	Ítem57	Ítem58	Ítem59	Ítem60	Ítem61	Ítem62	Ítem63	Ítem64	Ítem65	Ítem66	Ítem67	Ítem68	Ítem69
1	3	3	3	4	4	5	4	3	4	4	6	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	5	4	6	6	4	4	6	4	4	5	3
2	3	6	6	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	5	2	4	3
3	3	5	4	2	1	5	3	3	6	4	4	5	6	5	3	3	3	1	2	1	5	3	6	2	6	6	5	2	5	6	2	5	2	2
4	2	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	5	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	6	4	6	3	5	2	5	4	3	3	4
5	6	5	6	5	4	5	6	6	6	5	6	6	6	6	5	4	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	4	6	5	5	6	5	6	4
6	4	3	3	5	3	5	5	4	5	5	3	4	4	5	3	4	6	4	6	5	1	4	5	6	5	6	6	5	5	6	5	3	3	5
7	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	0	6	6	4	6	6	6	6	6	6	2	6	6
8	4	5	6	2	3	5	6	5	6	4	2	4	5	4	5	2	5	3	5	6	2	5	4	6	5	6	3	6	5	3	6	3	5	4
9	3	4	5	3	4	5	5	5	3	5	5	5	5	5	3	5	1	3	4	5	5	1	2	4	4	5	2	5	5	3	5	4	4	4
10	3	5	4	4	3	4	6	4	3	4	5	5	5	6	2	5	2	4	4	3	4	4	4	6	4	6	3	4	4	4	5	3	3	3
11	3	3	1	2	1	4	4	3	5	2	1	3	5	5	0	1	4	3	4	4	3	4	3	6	5	6	2	5	3	1	4	1	3	5
12	2	4	4	2	4	4	3	3	4	1	6	4	4	2	3	3	4	4	6	5	0	6	3	6	5	4	3	6	0	4	6	2	6	5
13	1	3	4	5	2	4	3	5	1	6	6	5	6	5	4	4	6	4	4	6	5	0	4	5	1	6	4	3	5	5	5	5	5	4
14	5	4	5	4	3	5	4	4	6	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	3	3	4	4	4	5	2	5	4

Resúmenes de casos

15	4	6	5	5	2	6	6	5	6	5	6	5	4	3	5	6	6	5	4	4	5	5	2	6	6	6	3	5	5	3	5	2	6	4	
16	6	6	5	6	4	6	6	5	6	5	4	5	5	6	5	5	6	6	6	6	5	5	6	6	5	6	3	6	3	5	6	6	6	6	
17	1	5	5	2	6	5	5	5	5	4	4	4	6	4	0	1	6	5	5	4	5	5	5	6	5	5	4	5	5	6	5	4	3	4	
18	1	3	4	1	2	4	4	4	3	3	1	2	5	1	2	2	5	1	6	5	3	6	6	4	6	6	2	4	2	5	4	2	3	2	
19	4	5	5	2	3	4	3	5	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	2	5	4	5	3	6	3	4	1	3	5	2	4	5	
20	3	6	4	3	3	4	4	6	5	3	5	3	5	5	4	4	6	4	6	6	1	5	5	6	5	5	5	5	5	5	4	5	3	5	5
21	4	4	5	5	4	5	5	5	6	4	5	5	5	5	2	4	5	5	5	6	5	1	4	6	6	6	6	5	5	6	5	4	5	5	
22	3	4	3	4	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	
23	2	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	6	5	5	4	4	4	4	4	2	4	3	
24	4	4	4	5	2	5	3	5	5	4	5	5	5	4	3	4	4	4	5	6	4	1	5	6	6	6	3	1	3	5	5	1	5	4	
25	3	6	4	4	2	2	2	4	5	0	2	2	4	4	1	4	5	5	5	6	4	5	2	6	0	6	5	5	0	5	5	2	5	4	
26	3	5	4	1	3	5	6	6	4	4	2	4	5	3	3	3	4	3	5	4	3	4	5	6	5	4	4	5	4	3	4	3	5	5	
27	5	5	1	5	3	3	5	5	5	5	6	5	5	5	5	4	4	5	3	6	5	3	3	6	5	5	5	6	5	4	6	5	5	3	
28	3	5	4	4	4	4	4	2	4	4	6	4	6	4	4	4	5	4	4	6	4	4	4	5	6	6	2	4	4	4	4	5	3	4	4
29	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	1	6	3	5	4	2	4	4	6	4	6	4	5	1	4	5	0	4	5	
30	6	4	6	6	6	6	5	6	6	5	5	4	4	4	3	5	5	4	5	6	5	3	4	6	6	6	6	6	5	5	4	6	6	6	
31	4	4	5	4	4	5	4	3	5	4	6	4	5	3	2	3	5	4	6	4	3	5	5	6	5	4	4	4	3	5	5	2	3	5	
32	2	4	4	4	3	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	2	1	5	2	5	6	5	6	6	5	5	4	5	4	5	5	
33	3	2	5	6	3	4	4	4	4	4	5	4	5	4	2	3	4	3	6	6	3	4	4	6	6	6	6	5	6	5	6	3	5	6	

Resúmenes de casos

34	1	3	6	5	2	6	6	3	6	3	4	4	3	5	2	2	6	4	6	6	3	5	4	6	6	5	6	6	2	3	6	0	5	6
35	3	3	6	6	3	4	5	6	6	5	6	4	6	5	5	5	6	6	6	5	6	2	5	6	3	6	5	4	5	5	5	5	6	5
36	3	3	5	5	3	4	5	5	5	4	5	2	4	4	4	4	4	5	5	6	5	4	4	6	6	5	5	5	6	6	5	5	5	4
37	2	4	4	4	2	4	4	6	6	4	4	4	6	4	4	4	4	4	4	6	4	4	4	6	6	6	4	6	4	5	6	4	6	4
38	0	0	4	3	4	4	4	5	3	2	3	2	5	4	0	1	5	3	3	4	0	6	3	5	2	6	6	6	2	5	5	0	3	4
39	3	5	4	4	2	6	5	5	5	4	4	5	6	3	4	4	6	5	6	4	6	6	6	6	6	6	4	5	5	6	6	1	5	5
40	2	4	4	5	2	4	4	2	2	4	5	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	5	4	2	2	2
41	3	4	4	4	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	6	4	4	6	5	4	6	5	3	5	5
42	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	1	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3
43	4	4	4	4	6	5	6	5	2	4	6	4	5	4	5	4	6	5	6	6	4	5	5	6	5	6	4	4	4	4	4	4	4	5
44	4	3	4	4	2	4	4	4	5	3	4	2	4	4	2	4	5	4	4	4	4	4	4	6	6	4	3	6	4	4	5	2	4	4
45	4	5	4	5	4	5	5	4	4	5	6	4	6	5	3	4	4	4	4	5	4	4	5	6	4	6	6	6	5	3	5	3	6	4
46	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	6	3	4	2	4	3	5	5	2	4	4	6	4	6	3	5	4	6	5	2	4	5
47	1	3	4	5	2	4	3	5	1	6	6	5	6	5	4	4	6	4	4	6	5	0	4	5	1	6	4	3	5	5	5	5	5	4
48	4	3	5	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	6	4	4	4	4	3	3	4	1	6	6
49	4	6	4	6	5	5	6	6	6	4	5	5	4	5	4	3	5	4	5	6	5	4	3	6	4	5	5	5	4	5	5	3	5	3
50	4	3	4	5	4	5	6	5	6	4	6	4	5	4	3	4	5	5	6	6	4	5	4	5	5	5	2	4	5	6	5	2	5	3
51	2	4	4	2	3	4	4	6	4	3	4	3	6	4	1	3	4	3	4	5	3	5	4	6	6	5	4	6	3	5	5	4	3	4
52	4	4	4	3	3	5	5	4	5	2	4	4	5	4	4	4	4	4	5	6	4	5	4	6	5	5	4	5	3	5	4	3	4	4

