

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA



**Inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de
psicología de Huacho, 2019**

Tesis Para Optar El Título De Licenciado En Psicología

Autor:

Luis Enrique Martinez Berrospi

Asesora:

Dra. Erica Millones Alba

Chimbote - Perú

2019

Dedicatoria

A mi familia por su apoyo, trabajo y sacrificio, por ustedes he logrado llegar aquí. A mis abuelos, a mi hijo y principalmente a mis padres por los valores y la confianza brindada en cada etapa de mi desarrollo como persona.

AGRADECIMIENTOS

A mis padres que representan la motivación desde el principio para lograr los objetivos establecidos, por guiarme en el camino correcto y enseñarme a superar los obstáculos, a desarrollarme como persona, emocional e intelectualmente, a mis abuelos y tíos que están presentes guiándome socialmente a ser capaz de poseer las suficientes habilidades para poder relacionarme adecuadamente con los demás y desarrollarme en el entorno en el que me encuentro.

A mi hijo quien es a quien debo dirigir como su padre, a él que me enseñó que los grandes momentos están en las pequeñas sonrisas, a ti toda mi vida, ya que debo educarte con el ejemplo, a tu madre por darme la oportunidad de desarrollarme como padre y Garantizar la seguridad de nuestro hijo. A los maestros que me forjaron como futuro psicólogo y por compartir sus conocimientos a nivel teórico y práctico para una sólida formación.

Finalmente, a la Universidad de San Pedro y a los que formaron parte de la Investigación, especialmente al apoyo de Magister Erica Millones Alba, mi asesora por darme suficiente confianza y oportunidades para perfeccionar esta investigación y comprender mi deseo de ser todos los días Un poco más psicólogo.

DERECHOS DE AUTORÍA Y DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, Luis Enrique Martínez Berrospi, con documento de identidad No. 77160755, autor de la tesis titulada "Inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019" y a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes contempladas en el Reglamento de Grados y títulos de la Universidad de San Pedro, declaro bajo juramento que:

1. La presente tesis es de mi autoría. Por lo tanto, otorgo a la Universidad de San Pedro el poder de comunicar, difundir, publicar y reproducir parcial o totalmente la tesis en medios analógicos o digitales, indicando que la autoría o creación de la tesis corresponde a mi persona.
2. He respetado las normas internacionales de designación y referencias para las fuentes consultadas, establecidas por la Universidad de San Pedro, respetando así los derechos de autor.
3. La presente tesis no ha sido publicada ni presentada previamente para obtener un título académico profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales; no fueron falsificados, duplicados o copiados; Por lo cual, los resultados presentados se constituirán en contribuciones teóricas y prácticas en la realidad investigada.
5. En este sentido de identificar el plagio, el fraude, el auto plagio, la piratería o la falsificación, asumo la responsabilidad y las consecuencias en las que se convierten mis acciones, sujeto a las disposiciones contenidas en los reglamentos académicos de la Universidad de San Pedro.

Chimbote, 20 de noviembre de 2019

INDICE

TEMA	PAGINA
Dedicatoria.....	i
Agradecimientos	ii
Derechos de autoría y declaración de autenticidad.....	iii
Índice de contenido.....	iv
Índice de tablas	v
Palabras clave.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
INTRODUCCION	
1. Antecedentes y Fundamentación científica	1
2. Justificación de investigación	7
3. Problema	7
4. Conceptualización y operacionalización de las variables	7
5. Hipótesis	11
6. Objetivos	12
METODOLOGIA	
1. Tipo y Diseño de investigación.....	13
2. Población y Muestra.....	14
3. Técnicas e instrumentos de investigación.....	14
4. Procesamiento y análisis de la información.....	15
RESULTADOS.....	17
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN.....	25
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	28
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	30
ANEXOS	33

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Distribución de los niveles de la variable inteligencia emocional.....	17
Tabla 2 <i>Distribución</i> de los niveles de Habilidades sociales.....	18
Tabla 3. Coeficiente de correlación de Spearman entre las variables	19
Tabla 4 Coeficiente de correlación de Spearman entre la Escala Intrapersonal y las Habilidades sociales.....	20
Tabla 5. Coeficiente de correlación de Spearman entre la escala interpersonal y las habilidades	21
Tabla 6. Coeficiente de correlación de Spearman entre la adaptabilidad y las habilidades sociales.....	22
Tabla 7. Coeficiente de correlación de Spearman entre el manejo de estrés y las habilidades sociales.....	23
Tabla 8. Coeficiente de correlación de Spearman entre el control de impulsos y habilidades sociales.....	24

PALABRAS CLAVE

Inteligencia emocional, habilidades sociales, correlacional, psicología, estudiantes

KEYWORDS

Emotional intelligence, Social skills, Correlational, Psychology, Students

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Área : Ciencias Médicas y de la Salud

Sub Área : Ciencias de la Salud

Disciplina : Salud Pública

Línea : Psicología clínica y de la salud

Resumen

La presente investigación tuvo por objetivo establecer la relación entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019. El tipo de estudio fue cuantitativo de nivel correlacional y el diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 234 estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Tuvo la hipótesis general de que existe una relación entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales en los estudiantes de la escuela profesional de psicología de la psicología de Huacho, 2019. La inteligencia emocional fue evaluada por el Ice BarOn desarrollado por Raven BarOn y adaptado al Perú por Nelly Ugarriza y las habilidades sociales fueron evaluadas con el Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein. El procesamiento de datos fue a través del programa estadístico de SPSS v.25. Entre los resultados se encontró que, si hay una relación significativa entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales, por otro lado, también hubo una relación significativa entre los componentes de la inteligencia emocional y las habilidades sociales.

Abstract

The purpose of this research was to establish the relationship between emotional intelligence and social skills in psychology students of Huacho, 2019. The type of study was quantitative of Correlational Level, and the research design is non-experimental. The sample consisted of 234 students of the Professional School of Psychology of Psychology of Huacho, 2019. He had the general hypothesis that there is a relationship between emotional intelligence and social skills in students of psychology of Huacho, 2019. Emotional Intelligence was evaluated by the Ice BarOn developed by Raven BarOn and adapted to Peru by Nelly Ugarriza and social skills were evaluated with the Goldstein Social Skills Questionnaire. The data processing was through the statistical program of SPSS v.25. Among the results it was found that, if there is a significant relationship between emotional intelligence and social skills, on the other hand, there was also a significant relationship between the components of emotional intelligence and social Skills.

INTRODUCCIÓN

1. Antecedentes y bases científicas

A nivel internacional, hay estudios que muestran que una carencia de inteligencia emocional y habilidades sociales representa un problema para el óptimo desarrollo de la persona. Ambos están estrechamente relacionados y un déficit en uno también afecta al otro. Por ejemplo, "las féminas tienden al rechazo de fomentar roles en el ámbito social debido a una inteligencia emocional baja" (Bisquerra, 2005, p. 17). Aquí se evidencia casuísticamente cómo la baja inteligencia emocional conduce a no desarrollar las habilidades sociales necesarias para adaptarse a los roles que conlleva la sociedad. Perú no es ajeno al problema, ya que la inteligencia emocional contribuye al desarrollo de habilidades sociales que son necesarias para "alcanzar un pleno bienestar tanto en lo laboral como en lo personal". (Valencia, 2019, p. 1). Por otro lado, una baja inteligencia emocional generaría un déficit en las habilidades sociales que da como resultado un desequilibrio social, Ambrosio y Lescano "mostraron que el 31.3% de los adolescentes en todo el país presentaban deficiencias con respecto a la conjunto de habilidades sociales que poseían "(2003, p.5). Esto demuestra que una educación integral basada en la inteligencia emocional debe ser considerada dentro del sector educativo para contribuir al desarrollo de las habilidades sociales necesarias para los estudiantes, ya que una de las necesidades apremiantes en el sector universitario es generar una inteligencia emocional básica para desarrollar lazos personales sanos y al mismo tiempo desarrollar las habilidades sociales necesarias para interactuar y Aumenta significativamente las posibilidades de lograr un excelente rendimiento a nivel de trabajo. Entonces, al estar relacionado, deben trabajar juntos.

La Inteligencia emocional para BarOn (1997, p. 79) es el "conjunto de habilidades emocionales las cuales influyen en la forma en que enfrentamos las demandas y la presión del entorno". Considerado como un factor importante para generar formas de adaptación. Asociada directamente a las habilidades sociales que nos ayudan a hacer frente a situaciones socioemocionales. La autoaceptación y la heteroaceptación de la

inteligencia emocional, así como el manejo del estrés, la adaptabilidad y el estado de ánimo general están directamente relacionados con las escalas de consideración con los demás y el liderazgo, que es parte de las Habilidades sociales avanzadas.

El concepto de inteligencia emocional se basa en la introducción del concepto de inteligencia social en la década de 1920; Ya en 1990 se escribió el primer artículo científico que se refería al término en sí. Es con Goleman que se hace popular a nivel de los Estados Unidos en 1995 ya que para el autor "la persona se conoce a sí misma" (Goleman, 1995, p.48) y la popularidad fue tan grande que dos años más tarde en 1997 publica un cuestionario de autoinforme sobre el nivel de inteligencia emocional que poseían las personas; "Ya en 2003 se da la primera medida de la capacidad de inteligencia emocional". (Furnham, 2012, p. 2)

El concepto de habilidades sociales se centró en "gerentes, jefes, políticos, entre otros". (Thorndike, 1920, p. 227-335), Thorndike comenzó la evolución del estudio de la psicología humana y la inteligencia no solo académica sino también emocional para el desarrollo del hombre. Ya en 1990 adquiere carácter científico porque su necesidad radica en mejorar la calidad de vida, según lo descrito por Peter Salovey y John Mayer, en función de la capacidad de las personas para comprender, regular, asimilar y expresar sus emociones.

Goleman se centra en el concepto de inteligencia emocional como la "capacidad o destreza de reconocer los propios sentimientos de la persona, así como los de otras personas". (1995, p. 55). Por lo tanto, quien desarrolla el mismo, es inteligente para poder llevar a cabo la gestión y administración de las mismas. Lo que significa que la persona tiene un equilibrio emocional que le permite desarrollarse mejor con los demás y regular sus emociones, por lo que también ayuda a expandir las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos que incluyen las habilidades de conocimiento de sus propios sentimientos, el de otros, de expresión de afecto y recepción de afecto. Por otro lado, la inteligencia emocional influye en la capacidad de resolver problemas, interactuar con los demás, realizar un trabajo colaborativo y lograr la autorrealización, las metas y los propósitos que se tienen en la vida, lo que

está relacionado con las habilidades sociales alternativas a la agresión para resolver problemas de una manera no violenta.

BarOn (1997) argumenta que “es el conjunto de habilidades emocionales las cuales influyen en la forma en que enfrentamos las demandas y la presión del entorno (P. 79)

Entre los enfoques más representativos tenemos el de Ajuste emocional: “Y en el plano educativo, la Inteligencia emocional ha surgido como una educación para el ajuste emocional”. (Fernández y Ruíz, 2008, p. 422). Lo que le da relevancia a la inteligencia emocional en el plano educativo para la formación integral del alumno. Entendiendo como una formación integral del mismo al poder tener un ajuste emocional necesario para complementar su formación académica y las relaciones interpersonales que esto conlleva, lo que al mismo tiempo generaría las Primeras Habilidades Sociales que permiten comunicarnos con los demás y mantener una comunicación adecuada y las Habilidades Sociales Avanzadas que permiten el trabajo en equipo. Por otro lado, según Goldstein y su aporte teórico es entendido por habilidades sociales a las destrezas y habilidades aplicadas a las actividades básicas de socialización y de mayor preparación que permiten un correcto contacto social y confrontación de situaciones socioemocionales. (Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein, 1989, p. 75)

Orbea explica que si existe una relación positiva entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales, y concluye que ambas son útiles para el desarrollo de la persona en el conocimiento de sus emociones que lo controlan para manejar situaciones de alta tensión. (2019, p. 1)

Lo cual está relacionado con el componente de manejo del estrés de la inteligencia emocional que incluye la tolerancia al estrés y el control de los impulsos.