Resúmenes de casos

53	2	4	4	5	2	5	4	3	4	2	4	4	5	4	1	1	5	4	5	6	4	6	4	6	4	6	2	5	3	6	6	1	5	5
54	5	6	6	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	0	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	6	6	
55	4	6	4	4	6	6	4	4	4	4	6	6	4	5	4	3	6	4	6	6	6	4	4	6	4	6	5	6	4	2	6	2	6	5
56	4	3	5	3	4	4	3	3	4	4	6	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	2	6	4	5	3	2	4	4	4	3	4	3
57	5	4	5	2	5	5	5	1	6	5	6	5	4	5	3	2	4	5	5	5	1	5	4	5	5	5	5	5	5	3	5	4	3	6
58	3	4	5	5	5	5	5	4	4	5	6	5	6	3	4	2	6	4	5	5	5	5	5	6	5	5	3	6	4	3	5	2	5	6
59	3	3	3	3	1	3	3	3	6	3	3	4	6	3	4	3	5	3	4	6	1	5	5	6	6	6	4	1	4	3	6	3	4	3
60	0	4	1	4	4	5	6	4	2	1	1	2	4	4	2	1	5	1	3	5	3	3	4	4	6	6	2	5	3	3	5	2	5	3
61	5	5	5	5	3	5	6	5	6	5	6	3	5	5	5	5	5	4	4	5	3	1	3	6	3	5	6	6	6	6	6	4	5	5
62	0	6	5	6	6	6	6	5	6	6	6	4	6	5	1	1	6	3	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4
63	4	5	5	2	2	4	4	4	4	4	4	3	5	3	3	4	4	4	4	6	3	3	5	5	4	6	5	5	4	6	5	5	4	3
64	4	5	5	5	1	6	5	6	6	5	6	6	6	5	4	5	3	5	6	6	5	3	3	6	6	6	5	6	6	5	3	4	5	3
65	3	5	4	3	3	4	4	3	2	4	6	2	4	4	4	2	4	3	3	4	4	3	3	5	4	4	3	5	3	3	4	3	5	4
66	5	2	5	4	1	5	5	2	6	2	5	5	6	4	5	3	5	4	5	6	4	5	4	6	5	6	4	6	5	3	6	2	5	5
67	2	3	3	2	2	4	4	4	2	2	2	3	4	3	2	3	4	3	4	4	1	4	3	4	4	6	1	5	1	4	4	2	3	3
68	2	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	6	4	3	2	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	2	5	3	6	5	2	4	3
69	3	3	5	4	3	4	5	4	6	5	4	6	5	4	3	4	5	5	5	6	2	4	4	6	5	5	5	6	4	3	5	4	4	6
70	5	2	5	4	1	5	5	2	6	2	5	5	6	4	5	3	5	4	5	6	4	5	4	6	5	5	4	6	5	3	6	2	5	5
71	1	3	1	5	1	5	4	5	6	5	5	5	5	4	5	3	5	4	5	5	5	5	5	6	6	5	6	5	4	3	5	3	5	5

Resúmenes de casos

[illegible]

Anexo N° 6: Resultados: puntajes directos en competencia emocional global, en cada dimensión y sus microcompetencias

Tabla 39

Resultados de puntajes directos

Resúmenes de casos						
	Competencia emocional global	Conciencia emocional	Regulación emocional	Autonomía emocional	Competencia social	Habilidades de vida y bienestar
1	3,93	3,56	4,18	4,31	3,65	4,00
2	3,58	3,78	3,55	3,38	3,61	3,70
3	3,62	3,67	4,64	3,38	3,00	4,30
4	3,93	4,11	3,45	4,00	4,04	3,90
5	5,20	5,78	5,00	5,19	5,22	4,90
6	4,14	4,00	4,45	4,63	3,70	4,20
7	5,61	5,11	5,36	5,81	5,78	5,60
8	4,49	4,44	4,45	4,56	4,70	4,00
9	4,51	4,11	4,36	4,44	4,91	4,20
10	4,10	4,56	4,09	4,13	3,83	4,30
11	3,17	3,33	3,00	3,19	3,09	3,40
12	4,04	4,67	2,73	3,81	4,52	4,20
13	4,04	4,11	3,45	4,19	4,43	3,50
14	4,00	4,11	3,73	4,06	4,04	4,00
15	4,78	5,33	4,45	5,06	4,57	4,70
16	5,22	5,44	5,09	5,69	4,87	5,20
17	4,25	4,56	4,09	4,00	4,39	4,20
18	3,38	3,67	3,27	3,75	3,26	2,90
19	3,62	3,89	2,82	3,75	3,87	3,50
20	4,41	4,67	3,91	4,38	4,39	4,80
21	4,59	4,22	4,73	4,63	4,52	4,90
22	3,70	4,11	3,27	3,69	3,78	3,60
23	3,96	4,11	3,55	3,94	4,04	4,10
24	4,29	4,11	3,82	4,44	4,43	4,40
25	3,38	3,89	1,82	3,00	4,04	3,70
26	4,16	4,67	4,00	4,31	4,22	3,50
27	4,83	4,67	5,00	4,63	4,83	5,10
28	4,19	4,67	4,00	3,81	4,39	4,10
29	3,87	4,56	3,27	3,69	3,91	4,10

Resúmenes de casos

	Competencia emocional global	Conciencia emocional	Regulación emocional	Autonomía emocional	Competencia social	Habilidades de vida y bienestar
30	5,09	4,33	5,55	5,06	5,09	5,30
31	4,35	4,78	4,18	4,25	4,17	4,70
32	4,36	3,78	4,45	4,94	4,09	4,50
33	4,28	3,78	4,18	4,19	4,39	4,70
34	4,16	4,33	3,36	4,25	4,13	4,80
35	4,91	4,56	4,36	4,88	5,26	5,10
36	4,39	3,78	4,45	4,25	4,57	4,70
37	4,46	4,22	4,45	4,25	4,74	4,40
38	3,19	3,22	2,00	2,94	3,87	3,30
39	4,51	4,89	4,09	4,75	4,43	4,40
40	3,41	3,78	3,36	3,25	3,26	3,70
41	4,26	4,22	3,91	4,44	4,17	4,60
42	4,67	4,89	4,91	4,69	4,70	4,10
43	4,64	4,67	4,27	4,69	4,70	4,80
44	3,80	3,67	3,64	3,50	4,00	4,10
45	4,61	4,56	4,45	4,63	4,52	5,00
46	3,96	3,89	3,36	4,06	4,17	4,00
47	4,10	4,11	3,45	4,44	4,43	3,50
48	3,81	3,78	3,00	4,00	4,00	4,00
49	4,72	4,89	4,00	4,50	5,04	5,00
50	4,38	4,33	4,09	4,44	4,43	4,50
51	4,06	4,11	4,00	3,81	4,39	3,70
52	4,26	4,33	3,73	4,13	4,57	4,30
53	4,00	4,67	2,82	3,69	4,43	4,20
54	5,57	5,89	5,27	6,00	5,13	5,90
55	4,41	4,78	3,91	4,19	4,43	4,90
56	3,67	3,78	3,64	3,44	3,70	3,90
57	4,30	4,78	4,82	4,31	3,91	4,20
58	4,61	4,89	3,82	4,63	5,00	4,30
59	3,78	3,67	3,55	3,63	3,96	4,00
60	3,25	3,33	3,09	3,00	3,48	3,20
61	4,83	4,33	4,45	5,06	4,87	5,20
62	4,99	5,11	4,82	4,63	5,00	5,60
63	4,13	4,11	4,27	4,19	4,17	3,80
64	5,01	4,89	4,73	5,00	5,09	5,30
65	3,94	4,00	4,00	3,94	4,00	3,70
66	4,57	4,56	4,36	4,56	4,57	4,80

Resúmenes de casos

	Competencia emocional global	Conciencia emocional	Regulación emocional	Autonomía emocional	Competencia social	Habilidades de vida y bienestar
67	3,22	3,33	3,09	3,38	3,39	2,60
68	3,72	4,11	3,27	3,75	3,96	3,30
69	4,39	4,11	4,27	4,50	4,48	4,40
70	4,55	4,56	4,36	4,50	4,57	4,80
71	4,41	4,22	4,18	4,38	4,30	5,10
72	4,84	4,78	4,36	4,88	4,96	5,10
73	4,04	4,44	3,64	4,06	4,17	3,80
74	3,57	4,00	3,64	3,25	3,57	3,60
75	3,77	4,11	4,00	3,81	3,65	3,40
76	4,04	4,11	3,45	4,13	4,26	4,00
77	5,06	4,67	5,09	5,13	4,91	5,60
78	4,14	4,56	4,36	4,06	4,13	3,70
79	5,01	5,11	3,73	5,63	5,13	5,10
80	3,93	4,33	2,82	3,63	4,30	4,40
81	3,36	3,78	2,82	3,38	3,65	2,90
82	4,29	5,33	3,27	3,56	4,83	4,40
Total N	82	82	82	82	82	82

Tabla 40

Resultados: Puntajes directos de microcompetencias de conciencia emocional

Resúmenes de casos

	Toma de conciencia de las propias emociones	Dar nombre a las emociones	Empatía	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	Detectar creencias	Atención plena	Conciencia ética y moral
1	4,00	4,00	4,00	3,00	4,00	3,00	4,00
2	6,00	3,00	3,00	3,50	3,00	4,00	4,00
3	3,00	5,00	2,00	3,00	3,00	5,50	3,00
4	4,00	3,00	4,00	4,50	4,00	3,50	6,00
5	5,00	6,00	6,00	6,00	6,00	5,50	6,00
6	5,00	4,00	4,00	3,50	6,00	3,00	4,00
7	5,00	6,00	6,00	3,00	6,00	6,00	5,00
8	5,00	4,00	4,00	5,00	5,00	3,50	5,00