Bedregal (2018, p. 57) sobre ambas variables concluye que existe una relación directa y significativa entre ambas variables que se basa en la investigación que llevó a cabo. De esta manera, se afirma que los estudiantes que poseen una alta inteligencia emocional adquieren habilidades sociales que utilizan para adaptarse adecuadamente

a un nivel emocional y social. La adquisición de habilidades sociales debe entenderse como la incorporación de las habilidades necesarias para poder desarrollarse satisfactoriamente en la sociedad. Estadísticamente no existe un período específico para la adquisición del mismo como punto de partida; en cualquier caso, hay períodos críticos de mantenimiento y pérdida del mismo, así como la evolución o involución de los mismos. Comprendiendo su relación con el componente interpersonal de la inteligencia emocional que incluye mantener relaciones interpersonales satisfactorias, saber escuchar y ser capaz de comprender y apreciar los sentimientos de los demás.

Es en la infancia donde el niño aprende habilidades sociales básicas y "depende principalmente de las experiencias de maduración y aprendizaje para desarrollar la inteligencia emocional a la par". (Fernández, 1999 cit. Por Ortego, López y Álvarez, 2019, p. 6) Por otro lado, la adquisición del mismo representa el primer contacto reforzado por el niño que se convertirá en una cadena de adaptación conductual y desencadenará un desajuste social que puede conducir a problemas graves como el rechazo social, la ansiedad hacia la interacción social, el aislamiento social, la falta de internalización de estándares, falta de mantenimiento de liderazgo o comunicación asertiva entre otros. Esto indica una relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional que incluye habilidades como la empatía y la responsabilidad social, lo que generaría las Habilidades Sociales que permiten la comprensión de los demás, así como el trabajo en equipo.

En 1987, Bandura planteó la teoría del aprendizaje social, de gran importancia para comprender el comportamiento social y la influencia que el aprendizaje social tiene sobre el comportamiento individual. Para Bandura, "las expectativas de éxito o fracaso (concepto de autoeficacia) se adquieren para que el individuo desempeñe un papel importante para que pueda lograr lo que quiere". (Bandura, 1987, p. 19) Por lo tanto, para Bandura, el comportamiento está controlado por variables externas, pero también hay autocontrol a través de objetivos autoimpuestos y refuerzos. Este modelo explica que la formación de habilidades sociales de acuerdo con la regulación del comportamiento por los estímulos del entorno y como consecuencia de los mismos. Teniendo como modelo el Estímulo, respuesta y consecuencia. Los principios de este

modelo se basan en el refuerzo directamente positivo, el aprendizaje de imitación y la retroalimentación. Hacer que las habilidades sociales adquieran un aspecto observable y medible, dando un enfoque positivo a su desarrollo.

Barbarán mantiene la posición de que ambas variables están relacionadas por la similitud de sus dimensiones basadas en la investigación llamada: "Inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes universitarios de educación - Lima 2016" (Barbarán, 2016, p.2) en donde los resultados indican que existe una correlación directa dado que el nivel de significancia calculado es $p < .05$. Otro autor, Chumbirayco, también encuentra similar resultado, donde concluye que existe una relación positiva entre que ambas variables en los estudiantes de la Universidad Cesar Vallejo. Sede del Callao, 2018. (Chumbirayco, 2018, p. 3)

Valdez también apoya estos resultados basados en una investigación llevada a cabo en la Universidad Nacional de San Agustín Arequipa - 2017 (Valdez, 2018, p. 3) Donde concluye que existe una relación entre la inteligencia emocional y el desarrollo de habilidades en los estudiantes. Por otra parte, el estudiante universitario debe entenderse como alguien que cursa educación superior y que necesita una formación integral para su perfil profesional, ya que también se considera que tienen autonomía en su papel educativo para su aprendizaje, sin embargo, necesitan una guía profesional para adaptarse cognitivamente como emocionalmente. De modo que a nivel social poseen las habilidades suficientes para poder tomar relevancia en el grupo o esfera social donde se desarrollan profesionalmente.

Una de las necesidades apremiantes en el sector universitario es generar una inteligencia emocional básica para desarrollar vínculos personales saludables, así como habilidades sociales necesarias para relacionarse y aumentar significativamente las probabilidades de alcanzar un excelente rendimiento a nivel personal, profesional y laboral. Se ha identificado la necesidad de determinar el nivel de ambas variables en estudiantes de Psicología de Huacho. Ya que en la población estudiantil se observa un bajo nivel de inteligencia emocional y un escaso conocimiento a lo que refiere por habilidades sociales. Por lo que si no se aborda la situación actual tendremos como

resultado en los estudiantes una escasa conciencia de uno mismo y los demás, falta de empatía necesaria para trabajar en equipo, bajo control de impulsos, inadaptabilidad social e insuficientes herramientas para manejar el estrés.

Por otro lado presentarán escasos recursos para resolver problemas, tendencia a reaccionar de manera agresiva y aumento de estrés y poca motivación para el logro y relacionarse adecuadamente con sus semejantes. Por lo que si no se controla la problemática tendremos como resultado una inadaptación por parte del alumnado hacia una formación integral de salud mental requerida para desenvolverse profesionalmente como psicólogos. Lo que hará que no se puedan relacionar correctamente con sus semejantes y no poder entender las emociones que le transmiten así como tampoco transmitir sus emociones de manera correcta y gestionar adecuadamente sus emociones en situaciones de tensión. Y por último no mantendrán relaciones interpersonales saludables y duraderas porque estas se verán entorpecidas por no saber seguir los roles sociales en determinados contextos actuando de forma impulsiva. Por lo que es necesario la realización de la presente investigación para medir científicamente la relación entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales y como se manifiestan en los estudiantes de Psicología de Huacho.