Resúmenes de casos

	Toma de conciencia de las propias emociones	Dar nombre a las emociones	Empatía	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	Detectar creencias	Atención plena	Conciencia ética y moral
9	5,00	5,00	6,00	3,00	1,00	4,50	5,00
10	5,00	5,00	4,00	4,50	2,00	5,00	6,00
11	2,00	3,00	3,00	4,00	4,00	2,50	5,00
12	5,00	4,00	6,00	5,50	4,00	3,00	6,00
13	5,00	5,00	6,00	2,50	6,00	4,00	2,00
14	5,00	4,00	3,00	4,00	4,00	4,00	5,00
15	5,00	5,00	5,00	5,00	6,00	5,50	6,00
16	5,00	5,00	5,00	5,50	6,00	5,50	6,00
17	4,00	4,00	4,00	4,50	6,00	4,50	5,00
18	4,00	2,00	4,00	4,00	5,00	3,00	4,00
19	3,00	4,00	4,00	4,50	3,00	4,00	4,00
20	4,00	3,00	4,00	4,50	6,00	5,50	5,00
21	5,00	5,00	4,00	3,00	5,00	4,00	5,00
22	5,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00
23	4,00	4,00	4,00	4,50	4,00	4,00	4,00
24	6,00	5,00	4,00	3,00	4,00	3,50	5,00
25	4,00	2,00	4,00	3,00	5,00	4,00	6,00
26	5,00	4,00	5,00	4,50	4,00	5,50	4,00
27	5,00	5,00	5,00	4,00	4,00	4,50	6,00
28	6,00	4,00	4,00	4,50	5,00	4,50	5,00
29	6,00	4,00	3,00	4,50	6,00	4,00	5,00
30	4,00	4,00	5,00	3,50	5,00	4,00	6,00
31	5,00	4,00	5,00	4,50	5,00	5,00	5,00
32	3,00	4,00	4,00	3,50	5,00	3,50	4,00
33	3,00	4,00	4,00	4,00	4,00	2,50	6,00
34	5,00	4,00	3,00	4,50	6,00	3,50	5,00
35	5,00	4,00	4,00	3,50	6,00	4,50	6,00
36	5,00	2,00	4,00	4,00	4,00	3,00	5,00
37	4,00	4,00	5,00	4,00	4,00	4,00	5,00
38	4,00	2,00	2,00	5,00	5,00	,00	6,00
39	5,00	5,00	4,00	4,50	6,00	4,50	6,00
40	4,00	3,00	4,00	4,00	4,00	3,50	4,00
41	5,00	4,00	3,00	4,00	5,00	4,00	5,00
42	4,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,50	6,00

Resúmenes de casos

	Toma de conciencia de las propias emociones	Dar nombre a las emociones	Empatía	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	Detectar creencias	Atención plena	Conciencia ética y moral
43	5,00	4,00	4,00	4,50	6,00	4,50	5,00
44	4,00	2,00	4,00	4,00	5,00	2,50	5,00
45	5,00	4,00	4,00	4,50	4,00	5,00	5,00
46	4,00	4,00	3,00	4,00	4,00	3,00	6,00
47	5,00	5,00	6,00	2,50	6,00	4,00	2,00
48	4,00	3,00	4,00	3,50	4,00	3,00	6,00
49	4,00	5,00	5,00	4,50	5,00	5,50	5,00
50	5,00	4,00	3,00	4,50	5,00	4,00	5,00
51	5,00	3,00	4,00	4,50	4,00	3,00	6,00
52	4,00	4,00	4,00	4,50	4,00	4,50	5,00
53	5,00	4,00	4,00	5,00	5,00	4,00	6,00
54	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	5,50	6,00
55	4,00	6,00	4,00	4,50	6,00	5,00	4,00
56	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	3,00	4,00
57	6,00	5,00	4,00	5,50	4,00	4,50	4,00
58	5,00	5,00	5,00	5,00	6,00	4,00	5,00
59	3,00	4,00	4,00	4,00	5,00	2,00	5,00
60	2,00	2,00	4,00	3,00	5,00	3,50	4,00
61	5,00	3,00	5,00	3,00	5,00	5,00	5,00
62	4,00	4,00	4,00	5,00	6,00	6,00	6,00
63	4,00	3,00	4,00	3,50	4,00	4,50	6,00
64	5,00	6,00	6,00	4,00	3,00	5,00	6,00
65	4,00	2,00	4,00	4,00	4,00	4,50	5,00
66	4,00	5,00	4,00	5,00	5,00	3,50	6,00
67	2,00	3,00	2,00	4,00	4,00	3,00	5,00
68	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00
69	4,00	6,00	1,00	4,00	5,00	3,50	6,00
70	4,00	5,00	4,00	5,00	5,00	3,50	6,00
71	4,00	5,00	5,00	4,50	5,00	3,00	4,00
72	6,00	3,00	5,00	4,00	6,00	5,00	5,00
73	4,00	5,00	5,00	4,50	5,00	3,50	5,00
74	4,00	6,00	4,00	3,00	4,00	4,00	4,00
75	5,00	4,00	3,00	4,50	4,00	3,50	5,00
76	5,00	1,00	4,00	5,00	5,00	3,00	6,00

Resúmenes de casos

	Toma de conciencia de las propias emociones	Dar nombre a las emociones	Empatía	Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	Detectar creencias	Atención plena	Conciencia ética y moral
77	5,00	6,00	5,00	3,50	5,00	4,00	6,00
78	5,00	5,00	6,00	4,50	4,00	4,00	4,00
79	5,00	5,00	2,00	5,00	6,00	6,00	6,00
80	5,00	4,00	2,00	4,00	4,00	5,00	6,00
81	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	3,00	4,00
82	4,00	4,00	6,00	6,00	5,00	5,50	6,00
Total N	82	82	82	82	82	82	82

Tabla 41

Resultados: Puntajes directos de microcompetencia de regulación emocional

Resúmenes de casos

	Expresión emocional apropiada	Regulación de emociones y sentimientos	Regulación emocional con conciencia ética y moral	Remind	Regulación de la ira para la prevención de la violencia	Tolerancia a la frustración	Estrategias de afrontamiento	Competencia para autogenerar emociones positivas	Manejo del estrés
1	4,00	4,50	4,00	5,00	4,00	4,00	4,00	5,00	3,00
2	4,00	3,00	4,00	4,00	2,00	4,00	3,00	5,00	3,00
3	3,00	4,50	6,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	3,00
4	5,00	3,00	4,50	2,00	3,00	4,00	2,00	5,00	2,00
5	4,00	3,50	5,50	6,00	5,00	6,00	5,00	5,00	6,00
6	5,00	4,50	4,00	4,00	3,00	6,00	5,00	5,00	4,00
7	6,00	5,50	5,00	6,00	2,00	6,00	6,00	6,00	6,00
8	5,00	4,00	4,50	4,00	3,00	6,00	5,00	5,00	4,00
9	6,00	4,50	4,00	5,00	4,00	5,00	5,00	3,00	3,00
10	5,00	4,00	4,00	3,00	3,00	6,00	4,00	5,00	3,00
11	5,00	2,50	4,50	,00	1,00	5,00	3,00	2,00	3,00
12	1,00	3,00	4,50	1,00	2,00	6,00	,00	3,00	2,00
13	6,00	5,00	1,50	,00	5,00	4,00	5,00	4,00	1,00
14	5,00	3,00	4,00	3,00	2,00	4,00	4,00	4,00	5,00
15	4,00	5,00	4,00	5,00	2,00	5,00	5,00	6,00	4,00

Resúmenes de casos

	Expresión emocional apropiada	Regulación de emociones y sentimientos	Regulación emocional con conciencia ética y moral	Remind	Regulación de la ira para la prevención de la violencia	Tolerancia a la frustración	Estrategias de afrontamiento	Competencia para autogenerar emociones positivas	Manejo del estrés
16	3,00	5,50	5,00	6,00	6,00	6,00	3,00	5,00	6,00
17	4,00	4,50	4,50	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	1,00
18	1,00	3,50	5,00	4,00	2,00	5,00	2,00	4,00	1,00
19	1,00	3,00	4,00	2,00	2,00	4,00	1,00	3,00	4,00
20	4,00	3,00	4,50	4,00	3,00	5,00	5,00	4,00	3,00
21	5,00	4,00	5,50	5,00	4,00	5,00	5,00	5,00	4,00
22	2,00	3,50	3,50	2,00	4,00	4,00	3,00	4,00	3,00
23	4,00	4,00	4,50	3,00	2,00	4,00	4,00	3,00	2,00
24	4,00	3,50	5,00	3,00	1,00	5,00	3,00	5,00	4,00
25	,00	,50	2,00	2,00	2,00	4,00	,00	4,00	3,00
26	3,00	4,00	5,00	4,00	3,00	5,00	4,00	4,00	3,00
27	6,00	5,00	5,00	3,00	5,00	6,00	5,00	5,00	5,00
28	4,00	3,50	5,00	3,00	3,00	6,00	4,00	4,00	3,00
29	4,00	3,50	4,00	4,00	,00	5,00	1,00	4,00	3,00
30	6,00	5,00	6,00	5,00	6,00	5,00	5,00	6,00	6,00
31	4,00	3,50	4,50	6,00	2,00	6,00	3,00	5,00	4,00
32	4,00	4,00	5,00	6,00	4,00	5,00	5,00	5,00	2,00
33	5,00	4,00	5,00	3,00	3,00	5,00	6,00	3,00	3,00
34	3,00	3,50	5,50	4,00	,00	6,00	2,00	3,00	1,00
35	4,00	5,00	4,00	3,00	5,00	5,00	5,00	5,00	3,00
36	3,00	4,00	5,50	3,00	5,00	5,00	6,00	5,00	3,00
37	4,00	4,50	5,50	6,00	4,00	4,00	4,00	5,00	2,00
38	,00	2,50	3,00	2,00	,00	5,00	2,00	2,00	,00
39	3,00	4,50	5,00	2,00	1,00	6,00	5,00	6,00	3,00
40	4,00	3,00	4,50	2,00	2,00	5,00	4,00	3,00	2,00
41	4,00	3,50	4,00	4,00	3,00	6,00	4,00	4,00	3,00
42	5,00	5,00	4,50	4,00	5,00	6,00	5,00	5,00	5,00
43	4,00	4,00	4,50	4,00	4,00	6,00	4,00	4,00	4,00
44	4,00	2,50	5,00	2,00	2,00	5,00	4,00	4,00	4,00
45	4,00	5,00	4,50	3,00	3,00	6,00	5,00	5,00	4,00
46	4,00	2,50	4,00	2,00	2,00	6,00	4,00	4,00	2,00
47	6,00	5,00	1,50	,00	5,00	4,00	5,00	4,00	1,00
48	3,00	2,50	4,00	2,00	1,00	4,00	3,00	3,00	4,00
49	3,00	3,50	4,00	5,00	3,00	5,00	4,00	5,00	4,00