2. Justificación de la investigación

En la actualidad, los estudiantes universitarios a nivel general no poseen una suficiente Inteligencia emocional y habilidades sociales en su formación integral, por lo que es necesario llevar a cabo la siguiente investigación que estudia la Inteligencia emocional y las habilidades sociales con el objetivo de determinar la relación entre la Inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de Psicología de Huacho 2019. El resultado de esta investigación aumentará la comprensión de las variables de estudio. Esto permitirá ampliar el conocimiento sobre el tema y puede servir como referencia para futuras investigaciones a nivel teórico. Beneficiando a la comunidad estudiantil de la Escuela Profesional de Psicología, ya que el problema actual se entenderá para su enfoque posterior. A nivel práctico, el estudio servirá como base para desarrollar en el futuro un programa de habilidades sociales para el desarrollo de la Inteligencia emocional en los estudiantes de Psicología de Huacho-2019. El cual será fácilmente accesible para desarrollar un estudio de intervención adecuados en los estudiantes de diferentes casas universitarias a través del programa de adquisición de habilidades sociales para desarrollar una inteligencia emocional adecuada.

3. Problema

¿Existe una relación entre la Inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de Psicología de Huacho 2019?

4. Conceptualización y operacionalización de la variable.

Inteligencia emocional: según BarOn (1997), se comprende en el conjunto de habilidades de carácter emocional que permiten la autocomprensión emocional y la comprensión de las emociones de los semejantes así también influye en como el individuo reacciona y se adapta a los agentes de presión en el medio donde se desarrolla.

Habilidades sociales: según Goldstein (1989), las habilidades sociales son las habilidades, destrezas y habilidades aplicadas a las actividades básicas de

socialización y de mayor preparación que permiten un contacto social correcto y la confrontación de situaciones socioemocionales.

Definición conceptual de la variable	Definición operacional de la variable	Componentes	Indicadores	Tipo de escala de medición
<p>según BarOn (1997), Es el conjunto de habilidades emocionales las cuales influyen en la forma en que enfrentamos las demandas y la presión del entorno</p>	<p>La inteligencia emocional se compone de: componente intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo.</p> <p>Mediante los siguientes niveles:</p> <p>Alto:445- 665</p> <p>Medio: 223-444</p> <p>Bajo: 1-222</p>	Intrapersonal	Incluye medir la autocomprensión de uno mismo, la capacidad de ser asertivo y la capacidad de visualizarse de manera positiva.	Ordinal
		Interpersonal	Incluye habilidades como la empatía y la responsabilidad social, mantener relaciones interpersonales satisfactorias, saber escuchar y poder comprender y apreciar los sentimientos de los demás.	
		Adaptabilidad	Incluye la capacidad de resolver problemas y la prueba de la realidad, ser flexible, realista y eficaz en la gestión de los cambios y ser eficaz en el tratamiento de los problemas cotidianos.	
		Manejo del estrés	Incluye tolerancia al estrés y control de los impulsos, generalmente estar tranquilo y trabajar bien bajo presión, rara vez es impulsivo y responde a eventos estresantes sin desmoronarse emocionalmente.	
		Estado ánimo	Incluye felicidad y optimismo, tienen una apreciación positiva de las cosas o eventos y es particularmente agradable estar con ellos.	

Definición conceptual de la variable	Definición operacional de la variable	Componentes	Indicadores	Tipo de escala de medición
<p>Según Goldstein (1989), las Habilidades sociales</p> <p>Son las habilidades, destrezas y destrezas aplicadas a las actividades básicas de socialización y de mayor preparación que permiten un correcto contacto social y confrontación de situaciones socioemocionales.</p>	<p>Las habilidades sociales se componen de: Primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con sentimientos, habilidades de agresión alternativa, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación.</p>	<p>Primeras habilidades sociales</p>	<p>Incluye la capacidad de mantener una conversación, iniciarla y finalizarla según se considere conveniente.</p>	<p>Ordinal</p>
	<p>Mediante los siguientes niveles:</p>	<p>Habilidades sociales avanzadas</p>	<p>Incluye habilidades de liderazgo y trabajo en equipo.</p>	
	<p>Alto: 125 -200</p>	<p>Habilidades relacionadas con los Sentimientos</p>	<p>Incluye las habilidades de conocimiento de sus propios sentimientos, los de los demás, de expresión de afecto y recepción de afecto.</p>	
	<p>Medio: 68-124</p>	<p>Habilidades alternativas para la agresión</p>	<p>Incluye las habilidades para hacer frente a situaciones, crear soluciones alternativas, evitar el uso de la violencia.</p>	
	<p>Bajo: 1-67</p>	<p>Habilidades para hacer frente al estrés</p>	<p>Incluye control de estrés y de preocupación.</p>	
	<p>Habilidades de planificación</p>	<p>Incluye las habilidades de planificación y establecimiento de metas y objetivos.</p>		

5. Hipótesis

H1: Existe una relación entre la Inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de Psicología de Huacho, 2019

Ho: No hay relación entre la Inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de Psicología de Huacho, 2019

Hipótesis específicas

Hi1: Existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019

Hi2: Existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019

Hi3: Existe relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019

Hi4: Existe relación entre el componente de manejo del estrés de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019

Hi5: Existe relación entre el componente de estado de ánimo de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019

H01: No hay relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019

H02: No hay relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019

H03: No hay relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019

H04: No hay relación entre el componente de manejo del estrés de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019

H05: No hay relación entre el componente del estado de ánimo de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019

6. Objetivos

Objetivo general

Establecer la relación entre Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019

Objetivos específicos

Determinar la relación entre el componente intrapersonal y Habilidades Sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019

Establecer la relación entre el componente interpersonal y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019

Determinar la relación entre el componente adaptabilidad y Habilidades Sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019

Determinar la relación entre el componente manejo de estrés y las Habilidades Sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019

Establecer la relación entre el componente del estado de ánimo y las habilidades sociales en estudiantes de psicología de Huacho, 2019

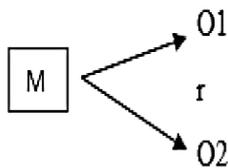
METODOLOGÍA

1. Tipo y diseño de la investigación.

La investigación cuantitativa se entiende como el "uso de la recopilación de datos para probar hipótesis, basadas en mediciones numéricas y análisis estadísticos". (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 5)

Un estudio correlacional determina si dos variables están correlacionadas o no. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 65) El nivel correlacional nos permitirá determinar la correlación entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales. Y también nos ayudará a tener resultados más confiables y precisos del tema bajo investigación.