Resúmenes de casos

[illegible]

Tabla 42

Resultados: Puntajes directos de microcompetencias de autonomía emocional

Resúmenes de casos											
	Autoestima	Automotivación	Autoeficacia emocional	Responsabilidad	Actitud positiva	Pensamiento crítico	Análisis crítico de normas sociales	Asumir valores éticos y morales	Resiliencia	Pensamiento creativo	Adaptabilidad
1	5,00	3,50	5,00	4,50	3,00	4,50	4,00	6,00	4,00	4,00	4,00
2	5,00	3,00	3,50	3,00	4,00	4,00	3,00	2,00	3,00	4,00	3,00
3	3,00	1,00	3,50	3,50	6,00	4,00	1,00	6,00	3,00	5,00	3,00
4	3,00	3,00	3,00	5,50	4,00	5,00	3,00	5,00	4,00	5,00	3,00
5	4,00	4,00	5,50	5,50	5,00	6,00	6,00	5,00	5,00	6,00	5,00
6	5,00	4,00	4,00	6,00	3,00	5,50	5,00	6,00	4,50	4,00	3,00
7	6,00	5,50	6,00	5,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00
8	3,00	3,00	5,00	6,00	4,00	5,00	6,00	3,00	4,00	6,00	5,00
9	5,00	4,00	4,50	5,50	5,00	3,00	6,00	3,00	5,00	5,00	3,00
10	4,00	3,00	3,50	5,00	2,00	5,00	6,00	4,00	5,50	4,00	2,00
11	1,00	3,00	3,50	6,00	3,00	3,50	5,00	1,00	2,50	4,00	,00
12	2,00	2,50	5,00	4,00	3,00	4,50	6,00	4,00	3,00	5,00	3,00
13	1,00	3,50	4,50	5,00	4,00	5,00	5,00	5,00	3,50	5,00	4,00
14	4,00	4,00	5,00	3,00	5,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00
15	5,00	4,50	6,00	5,50	5,00	3,50	6,00	3,00	6,00	6,00	5,00
16	5,00	6,00	6,00	5,50	6,00	6,00	6,00	5,00	5,50	6,00	5,00
17	4,00	2,50	4,00	5,00	4,00	5,00	6,00	6,00	3,00	5,00	,00
18	3,00	1,00	3,50	6,00	3,00	6,00	5,00	5,00	3,00	3,00	2,00

Resúmenes de casos

	Autoestima	Automotivación	Autoeficacia emocional	Responsabilidad	Actitud positiva	Pensamiento crítico	Análisis crítico de normas sociales	Asumir valores éticos y morales	Resiliencia	Pensamiento creativo	Adaptabilidad
19	3,00	4,50	4,00	5,00	3,00	4,00	4,00	3,00	3,00	3,00	3,00
20	2,00	4,50	4,50	4,50	5,00	5,50	4,00	4,00	4,00	5,00	4,00
21	5,00	4,50	5,00	5,50	4,00	4,50	4,00	6,00	4,50	5,00	2,00
22	3,00	3,50	3,50	4,00	3,00	4,00	4,00	3,00	4,00	4,00	4,00
23	4,00	3,00	4,50	4,50	4,00	4,00	4,00	4,00	3,00	5,00	4,00
24	3,00	3,50	5,00	5,50	4,00	5,00	6,00	5,00	3,50	5,00	3,00
25	3,00	3,00	3,50	4,50	1,00	1,50	5,00	5,00	3,00	2,00	1,00
26	3,00	4,50	5,00	3,50	5,00	5,50	4,00	3,00	4,50	5,00	3,00
27	5,00	4,50	4,00	5,00	4,00	4,50	6,00	4,00	4,50	5,00	5,00
28	2,00	3,00	4,00	5,00	2,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	4,00
29	3,00	3,00	4,00	4,50	4,00	4,50	4,00	4,00	2,50	5,00	2,00
30	5,00	5,00	6,00	6,00	4,00	4,00	6,00	5,00	5,00	6,00	3,00
31	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,50	6,00	5,00	3,50	5,00	2,00
32	6,00	4,50	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	4,00	5,00	6,00	5,00
33	3,00	5,00	4,50	4,50	4,00	4,00	6,00	5,00	3,50	4,00	2,00
34	5,00	4,50	5,50	4,50	4,00	5,00	3,00	3,00	4,00	4,00	2,00
35	3,00	4,00	5,00	6,00	4,00	5,50	6,00	5,00	5,00	4,00	5,00
36	2,00	3,50	4,50	4,50	3,00	5,00	5,00	6,00	4,50	4,00	4,00
37	4,00	2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	5,00	4,00	4,00	4,00
38	2,00	2,00	3,50	4,50	3,00	2,50	4,00	5,00	2,50	3,00	,00
39	4,00	3,00	5,50	6,00	5,00	5,00	4,00	6,00	4,50	5,00	4,00
40	2,00	2,00	3,00	4,50	2,00	3,50	4,00	5,00	4,00	3,00	2,00

Resúmenes de casos

	Autoestima	Automotivación	Autoeficacia emocional	Responsabilidad	Actitud positiva	Pensamiento crítico	Análisis crítico de normas sociales	Asumir valores éticos y morales	Resiliencia	Pensamiento creativo	Adaptabilidad
41	4,00	4,00	4,50	5,00	5,00	5,00	3,00	6,00	4,00	4,00	4,00
42	5,00	2,50	5,00	5,00	4,00	5,50	6,00	5,00	5,00	5,00	4,00
43	4,00	4,00	4,50	5,00	4,00	5,00	6,00	4,00	5,00	5,00	5,00
44	2,00	3,00	4,00	4,00	3,00	4,50	4,00	4,00	4,00	2,00	2,00
45	4,00	4,00	5,50	6,00	4,00	5,00	4,00	3,00	4,50	6,00	3,00
46	2,00	3,50	4,00	6,00	3,00	4,50	4,00	6,00	3,00	4,00	4,00
47	5,00	3,50	4,50	5,00	4,00	5,00	5,00	5,00	3,50	5,00	4,00
48	4,00	4,00	5,00	3,50	3,00	5,00	4,00	3,00	4,00	3,00	4,00
49	4,00	3,00	5,00	5,50	5,00	4,00	5,00	5,00	4,50	5,00	4,00
50	3,00	3,00	5,00	5,50	3,00	4,50	6,00	6,00	5,00	4,00	3,00
51	4,00	3,00	3,50	5,00	4,00	4,00	4,00	5,00	3,50	5,00	1,00
52	3,00	3,00	4,50	4,50	4,00	4,00	4,00	5,00	4,50	5,00	4,00
53	1,00	3,50	5,00	5,00	4,00	4,50	2,00	6,00	2,50	4,00	1,00
54	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00
55	2,00	3,00	6,00	5,00	4,00	4,50	6,00	2,00	3,50	5,00	4,00
56	2,00	2,50	4,00	4,50	2,00	3,50	5,00	4,00	2,50	4,00	4,00
57	5,00	4,50	4,00	5,50	3,00	4,00	6,00	3,00	3,50	6,00	3,00
58	3,00	5,00	5,00	5,50	5,00	5,00	6,00	3,00	3,50	5,00	4,00
59	1,00	1,50	3,50	5,00	3,00	5,50	5,00	3,00	3,00	5,00	4,00
60	,00	2,00	5,00	5,00	,00	4,00	2,00	3,00	3,50	2,00	2,00
61	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	6,00	6,00	5,50	5,00	5,00
62	5,00	3,50	6,00	6,00	2,00	5,00	6,00	6,00	3,50	6,00	1,00

Resúmenes de casos

[illegible]

Tabla 43

Resultados: Puntajes directos de microcompetencias de competencia social

Resúmenes de casos													
	Dominar las habilidades sociales básicas	Respeto por los demás	Comunicación receptiva	Comunicación expresiva	Compartir emociones	Comportamiento prosocial y cooperación	Trabajo en equipo	Asertividad	Prevención y gestión de conflictos	Capacidad para gestionar situaciones emocionales	Liderazgo emocional	Clima emocional	Habilidad intercultural
1	4,50	3,00	3,33	3,00	3,50	4,00	3,00	4,00	3,33	5,00	4,00	3,50	4,00
2	3,00	3,50	3,33	4,00	3,00	3,00	4,00	3,67	4,00	3,00	3,00	5,50	3,00
3	1,50	4,50	3,00	2,00	4,50	3,00	5,00	3,33	2,33	3,00	2,00	3,00	1,00
4	2,50	5,00	4,33	2,00	4,00	6,00	4,00	3,33	4,67	4,00	5,00	4,00	4,00
5	4,50	5,50	5,33	1,00	5,50	6,00	5,00	5,33	5,67	4,00	6,00	6,00	6,00
6	3,00	5,00	3,33	1,00	2,00	5,00	4,00	3,67	4,00	4,00	5,00	4,00	5,00
7	5,50	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	5,00	5,67	6,00	4,00	6,00	6,00	6,00
8	5,00	6,00	4,00	5,00	3,50	6,00	2,00	4,00	4,33	5,00	6,00	6,00	6,00
9	5,00	5,50	5,00	5,00	5,00	6,00	5,00	4,67	4,00	5,00	5,00	5,00	5,00
10	2,50	5,00	3,67	3,00	4,00	5,00	2,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,50	3,00
11	1,50	4,50	3,33	,00	2,50	5,00	2,00	3,33	3,33	3,00	5,00	2,50	4,00
12	5,00	4,50	3,33	6,00	3,00	4,00	5,00	4,67	4,67	5,00	6,00	5,00	5,00
13	2,00	6,00	5,00	4,00	5,50	2,00	5,00	4,33	4,67	4,00	3,00	4,50	6,00
14	5,00	3,00	4,00	4,00	4,50	6,00	2,00	3,67	3,67	4,00	4,00	5,00	4,00
15	5,50	4,00	3,67	4,00	5,50	6,00	5,00	4,00	4,33	5,00	5,00	5,00	4,00
16	2,50	5,00	4,33	5,00	5,50	5,00	5,00	4,67	5,33	5,00	6,00	5,50	6,00
17	1,50	6,00	5,00	1,00	4,50	4,00	5,00	5,33	5,00	2,00	5,00	5,00	4,00

Resúmenes de casos

	Dominar las habilidades sociales básicas	Respeto por los demás	Comunicación receptiva	Comunicación expresiva	Compartir emociones	Comportamiento prosocial y cooperación	Trabajo en equipo	Asertividad	Prevención y gestión de conflictos	Capacidad para gestionar situaciones emocionales	Liderazgo emocional	Clima emocional	Habilidad intercultural
18	1,00	4,50	2,67	2,00	2,00	5,00	3,00	4,33	3,00	3,00	4,00	4,00	5,00
19	3,50	4,50	4,67	2,00	3,00	5,00	2,00	3,67	3,33	5,00	4,00	5,00	4,00
20	4,50	4,50	4,67	3,00	3,00	6,00	3,00	4,33	4,33	5,00	5,00	4,50	6,00
21	4,00	4,50	4,67	2,00	5,00	5,00	4,00	4,33	4,67	4,00	5,00	5,00	6,00
22	3,50	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	3,33	3,67	4,00	4,00	3,50	4,00
23	4,00	4,00	4,00	4,00	4,50	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00
24	4,50	5,50	5,00	3,00	5,00	5,00	4,00	4,00	4,33	4,00	1,00	4,50	6,00
25	4,50	5,50	3,33	2,00	5,00	4,00	2,00	3,67	3,33	4,00	5,00	4,50	6,00
26	3,00	4,50	4,00	3,00	4,50	4,00	5,00	4,33	4,33	6,00	5,00	4,00	4,00
27	5,50	5,00	5,00	6,00	3,50	6,00	4,00	4,33	5,00	5,00	6,00	3,50	6,00
28	5,50	5,00	3,00	4,00	4,00	5,00	3,00	5,00	4,33	4,00	4,00	4,50	6,00
29	4,00	4,00	3,33	2,00	3,00	5,00	2,00	4,67	4,00	5,00	5,00	4,50	4,00
30	5,00	6,00	5,00	6,00	5,00	6,00	4,00	4,67	4,67	4,00	6,00	5,00	6,00
31	3,00	5,00	3,67	5,00	3,50	4,00	5,00	4,67	4,00	4,00	4,00	5,00	4,00
32	5,00	5,50	4,33	2,00	3,50	5,00	1,00	4,33	4,67	3,00	5,00	4,50	1,00
33	4,00	6,00	3,67	3,00	4,50	6,00	4,00	4,00	3,33	4,00	5,00	5,50	6,00
34	3,50	4,50	3,00	2,00	4,50	6,00	4,00	3,00	4,33	3,00	6,00	6,00	6,00
35	6,00	5,50	5,00	6,00	6,00	6,00	3,00	5,00	5,33	5,00	4,00	5,50	5,00
36	4,50	4,50	5,00	5,00	5,00	6,00	2,00	3,67	4,33	4,00	5,00	5,00	6,00
37	3,00	5,00	5,00	4,00	5,00	6,00	4,00	4,67	4,33	5,00	6,00	5,00	6,00

Resúmenes de casos

	Dominar las habilidades sociales básicas	Respeto por los demás	Comunicación receptiva	Comunicación expresiva	Compartir emociones	Comportamiento prosocial y cooperación	Trabajo en equipo	Asertividad	Prevención y gestión de conflictos	Capacidad para gestionar situaciones emocionales	Liderazgo emocional	Clima emocional	Habilidad intercultural
38	4,00	4,50	3,67	1,00	2,00	6,00	3,00	4,67	3,00	5,00	6,00	4,50	4,00
39	3,50	5,00	4,00	3,00	5,00	5,00	5,00	3,67	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00
40	2,00	4,00	3,33	4,00	3,00	4,00	1,00	3,33	4,00	2,00	2,00	4,00	4,00
41	4,00	5,50	4,33	4,00	4,00	5,00	2,00	3,67	4,00	3,00	5,00	4,50	5,00
42	5,00	5,50	5,00	5,00	4,50	5,00	5,00	4,67	4,00	4,00	4,00	4,50	5,00
43	4,00	6,00	5,00	4,00	4,00	6,00	3,00	5,67	4,33	4,00	4,00	4,00	6,00
44	4,00	4,50	3,67	4,00	4,00	5,00	2,00	3,33	4,00	4,00	6,00	4,50	4,00
45	4,50	5,00	4,00	4,00	4,50	5,00	4,00	5,00	3,67	5,00	6,00	4,50	5,00
46	5,00	5,50	3,67	2,00	2,50	6,00	4,00	4,67	3,33	4,00	5,00	4,50	5,00
47	2,00	6,00	5,00	4,00	5,50	2,00	5,00	4,33	4,67	4,00	3,00	4,50	6,00
48	6,00	3,50	3,67	4,00	3,50	6,00	1,00	4,33	3,67	3,00	4,00	4,50	4,00
49	5,50	5,00	5,33	5,00	5,50	6,00	5,00	4,67	4,33	5,00	5,00	4,50	6,00
50	5,00	4,50	4,67	5,00	4,50	4,00	2,00	5,00	4,00	3,00	4,00	4,50	6,00
51	3,50	5,00	4,33	4,00	3,50	6,00	4,00	5,00	4,00	3,00	6,00	4,50	5,00
52	4,50	6,00	4,00	4,00	4,50	5,00	5,00	4,33	4,00	5,00	5,00	4,00	6,00
53	4,00	5,00	4,00	4,00	4,50	6,00	4,00	4,33	3,67	4,00	5,00	5,00	6,00
54	6,00	3,00	5,67	1,00	3,00	6,00	6,00	6,00	5,67	5,00	6,00	6,00	6,00
55	5,50	3,50	4,33	1,00	6,00	4,00	1,00	4,67	4,00	5,00	6,00	5,00	6,00
56	3,00	4,00	3,00	4,00	3,50	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00	2,00	4,50	4,00
57	2,00	4,00	3,00	3,00	2,00	6,00	2,00	5,00	4,67	5,00	5,00	5,00	5,00