Diseño no experimental: responde al siguiente esquema:



Dónde:

M : estudiantes de psicología Huacho

O1: inteligencia emocional

R: Correlación

O2: Habilidades sociales

2. Población y muestra

El universo de estudio estuvo compuesto por 360 estudiantes de psicología de Huacho en 2019.

La muestra contó con la participación de 234 estudiantes para que sean capaces de llevar a cabo la investigación mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional el cual se basa en el propio criterio del investigador según la accesibilidad o la viabilidad de la selección basándose en la conveniencia de la misma . (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

Dentro de los Criterios de inclusión, se consideró:

Debidamente matriculados Estudiantes

Los estudiantes de ambos sexos

Estudiantes que aceptan participar en el estudio y firman el consentimiento.

Estudiantes mayores de 18 años.

Estudiantes orientados en tiempo, espacio y persona.

Y entre los criterios de exclusión:

Los estudiantes menores de 18 años.

Estudiantes que no desean participar en el estudio.

Los estudiantes con la percepción graves o trastornos mentales.

3. Técnicas e instrumentos de investigación

El Inventario de Inteligencia Emocional del Bar-On (Ice Na)

El autor original es Reuven Bar-On y es de procedencia canadiense, la cual mide la inteligencia emocional a través de la capacidad del individuo para pensar y actuar

eficazmente en su entorno bajo los componentes: intrapersonal, inteligencia interpersonal, manejo del estrés, control de impulsos y estado de ánimo. Se aplicó la versión estandarizada por Ugarriza para Perú destinada a una población de 15 años en adelante, la cual mantuvo las cinco dimensiones originalmente contempladas encontrando un coeficiente de alfa de Cronbach de 0.93. (Ugarriza, 2001) Su administración y su aplicación tiene una duración sin límite de tiempo de aproximadamente 30 a 40 minutos. La comprensión de validez como "La explicación y la comprensión y por lo tanto, esto nos lleva a considerar que toda la validación es la validación de constructo" (Cronbach, 1984, p. 126). Se llevó a cabo la validación del instrumento en una población de similares características donde la prueba demuestra validez y confiabilidad de $\alpha = 0.988$ que apoya el uso del Inventario de Inteligencia Emocional.

Cuestionario de Habilidades Sociales Goldstein

Este instrumento se basa en el modelo de habilidades sociales de Goldstein (1980), quien sostiene que "Las habilidades sociales son un repertorio de comportamientos que permiten a la persona a adaptarse al medio ambiente" (p 18).

Su autor es Arnold Goldstein y es de origen estadounidense. La adaptación peruana fue desarrollada por Ambrosio Tomás (1994-95). Su administración es individual o colectiva y su aplicación es para adolescentes y adultos que tienen una duración sin límite de tiempo.

Entonces, el inventario mide lo que se pretende medir en la investigación, su uso en el proceso de investigación será favorable. Y la comprensión de validez como "La explicación y la comprensión y por lo tanto, esto nos lleva a considerar que toda la validación es la validación de constructo" (Cronbach, 1984, p. 126). La prueba demuestra validez y confiabilidad desde $\alpha = 0.982$ que apoya el uso del Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein.

4. procesamiento y análisis de información

Se utilizó la estadística descriptiva para encontrar frecuencias y porcentajes en los niveles de inteligencia emocional y habilidades sociales. Por otro lado, se utilizó la estadística inferencial, ya que se aplicará una prueba estadística para determinar la asociación entre variables, en este caso se utilizará el Ice Na Inventario de Inteligencia Emocional de Baron y Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein. Para los datos se utilizará el paquete estadístico IBM - Software SPSS que de acuerdo con Bausela “Es un software de hoja de cálculo y la aplicación de una fórmula matemática y lógica, al ser una aplicación informática investigación esencial”. (2015, p. 1) Este software nos facilitará la aplicación de fórmulas para calcular la suma de los niveles de inteligencia emocional y habilidades sociales, así como los diferentes componentes que contienen.

RESULTADOS

En la Tabla 1 muestra que el 75.6% de los estudiantes están ubicados en un nivel alto, 8.1% en el nivel medio y 16.2% en el nivel bajo de la variable de Inteligencia Emocional.

Tabla 1

Distribución de los niveles de la variable de inteligencia emocional de los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019

Inteligencia Emocional	Frecuencia	Porcentaje
Alto	177	75,6
Medio	19	8,1
Bajo	38	16,2
Total	234	100,%

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 2 muestra que el 62.8% de los estudiantes están en un nivel alto y el 37.2% en el nivel medio de la variable de Habilidades Sociales.

Tabla 2

Distribución de los niveles de habilidades sociales de los estudiantes de psicología de Huacho, 2019

Habilidades sociales	Frecuencia	Porcentaje
Alto	147	62,8
Medio	87	37,2
Total	234	100,%

Fuente: Elaboración propia

Prueba de hipótesis general

En la Tabla 03, se presenta los resultados obtenidos para costrar la hipótesis general: Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales en los estudiantes de psicología de Huacho, 2019. Se obtuvo un coeficiente de correlación de $r=0.802$, con una $p= 0.000$ ($p<.01$), con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por ende, se afirma la existencia de relación significativa entre ambas variables.

Finalmente, debe notarse que el coeficiente de correlación encontrado es de buena magnitud positiva.