Resúmenes de casos

	Dominar las habilidades sociales básicas	Respeto por los demás	Comunicación receptiva	Comunicación expresiva	Compartir emociones	Comportamiento prosocial y cooperación	Trabajo en equipo	Asertividad	Prevención y gestión de conflictos	Capacidad para gestionar situaciones emocionales	Liderazgo emocional	Clima emocional	Habilidad intercultural
58	5,00	5,50	4,67	4,00	5,50	4,00	5,00	5,67	4,00	6,00	6,00	5,00	5,00
59	4,50	4,50	3,00	2,00	3,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	1,00	4,50	6,00
60	4,00	3,50	2,67	3,00	3,50	3,00	5,00	4,00	2,33	4,00	5,00	3,00	5,00
61	5,00	5,00	5,00	6,00	4,00	6,00	5,00	4,33	4,33	4,00	6,00	5,50	5,00
62	1,00	4,50	5,33	4,00	6,00	6,00	6,00	6,00	4,67	5,00	6,00	5,50	6,00
63	2,50	6,00	4,00	1,00	4,00	6,00	3,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	6,00
64	4,50	6,00	5,67	6,00	5,00	6,00	5,00	4,33	5,00	4,00	6,00	4,00	6,00
65	5,00	2,00	3,33	4,00	4,00	5,00	6,00	3,67	4,33	4,00	5,00	4,00	4,00
66	5,50	5,00	3,33	2,00	5,00	6,00	1,00	4,33	4,67	5,00	6,00	5,50	6,00
67	3,00	4,00	3,33	,00	3,50	4,00	4,00	3,00	3,67	3,00	5,00	3,50	4,00
68	2,50	6,00	3,67	2,00	3,00	4,00	3,00	5,33	4,00	4,00	5,00	4,00	3,00
69	4,50	4,50	4,33	4,00	3,00	6,00	4,00	4,00	4,33	5,00	6,00	5,00	6,00
70	5,50	5,00	3,33	2,00	5,00	6,00	1,00	4,33	4,67	5,00	6,00	5,50	6,00
71	5,00	5,00	4,67	4,00	5,50	4,00	3,00	3,33	4,33	4,00	5,00	3,00	5,00
72	5,50	6,00	5,00	3,00	5,00	6,00	3,00	5,00	4,33	4,00	5,00	5,50	6,00
73	3,00	5,50	4,67	2,00	3,50	5,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	4,50	5,00
74	1,50	4,50	3,67	4,00	3,00	3,00	4,00	3,33	4,00	4,00	4,00	4,00	4,00
75	2,00	5,00	4,33	1,00	3,00	5,00	4,00	3,67	4,33	3,00	3,00	3,50	4,00
76	4,00	4,00	3,67	4,00	5,50	5,00	3,00	5,67	3,00	4,00	1,00	5,50	6,00
77	5,50	5,00	5,00	5,00	5,50	6,00	6,00	4,67	2,33	5,00	5,00	6,00	6,00

Resúmenes de casos

[illegible]

Tabla 44

Resultados: Puntajes directos de microcompetencias de habilidades de vida y bienestar

Resúmenes de casos							
	Fijar objetivos adaptativos	Toma de decisiones	Buscar ayuda y recursos	Ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida	Bienestar emocional	Fluir	Emociones estéticas
1	3,50	4,00	4,00	3,00	4,50	4,00	5,00
2	3,50	3,50	4,00	4,00	3,50	4,00	4,00
3	3,50	5,00	2,00	5,00	5,50	6,00	2,00
4	3,50	4,50	3,00	4,00	3,00	4,00	6,00
5	6,00	5,50	5,00	5,00	2,00	6,00	6,00
6	5,50	4,00	5,00	,00	3,50	5,00	6,00
7	6,00	6,00	6,00	5,00	4,50	6,00	6,00
8	4,50	4,00	2,00	4,00	2,50	6,00	6,00
9	4,50	5,00	3,00	6,00	3,50	3,00	4,00
10	5,00	5,50	4,00	4,00	2,50	3,00	6,00
11	4,50	3,00	2,00	2,00	2,00	5,00	6,00
12	4,00	5,50	2,00	5,00	3,00	4,00	6,00
13	4,50	5,50	5,00	,00	2,00	1,00	5,00
14	4,00	4,00	4,00	6,00	2,00	6,00	4,00
15	3,50	5,50	5,00	4,00	4,00	6,00	6,00
16	6,00	5,00	6,00	5,00	3,50	6,00	6,00
17	4,50	5,00	2,00	3,00	3,50	5,00	6,00
18	3,50	3,50	1,00	3,00	2,00	3,00	4,00
19	3,50	4,50	2,00	4,00	2,00	4,00	5,00
20	5,50	5,00	3,00	4,00	4,50	5,00	6,00
21	5,00	5,00	5,00	4,00	4,00	6,00	6,00
22	4,00	4,00	4,00	4,00	2,50	3,00	4,00
23	4,00	4,50	4,00	3,00	3,50	4,00	6,00
24	4,50	5,50	5,00	4,00	2,00	5,00	6,00
25	4,50	3,00	4,00	,00	3,50	5,00	6,00
26	4,00	3,50	1,00	2,00	3,50	4,00	6,00
27	4,00	6,00	5,00	5,00	5,00	5,00	6,00
28	4,00	5,50	4,00	5,00	2,00	4,00	5,00
29	4,50	5,00	2,00	3,00	3,50	4,00	6,00

Resúmenes de casos

	Fijar objetivos adaptativos	Toma de decisiones	Buscar ayuda y recursos	Ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida	Bienestar emocional	Fluir	Emociones estéticas
30	4,50	5,00	6,00	6,00	5,00	6,00	6,00
31	4,50	4,50	4,00	6,00	4,00	5,00	6,00
32	3,50	5,00	4,00	4,00	4,50	5,00	6,00
33	5,00	5,50	6,00	4,00	3,00	4,00	6,00
34	5,50	4,00	5,00	3,00	4,50	6,00	6,00
35	5,50	5,50	6,00	3,00	4,00	6,00	6,00
36	4,50	5,00	5,00	4,00	4,00	5,00	6,00
37	4,00	4,00	4,00	6,00	3,00	6,00	6,00
38	3,50	3,50	3,00	2,00	3,00	3,00	5,00
39	4,50	5,00	4,00	3,00	3,50	5,00	6,00
40	4,00	5,00	5,00	2,00	3,00	2,00	4,00
41	4,50	4,50	4,00	4,00	4,50	5,00	6,00
42	4,50	3,50	5,00	4,00	3,00	5,00	5,00
43	5,00	6,00	4,00	5,00	4,50	2,00	6,00
44	4,00	4,50	4,00	4,00	2,50	5,00	6,00
45	4,50	5,50	5,00	5,00	5,00	4,00	6,00
46	4,00	4,50	4,00	4,00	2,50	4,00	6,00
47	4,50	5,50	5,00	,00	2,00	1,00	5,00
48	3,50	4,00	4,00	4,00	3,50	4,00	6,00
49	5,00	5,50	6,00	3,00	4,00	6,00	6,00
50	5,00	6,00	5,00	5,00	1,00	6,00	5,00
51	4,00	4,00	2,00	3,00	3,00	4,00	6,00
52	4,50	4,50	3,00	4,00	3,50	5,00	6,00
53	4,50	4,50	5,00	5,00	2,00	4,00	6,00
54	6,00	6,00	6,00	6,00	5,50	6,00	6,00
55	5,50	5,50	4,00	6,00	3,50	4,00	6,00
56	3,50	5,50	3,00	3,00	2,50	4,00	6,00
57	5,00	5,50	2,00	3,00	2,50	6,00	5,00
58	4,00	5,50	5,00	3,00	3,00	4,00	6,00
59	3,50	4,50	3,00	3,00	3,00	6,00	6,00
60	3,50	3,50	4,00	3,00	2,50	2,00	4,00
61	4,50	5,00	5,00	5,00	5,50	6,00	6,00
62	5,50	6,00	6,00	6,00	4,50	6,00	6,00
63	3,50	4,50	2,00	5,00	3,00	4,00	5,00

Resúmenes de casos

	Fijar objetivos adaptativos	Toma de decisiones	Buscar ayuda y recursos	Ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida	Bienestar emocional	Fluir	Emociones estéticas
64	5,50	5,50	5,00	6,00	4,00	6,00	6,00
65	3,50	5,00	3,00	4,00	3,00	2,00	5,00
66	4,50	5,50	4,00	6,00	3,00	6,00	6,00
67	3,50	3,00	2,00	2,00	1,50	2,00	4,00
68	4,00	4,50	2,00	3,00	2,00	3,00	4,00
69	4,50	4,00	4,00	4,00	3,50	6,00	6,00
70	4,50	5,50	4,00	6,00	3,00	6,00	6,00
71	4,50	5,00	5,00	5,00	5,00	6,00	6,00
72	5,50	6,00	4,00	4,00	4,50	5,00	6,00
73	4,00	4,50	3,00	4,00	2,50	4,00	5,00
74	4,00	4,50	2,00	4,00	2,00	5,00	4,00
75	4,50	4,00	1,00	3,00	2,50	3,00	5,00
76	3,50	4,00	1,00	5,00	3,50	6,00	6,00
77	5,50	5,50	6,00	5,00	5,50	6,00	6,00
78	3,00	4,00	4,00	4,00	3,00	4,00	5,00
79	6,00	6,00	5,00	5,00	4,00	3,00	6,00
80	4,00	6,00	3,00	6,00	1,50	6,00	6,00
81	3,00	3,00	1,00	2,00	3,00	4,00	4,00
82	4,50	4,50	1,00	4,00	5,50	4,00	6,00
Total N	82	82	82	82	82	82	82

Anexo N°7: Resultados: Niveles de competencia emocional global y de cada dimensión

Tabla 45

Resultados: niveles de competencia emocional global y sus dimensiones

Resúmenes de casos						
	Nivel competencia emocional global	Nivel conciencia emocional	Nivel regulación emocional	Nivel autonomía emocional	Nivel competencia social	Nivel habilidades de vida y bienestar
1	Medio	Medio	Alto	Alto	Medio	Medio
2	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
3	Medio	Medio	Alto	Medio	Medio	Alto
4	Medio	Alto	Medio	Medio	Alto	Medio
5	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
6	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio	Alto
7	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
8	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Medio
9	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
10	Alto	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto
11	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
12	Alto	Alto	Medio	Medio	Alto	Alto
13	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio
14	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio
15	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
16	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
17	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto
18	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
19	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
20	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto
21	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
22	Medio	Alto	Medio	Medio	Medio	Medio
23	Medio	Alto	Medio	Medio	Alto	Alto
24	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto
25	Medio	Medio	Bajo	Medio	Alto	Medio
26	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio
27	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
28	Alto	Alto	Medio	Medio	Alto	Alto