Tabla 3

Coefficiente de correlación de Spearman

		INTELIGENCIA EMOCIONAL	HABILIDADES SOCIALES GENERAL
	Sig. (Bilateral)		,000
INTELIGENCIA EMOCIONAL			
Rho of	N	234	234
Spearman	Coefficiente de correlación	,802**	1,000
HABILIDADES SOCIALES GENERAL			
	Sig. (Bilateral)	,000	.
	N	234	234

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 4 sobre la sub-hipótesis: existe una relación significativa entre el componente Intrapersonal y las Habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019. Podemos concluir lo siguiente: existe una relación buena y positiva ($r = 0.928$; $p = .000 < .01$), entre la Dimensión Intrapersonal con Habilidades Sociales en los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa.

Tabla 4

Coefficiente de correlación de Spearman entre la dimensión intrapersonal y las habilidades sociales

		INTRAPERSONAL	HABILIDADES SOCIALES GENERAL
	Sig. (Bilateral)		,000
INTRAPERSONAL			
Rho of	N	234	234
	Coefficiente de correlación	,928**	1,000
Spearman			
HABILIDADES SOCIALES GENERAL			
	Sig. (Bilateral)	,000	.
	N	234	234

** . La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 5, sobre la sub-hipótesis: existe una relación significativa entre el componente interpersonal y las Habilidades sociales en estudiantes de psicología en Huacho, 2019. Podemos concluir lo siguiente: hay una relación buena y positiva ($r = 0.946$; $p = .000 < .01$), entre la Dimensión Interpersonal con Habilidades Sociales en los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa.

Tabla 5

Coefficiente de correlación de Spearman entre dimensión interpersonal y habilidades sociales

		INTERPERSONAL	HABILIDADES SOCIALES GENERAL
	Sig. (Bilateral)		,000
INTERPERSONAL			
Rho of	N	234	234
	Coefficiente de correlación	,946**	1,000
Spearman			
HABILIDADES SOCIALES GENERAL			
	Sig. (Bilateral)	,000	.
	N	234	234

** . La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 6 sobre la sub-hipótesis: existe una relación significativa entre el componente de adaptabilidad con las Habilidades sociales en los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Podemos concluir lo siguiente: existe una relación buena y positiva ($r = 0.946$; $p = .000 < .01$), entre la Dimensión de Adaptabilidad con Habilidades Sociales en los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa.

Tabla 6

Coefficiente de correlación de Spearman entre adaptabilidad y habilidades sociales

		ADAPTABILIDAD	HABILIDADES SOCIALES GENERAL
	Sig. (Bilateral)		,000
ADAPTABILIDAD			
Rho of	N	234	234
Spearman	Coefficiente de correlación	,946**	1,000
HABILIDADES SOCIALES GENERAL			
	Sig. (Bilateral)	,000	.
	N	234	234

** . La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 7 sobre la sub hipótesis: existe una relación significativa entre el componente de manejo del estrés con las Habilidades sociales en los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Podemos concluir lo siguiente: existe una relación buena y positiva ($r = 0.925$; $p = .000 < .01$), entre los estudiantes de la Dimensión de manejo del estrés con habilidades sociales en psicología en Huacho, 2019. Por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa.

Tabla 7

Coefficiente de correlación de Spearman entre manejo de estrés y habilidades sociales

		MANEJO DE ESTRÉS	HABILIDADES SOCIALES GENERAL
	Sig. (Bilateral)		,000
MANEJO DE ESTRÉS			
Rho of	N	234	234
	Coefficiente de correlación	,925**	1,000
Spearman			
HABILIDADES SOCIALES GENERAL			
	Sig. (Bilateral)	,000	.
	N	234	234

** . La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 8 sobre la sub hipótesis: existe una relación significativa entre el componente Estado de ánimo con habilidades sociales en los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Podemos concluir lo siguiente: existe una relación buena y positiva ($r = 0.750$; $p = .000 < .01$), entre la dimensión Estado de ánimo con habilidades sociales en los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa.

Tabla 8

Coefficiente de correlación de Spearman entre manejo de Estado de ánimo y habilidades sociales

		ESTADO DE ÁNIMO	HABILIDADES SOCIALES GENERAL
	Sig. (Bilateral)		,000
ESTADO DE ÁNIMO			
Rho of	N	234	234
Spearman	Coefficiente de correlación	,750**	1,000
HABILIDADES SOCIALES GENERAL			
	Sig. (Bilateral)	,000	.
	N	234	234

** . La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar si existe relación entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales en los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019, con respecto a esto, se han planteado las hipótesis, y de acuerdo con los resultados obtenidos, si existe una relación entre las variables del estudio lo que confirma la hipótesis general y al mismo tiempo se asemejan a los resultados de Barbarán (2016), Valdez (2017) y Chumbirayco (2018) donde encontraron una relación entre las variables del presente estudio, lo que indica que la inteligencia emocional y las habilidades sociales permite a los estudiantes desarrollar la capacidad de resolver problemas, interactuar entre ellos, realizar un trabajo colaborativo y lograr la autorrealización, los objetivos y propósitos que se proponen, así como las habilidades necesarias para poder funcionar satisfactoriamente en la sociedad. Tanto en inteligencia emocional como en habilidades sociales, la mayoría de los estudiantes tienen un nivel medio y alto de estas variables.

Con respecto a los objetivos específicos, nos da como resultado que si existe una relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de Psicología de Huacho, 2019, según los resultados obtenidos, sí existe una relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y la variable habilidades sociales se asemejan a los resultados de Barbarán (2016) y Orbea (2019), lo que permite al estudiante tener un autoconocimiento adecuado de sus propios sentimientos y regulación emocional, así como la capacidad de ser asertivo y la capacidad de visualizarse de manera positiva y motivarse, mantener el autocontrol y actuar con liderazgo, mantener la autoconfianza. Como BarOn (1997) argumenta, ya que la inteligencia emocional "es el conjunto de habilidades emocionales que influyen directamente en el bienestar emocional general". (P. 79)

El segundo objetivo específico da como resultado que si hay una relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales, se asemejan a los resultados de Valdez (2017) y Barbarán (2016), donde encontraron

relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales del presente estudio, lo que indica que el componente interpersonal de la inteligencia emocional y las habilidades sociales le permiten al estudiante relacionarse con sus compañeros de manera asertiva, así como ser capaz de desarrollar el trabajo en equipo y colaborar en grupos, así como la tolerancia necesaria para una comunicación conducente al entendimiento mutuo.