Resúmenes de casos

	Nivel competencia emocional global	Nivel conciencia emocional	Nivel regulación emocional	Nivel autonomía emocional	Nivel competencia social	Nivel habilidades de vida y bienestar
29	Medio	Alto	Medio	Medio	Medio	Alto
30	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
31	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
32	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto	Alto
33	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto	Alto
34	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto
35	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
36	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto	Alto
37	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
38	Medio	Medio	Bajo	Medio	Medio	Medio
39	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
40	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
41	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto
42	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
43	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
44	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Alto
45	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
46	Medio	Medio	Medio	Alto	Alto	Medio
47	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio
48	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
49	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto
50	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
51	Alto	Alto	Medio	Medio	Alto	Medio
52	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto
53	Medio	Alto	Medio	Medio	Alto	Alto
54	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
55	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto
56	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
57	Alto	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto
58	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto
59	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
60	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
61	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
62	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
63	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Medio
64	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto

Resúmenes de casos

	Nivel competencia emocional global	Nivel conciencia emocional	Nivel regulación emocional	Nivel autonomía emocional	Nivel competencia social	Nivel habilidades de vida y bienestar
65	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
66	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
67	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
68	Medio	Alto	Medio	Medio	Medio	Medio
69	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
70	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
71	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
72	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
73	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio
74	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
75	Medio	Alto	Medio	Medio	Medio	Medio
76	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio
77	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
78	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Medio
79	Alto	Alto	Medio	Alto	Alto	Alto
80	Medio	Alto	Medio	Medio	Alto	Alto
81	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio	Medio
82	Alto	Alto	Medio	Medio	Alto	Alto
Total N	82	82	82	82	82	82

Anexo N° 8: Tablas

Tabla 46

Frecuencias Sexo

Sexo			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Femenino	71	86,6
	Masculino	11	13,4
	Total	82	100,0

Tabla 47

Frecuencias Edad

Edad			
		Frecuencia	Porcentaje
		a	
Válido	22	6	7,3
	23	17	20,7
	24	8	9,8
	25	15	18,3
	26	11	13,4
	27	4	4,9
	28	5	6,1
	29	3	3,7
	30	4	4,9
	31	2	2,4
	32	3	3,7
	34	1	1,2

Edad		
	Frecuencia	Porcentaje
	a	
44	2	2,4
53	1	1,2
Total	82	100,0

Tabla 48

Estadísticos descriptivos Edad

Estadísticos Edad	
Media	26,39
Mediana	25,00
Desviación estándar	4,966
Rango	31
Mínimo	22
Máximo	53

Tabla 49

Frecuencias de puntajes directos de competencia emocional global

Competencia emocional global					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
3,17	1	1,2	4,28	1	1,2
3,19	1	1,2	4,29	2	2,4
3,22	1	1,2	4,30	1	1,2
3,25	1	1,2	4,35	1	1,2
3,38	2	2,4	4,36	1	1,2
3,41	1	1,2	4,38	1	1,2

Competencia emocional global					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
3,36	1	1,2	4,39	2	2,4
3,57	1	1,2	4,41	3	3,7
3,58	1	1,2	4,46	1	1,2
3,62	2	2,4	4,49	1	1,2
3,67	1	1,2	4,51	2	2,4
3,70	1	1,2	4,55	1	1,2
3,72	1	1,27	4,57	1	1,2
3,77	1	1,2	4,59	1	1,2
3,78	1	1,2	4,61	2	2,4
3,80	1	1,2	4,64	1	1,2
3,81	1	1,2	4,67	1	1,2
3,87	1	1,2	4,72	1	1,2
3,93	3	3,7	4,78	1	1,2
3,94	1	1,2	4,83	2	2,4
3,96	2	2,4	4,84	1	1,2
4,00	2	2,4	4,91	1	1,2
4,04	4	4,9	4,99	1	1,2
4,06	1	1,2	5,01	2	2,4
4,10	2	2,4	5,06	1	1,2
4,13	1	1,2	5,09	1	1,2
4,14	2	2,4	5,20	1	1,2
4,16	2	2,4	5,22	1	1,2
4,19	1	1,2	5,57	1	1,2
4,25	1	1,2	5,61	1	1,2
4,26	2	2,4			

Tabla 50

Frecuencias de puntajes directos de conciencia emocional

Conciencia Emocional					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
3,22	1	1,2	4,44	2	2,4
3,33	3	3,7	4,56	8	9,8
3,56	1	1,2	4,67	8	9,8
3,67	4	4,9	4,78	4	4,9
3,78	8	9,8	4,89	5	6,1
3,89	3	3,7	5,11	3	3,7
4,00	3	3,7	5,33	2	2,4
4,11	14	17,1	5,44	1	1,2
4,22	4	4,9	5,78	1	1,2
4,33	6	7,3	5,89	1	1,2

Tabla 51

Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de conciencia emocional

[illegible]

Tabla 52

Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de conciencia emocional

Microcompetencias Conciencia emocional						
	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar	Mínimo	Máximo
Toma de conciencia de las propias emociones	4,4756	5,0000	5,00	,87807	2,00	6,00
Dar nombre a las emociones	4,1098	4,0000	4,00	1,11118	1,00	6,00
Empatía	4,1585	4,0000	4,00	1,05958	1,00	6,00
Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento	4,1951	4,0000	4,50	,77681	2,50	6,00
Detectar creencias	4,6951	5,0000	4,00	1,01457	1,00	6,00
Atención plena	4,0488	4,0000	4,00	1,02923	,00	6,00
Conciencia ética y moral	5,0488	5,0000	5,00	,92833	2,00	6,00

Tabla 53

Frecuencias de puntajes directos de regulación emocional

Regulación emocional					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
1,82	1	1,2	4,09	4	4,9
2,00	1	1,2	4,18	4	4,9
2,73	1	1,2	4,27	3	3,7
2,82	4	49	4,36	6	7,3
3,00	2	2,4	4,45	8	9,8
3,09	2	2,4	4,64	1	1,2

Regulación emocional					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
3,27	5	6,1	4,73	2	2,4
3,36	3	3,7	4,82	2	2,4
3,45	4	4,9	4,91	1	1,2
3,55	3	3,7	5,00	2	2,4
3,64	4	4,9	5,09	2	2,4
3,73	3	3,7	5,27	1	1,2
3,82	2	2,4	5,36	1	1,2
3,91	3	3,7	5,55	1	1,2
4,00	6	7,3			

Tabla 54

Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de regulación emocional

[illegible]

Tabla 55

Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de regulación emocional

Microcompetencias Regulación emocional						
	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar	Mínimo	Máximo
Expresión emocional apropiada	4,0122	4,0000	4,00	1,46981	,00	6,00
Regulación de emociones y sentimientos	3,8049	4,0000	3,50	,91879	,50	6,00
Regulación emocional con conciencia ética y moral	4,5244	4,5000	4,50	,87455	1,50	6,00
Remind	3,3659	3,0000	3,00	1,58318	,00	6,00
Regulación de la ira para la prevención de la violencia	2,9634	3,0000	2,00	1,49439	,00	6,00
Tolerancia a la frustración	5,1463	5,0000	6,00	,80311	4,00	6,00
Estrategias de afrontamiento	3,8780	4,0000	4,00	1,48565	,00	6,00
Competencia para autogenerar emociones positivas	4,1220	4,0000	5,00	1,28994	,00	6,00
Manejo del estrés	3,1463	3,0000	3,00	1,49172	,00	6,00

Tabla 56

Frecuencias de puntajes directos de autonomía emocional

Autonomía emocional					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
2,94	1	1,2	4,38	2	2,4

Autonomía emocional					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
3,00	2	2,4	4,44	5	6,1
3,19	1	1,2	4,50	3	3,7
3,25	2	2,4	4,56	2	2,4
3,38	4	4,9	4,63	6	7,3
3,44	1	1,2	4,69	2	2,4
3,50	1	1,2	4,75	1	1,2
3,56	1	1,2	4,88	2	2,4
3,63	2	2,4	4,94	1	1,2
3,69	3	3,7	5,00	1	1,2
3,75	3	3,7	5,06	3	3,7
3,81	4	4,9	5,13	1	1,2
3,94	2	2,4	5,19	1	1,2
4,00	3	3,7	5,63	1	1,2
4,06	4	4,9	5,69	1	1,2
4,13	3	3,7	5,81	1	1,2
4,19	4	4,9	6,00	1	1,2
4,25	4	4,9			
4,31	3	3,7			

Tabla 57

Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de autonomía emocional

[illegible]