El tercer objetivo específico da como resultado que si existe relación entre el componente de adaptabilidad de la inteligencia emocional y las habilidades sociales, se asemejan a los resultados de Bedregal (2018) y Barbarán (2016), donde encontraron relación entre el componente de adaptabilidad de la inteligencia emocional y las habilidades sociales del presente estudio, que indican que el componente de adaptabilidad de la inteligencia emocional y las habilidades sociales permiten al estudiante una mayor adaptabilidad a su entorno y en diferentes contextos, así como la capacidad de flexibilidad y eficacia en la gestión de los cambios. Como sostiene BarOn, la inteligencia emocional "influye en nuestra forma de lidiar con las demandas y presiones ambientales". (1997, p. 79)

El cuarto objetivo específico da como resultado que si existe relación entre el componente de manejo del estrés de la inteligencia emocional y las habilidades sociales, se asemejan a los resultados de Orbea (2019) y Bedregal (2018) donde encontraron relación entre el componente de manejo del estrés de La inteligencia emocional y las habilidades sociales del presente estudio, que indica que el componente de manejo del estrés de la inteligencia emocional y las habilidades sociales le permite al estudiante desarrollar tolerancia al estrés y control de los impulsos, trabajar bajo presión y responder a eventos estresantes y hacer frente a las presiones grupales. Como Goldstein sostiene, se entiende por habilidades sociales propias de "las habilidades, destrezas y habilidades aplicadas a las actividades básicas de socialización y de mayor preparación que permiten un contacto social correcto y confrontación de situaciones socioemocionales". (Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein, 1989, p. 75)

El quinto resultado específico da como resultado que existe relación entre el componente del estado de ánimo de la inteligencia emocional y las habilidades sociales, se asemejan a los resultados de Según Barbarán (2016) y Orbea (2019) donde encontraron relación entre el componente del estado de ánimo de la inteligencia emocional y las habilidades sociales del presente estudio, lo que indica que el estado de ánimo del componente de inteligencia emocional y habilidades sociales le permite al estudiante desarrollar optimismo en situaciones adversas, así como una apreciación positiva de cosas o eventos como otra parte les permite poseer un bienestar psicológico subjetivo asociado con el refuerzo de su repertorio de habilidades sociales. Como argumenta Bandura, dado que las habilidades sociales trabajan en torno a la autoeficacia adquirida por el individuo para el resultado de objetivos autoimpuestos y refuerzos. (1976, p. 19). Finalmente, ambas variables satisfacen un papel y rol importante en los estudiantes de nivel universitario ya que les permitirán mantener una estabilidad emocional adecuada, así como un repertorio de habilidades que les permitan adaptarse a su entorno.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales de los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Se acepta la hipótesis alterna y rechaza la nula.

Existe relación significativa entre el componente intrapersonal y Habilidades Sociales de los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Se acepta la hipótesis alterna y rechaza la nula.

Existe relación significativa entre el componente interpersonal y Habilidades Sociales de los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Se acepta la hipótesis alterna y rechaza la nula.

Existe relación significativa entre el componentes de adaptabilidad y Habilidades Sociales de los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Se acepta la hipótesis alterna y rechaza la nula.

Existe relación significativa entre el componente de manejo de estrés y Habilidades Sociales de los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Se acepta la hipótesis alterna y rechaza la nula.

Existe relación significativa entre el componente del estado de ánimo y Habilidades Sociales de los estudiantes de Psicología de Huacho, 2019. Se acepta la hipótesis alterna y rechaza la nula.

Recomendaciones

1. Se sugiere al Coordinador de Psicología la realización de talleres y programas preventivos promocionales para la promoción y desarrollo de inteligencia emocional y habilidades sociales.
2. Se recomienda a los futuros investigadores que tomen esta investigación como base para futuras investigaciones relacionadas con ella.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ambrosio, T y Lescano, G. (2003). (Tesis de postgrado). Situación de las Habilidades Sociales en Escolares del Perú. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas-Perú.
- Bandura (1987). Teoría del Aprendizaje Social. Madrid-España: Espasa-Calpe.
- Barbosa, L. (2013). Liderazgo e inteligencia emocional en personas que desempeñan jefaturas en empresas de Bogotá. Rev. Universidad y empresa, Vol. 15, 87-106.
- Barbarán, J. (2016). Inteligencia emocional y las habilidades sociales en universitarios de una facultad de educación – Lima 2016 (tesis de posgrado). Universidad Cesar Vallejo, Lima.
- Bar-On. (1997). The Bar-On model of emotional-social Bar-On. (1997). emotional intelligence.
- Bausela (2005) Spss: Un Instrumento De Análisis De Datos Cuantitativos. Revista de Informática Educativa y Medios Audiovisuales. Vol. 4, 62-69
- Bedregal (2018). Relación Entre Las Habilidades Sociales Y La Inteligencia Emocional En Estudiantes De Secundaria De La I.E. Dean Valdivia, Mollendo, Arequipa, 2017. (Tesis de pregrado). Universidad Alas Peruanas, Arequipa-Perú.
- Bisquerra, R. (2005). Orientación y Educación Emocional. (Tesis de pregrado). Universidad de Barcelona.
- Chumbirayco, P. (2016). Relación entre la inteligencia emocional, las habilidades sociales, las estrategias de aprendizaje y el rendimiento académico en estudiantes del VI ciclo de la Universidad César Vallejo –S.J.L. (Tesis de

pregrado). Universidad Mayor de San Marcos, Perú.

Fernández, B y Ruíz, A. (23 de mayo de 2008). La Inteligencia emocional en la Educación. Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa, volumen (6), p 421 - 436.

Goldstein, P, Sprafkin,P, Gershaw,J y Klein,P. (1989). Skillstreaming the Adolescent. Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de enseñanza. Barcelona, España: Editorial Martínez-Roca.