Tabla 58

Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de autonomía emocional

Microcompetencias Autonomía emocional						
	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar	Mínimo	Máximo
Autoestima	3,4634	3,0000	5,00	1,50058	,00	6,00
Automotivación	3,5366	3,5000	3,00	1,08520	1,00	6,00
Autoeficacia emocional	4,5732	4,5000	5,00	,80554	3,00	6,00
Responsabilidad	5,0061	5,0000	5,00	,72646	3,00	6,00
Actitud positiva	3,8293	4,0000	4,00	1,22530	,00	6,00
Pensamiento crítico	4,5854	4,5000	5,00	,81953	1,50	6,00
Análisis crítico de normas sociales	4,6463	5,0000	6,00	1,24099	1,00	6,00
Asumir valores éticos y morales	4,4268	4,0000	5,00	1,32433	,00	6,00
Resiliencia	3,9390	4,0000	4,00	,99812	1,50	6,00
Pensamiento creativo	4,6341	5,0000	5,00	,98773	2,00	6,00
Adaptabilidad	3,3049	4,0000	4,00	1,42888	,00	6,00

Tabla 59

Frecuencias de puntajes directos de competencia social

Competencia social					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
3,00	1	1,2	4,26	1	1,2
3,09	1	1,2	4,30	2	2,4
3,26	2	2,4	4,39	5	6,1
3,39	1	1,2	4,43	7	8,5
3,48	1	1,2	4,48	1	1,2
3,57	1	1,2	4,52	3	3,7
3,61	1	1,2	4,57	5	6,1
3,65	3	3,7	4,70	3	3,7

Competencia social					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
3,70	2	2,4	4,74	1	1,2
3,78	1	1,2	4,83	2	2,4
3,83	1	1,2	4,87	2	2,4
3,87	2	2,4	4,91	2	2,4
3,91	2	2,4	4,96	1	1,2
3,96	2	2,4	5,00	2	2,4
4,00	3	3,7	5,04	1	1,2
4,04	4	4,9	5,09	2	2,4
4,09	1	1,2	5,13	2	2,4
4,13	3	3,7	5,22	1	1,2
4,17	5	6,1	5,26	1	1,2
4,22	1	1,2	5,78	1	1,2

Tabla 60. Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de competencia social

[illegible]

Tabla 61

Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de competencia social. Continuación

	Comunicación receptiva		Asertividad		Prevención y gestión de conflictos	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
2,33	0	0	0	0	3	3,7
2,67	2	2,4	1	1,2	0	0
3,00	6	7,3	2	2,4	3	3,7
3,33	12	14,6	8	9,8	7	8,5
3,67	11	13,4	11	13,4	6	7,3
4,00	11	13,4	14	17,1	21	25,6
4,33	8	9,8	15	18,3	18	22,0
4,67	10	12,2	13	15,9	12	14,6
5,00	15	18,3	7	8,5	6	7,3
5,33	4	4,9	3	3,7	3	3,7
5,67	2	2,4	5	6,1	2	2,4
6,00	1	1,2	3	3,7	1	1,2
Total	82	100,0	82	100,0	82	100,0

Tabla 62

Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de competencia social

	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar	Mínimo	Máximo
Dominar las habilidades sociales básicas	3,9695	4,0000	5,00	1,32018	1,00	6,00
Respeto por los demás	4,7988	5,0000	5,00	,84569	2,00	6,00

	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar	Mínimo	Máximo
Comunicación receptiva	4,1789	4,0000	5,00	,78950	2,67	6,00
Comunicación expresiva	3,3049	4,0000	4,00	1,54512	,00	6,00
Compartir emociones	4,1159	4,0000	3,00	1,05789	2,00	6,00
Comportamiento prosocial y cooperación	5,0610	5,0000	6,00	1,04642	2,00	6,00
Trabajo en equipo	3,7317	4,0000	4,00	1,36127	1,00	6,00
Asertividad	4,3252	4,3333	4,33	,74990	2,67	6,00
Prevención y gestión de conflictos	4,1789	4,3333	4,00	,70894	2,33	6,00
Capacidad para gestionar situaciones emocionales	4,1951	4,0000	4,00	,83797	2,00	6,00
Liderazgo emocional	4,7561	5,0000	5,00	1,25276	1,00	6,00
Clima emocional	4,6159	4,5000	4,50	,76698	2,50	6,00
Habilidad intercultural	4,9634	5,0000	6,00	1,14875	1,00	6,00

Tabla 63

Frecuencias de puntajes directos de habilidades de vida y bienestar

Habilidades de vida y bienestar					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
2,60	1	1,2	4,30	4	4,9
2,90	2	2,4	4,40	6	7,3
3,20	1	1,2	4,50	2	2,4
3,30	2	2,4	4,60	1	1,2
3,40	2	2,4	4,70	4	4,9

Habilidades de vida y bienestar					
Puntaje	Frecuencia	Porcentaje	Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
3,50	4	4,9	4,80	5	6,1
3,60	2	2,4	4,90	3	3,7
3,70	6	7,3	5,00	2	2,4
3,80	2	2,4	5,10	5	6,1
3,90	2	2,4	5,20	2	2,4
4,00	7	8,5	5,30	2	2,4
4,10	5	6,1	5,60	3	3,7
4,20	6	7,3	5,90	1	1,2

Tabla 64

Frecuencias de puntajes directos de cada microcompetencia de habilidades de vida y bienestar

[illegible]

Tabla 65

Estadísticos descriptivos de cada microcompetencia de habilidades de vida y bienestar

Microcompetencias Habilidades de vida y bienestar						
	Media	Mediana	Moda	Desviación estándar	Mínimo	Máximo
Fijar objetivos adaptativos	4,3963	4,5000	4,50	,76068	3,00	6,00
Toma de decisiones	4,7744	5,0000	5,50	,83205	3,00	6,00
Buscar ayuda y recursos	3,8049	4,0000	4,00	1,44392	1,00	6,00
Ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida	3,9512	4,0000	4,00	1,44788	,00	6,00
Bienestar emocional	3,3354	3,2500	3,00	1,07167	1,00	5,50
Fluir	4,5732	5,0000	6,00	1,33362	1,00	6,00
Emociones estéticas	5,5122	6,0000	6,00	,82018	2,00	6,00

Tabla 66

Frecuencias de niveles de competencia emocional global

Nivel competencia emocional global			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Medio	28	34,1
	Alto	54	65,9
	Total	82	100,0

Tabla 67

Frecuencias de niveles de conciencia emocional

Frecuencia de niveles de conciencia emocional			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Medio	23	28,0
	Alto	59	72,0
	Total	82	100,0

Tabla 68

Frecuencias de niveles de regulación emocional

Nivel regulación emocional			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	2	2,4
	Medio	42	51,2
	Alto	38	46,3
	Total	82	100,0

Tabla 69

Frecuencias de niveles de autonomía emocional

Nivel autonomía emocional			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Medio	30	36,6
	Alto	52	63,4
	Total	82	100,0

Tabla 70

Frecuencias de niveles de competencia social

Nivel Competencia social			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Medio	24	29,3
	Alto	58	70,7
	Total	82	100,0

Tabla 71

Frecuencias de niveles de habilidades de vida y bienestar

Nivel habilidades de vida y bienestar			
		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Medio	31	37,8
	Alto	51	62,2
	Total	82	100,0

Tabla 72

Percentiles de niveles de competencia emocional global

Nivel competencia emocional global

N	Válido	82
	Perdidos	0
	Percentiles	5
		2,00
		10
		2,00
		25
		2,00
		50
		3,00

75	3,00
90	3,00
95	3,00

Tabla 73

Percentiles de niveles de cada competencia emocional

Percentiles	Nivel conciencia emocional	Nivel regulación emocional	Nivel autonomía emocional	Nivel habilidades de vida y bienestar	Nivel Competencia social
5	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00
10	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00
25	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00
50	3,00	2,00	3,00	3,00	3,00
75	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00
90	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00
95	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00

Tabla 74

Comentarios de estudiantes de la licenciatura en psicología ante la aplicación del instrumento

Comentario

- 1 Me hizo re-pensar mi relación con mis emociones, principalmente en momentos de enojo. Creo que las veces en las que seleccione "Ni en acuerdo ni en desacuerdo" da cuenta de la desconexión y desconocimiento acerca de mi misma ante algunas situaciones. ¡Éxitos en tu investigación!
-

Comentario

-
- 2** Muy bueno. Para reflexionar
-
- 3** En las respuestas que elegí la opción de ni en acuerdo ni en desacuerdo, pienso que depende la situación que uno viva y en qué momento se encuentre.
-
- 4** Fue útil para reflexionar algunas cuestiones referidas a mis emociones
-
- 5** Me re gustó, me hizo reflexionar bastante cada afirmación y como lo planteaste. Y más para nuestra carrera. Éxitos!
-

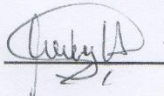
Hoja de evaluación

Hoja de evaluación

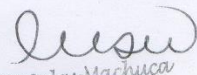
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SALTA
FACULTAD DE ARTES Y CIENCIAS
LICENCIATURA EN PSICOLOGIA

**“Competencias emocionales de los estudiantes de quinto
año de la carrera Licenciatura en Psicología de la
Universidad Católica de Salta en el año 2020”**

Alumna: Arroyo, Lorena Milagro
DNI: 38341423

Firma: 

Directora: Lic. Salas Machuca, Carina
Emilia
DNI: 21.633.252

Firma: 
Carina Salas Machuca
Lic. en Psicología
M.P. 331
M.E. 111

EVALUACIÓN

- Decisión: _____
- Tribunal evaluador:
 - Jurado: _____
 - Jurado: _____
 - Jurado: _____
- Lugar y fecha: _____