Goleman,D (1995). Emotional Intelligence.. Estados unidos: Bantam Books.

Hernandez,S, Fernandez,C y Baptista,L. (2014). Metodología de la Investigación, cuarta edición. Mexico: McGraw Editorial.

Orbea, G. (2019). Relación Entre Inteligencia Emocional Y Habilidades Sociales En Adolescentes De Bachillerato De Una Unidad Educativa Del Cantón Ambato. (Tesis de pregrado). Pontificia Católica del Ecuador-Ecuador.

Ortego, M, López,G y Álvarez,T. (2019). Ciencias psicosociales. Open Course ware. Las Habilidades Sociales. 2019, Universidad de Canabria-España. Recuperado:https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1420/course/section/1836/tema_07.pdf

Thorndike,E. (20 de enero de 1920) Intelligence and its uses. Harper's Magazine. Volumen (140), p. 227-235

Ugarriza, N. (20 de enero de 2001) La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. Redalyc, Volumen (4), p. 129-160.

Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118178005>

Valdez, A. (2018). La inteligencia emocional y el desarrollo de habilidades en los estudiantes del quinto año de formación Profesional en la facultad de ciencias de la educación de La universidad nacional de san Agustín Arequipa – 2017 (tesis de maestría). Universidad nacional de san Agustín de Arequipa, Perú.

Valencia, H. (25 de junio del 2019). La inteligencia emocional Recuerde que la adolescencia es la etapa en la que se experimentan más los efectos de las emociones en la personalidad. Diario el Peruano, p. 11.

ANEXOS

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE: NA – Completo

Estimado colaborador el siguiente instrumento está destinado para ver la capacidad que tiene para enfrentar situaciones difíciles. Para ello contamos con su participación y seriedad del caso al contestar las siguientes preguntas.

Nombres y Apellidos:

Edad:.....

INSTRUCCIONES

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

1. Nunca
2. Casi nunca
3. A veces
4. Casi Siempre
5. Siempre

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es "Casi siempre",

ITEM	1	2	3	4	5
1. Para superar las dificultades que se me presentan actuó paso a paso.					
2. Me resulta difícil disfrutar de la vida.					
3. Prefiero un tipo de trabajo en el cual me indiquen casi todo lo que debo hacer.					
4. Se cómo manejar los problemas más desagradables.					
5. Me agradan las personas que conozco.					
6. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.					
7. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.					
8. Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto (a).					

9. Entro fácilmente en contacto con mis emociones.					
10. Soy incapaz de demostrar afecto.					
11. Me siento seguro (a) de mí mismo (a) en la mayoría de las situaciones.					
12. Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza.					
13. Tengo problemas para controlarme cuando me enoja.					
14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.					
15. Frente a una situación problemática obtengo la mayor cantidad de información posible para comprender mejor lo que está pasando.					
16. Me gusta ayudar a la gente.					
17. Me es difícil sonreír.					
18. Soy incapaz de comprender como se sienten los demás.					
19. Cuando trabajo con otras personas, tiendo a confiar más en la ideas de los demás que en las más propias.					
20. Creo que tengo la capacidad para poder controlar las situaciones difíciles.					
21. No puedo identificar mi cualidades, no se realmente para que cosas soy bueno(a).					
22. No soy capaz de expresar mis pensamientos.					
23. Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos.					
24. No tengo confianza en mí mismo(a).					
25. Creo que he perdido la cabeza.					
26. Casi todo lo que hago, lo hago con optimismo.					
27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.					
28. En general, me resulta adaptarme a los cambios.					
29. Antes de intentar solucionar un problema me gusta obtener un panorama general del mismo.					
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.					
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.					
32. Prefiero que los otros tomen las decisiones por mí.					

33. Puedo manejar situaciones de estrés sin ponerme demasiado nervioso (a).					
34. Tengo pensamientos positivos para con los demás.					
35. Me es difícil entender como me siento.					
36. He logrado muy poco en los últimos años.					
37. Cuando estoy enojado (a) con alguien se lo puedo decir.					
37. He tenido experiencias extrañas que son inexplicables.					
38. Me resulta fácil de hacer amigos (as).					
39. Me tengo mucho respeto.					
40. Hago cosas muy raras.					
41. Soy impulsivo (a) y esto me trae problemas.					
42. Me resulta difícil cambiar de opinión.					
43. Tengo capacidad para comprender los sentimientos ajenos.					
44. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.					
45. A la gente le resulta difícil confiar en mí.					
46. Estoy contento(a) con mi vida.					
47. Me resulta difícil tomar decisiones por mi mismo (a).					
48. No resisto al estrés.					
49. En mi vida no hago nada malo.					
50. No disfruto lo que hago.					

51. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.					
52. La gente no comprende mi manera de pensar.					
53. En general, espero que suceda lo mejor.					
54. Mis amistades me confían sus intimidades.					
55. No me siento bien conmigo misma.					
56. Percibo cosas extrañas que los demás no ven.					
57. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.					
58. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.					
59. Frente a una situación problemática, analizo todas las opciones y luego opto por la que considero mejor.					
60. Si veo a un niño llorando me detengo a ayudarlo a encontrar a sus padres, aunque en ese momento tenga otro compromiso.					
61. Soy una persona divertida.					
62. Soy consciente de como me siento.					
63. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.					
64. Nada me perturba.					
65. No me entusiasman mucho mis intereses.					
66. Cuando no estoy de acuerdo con alguien siento que se lo puedo decir.					
67. Tengo tendencia a perder contacto con la realidad y a fantasear.					
68. Me es difícil relacionarme con los demás.					
69. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.					

70. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.					
71. Me importa lo que puede sucederle a los demás.					
73. Soy impaciente.					
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.					
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.					
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.					
77. Me deprimó.					
78. Se como mantener la calma en situaciones difíciles.					
79. Nunca he mentado.					
80. En general, me siento motivado (a) para seguir adelante, incluso cuando a las cosas se ponen difíciles.					
81. Trato de seguir adelante con las cosas que me gustan.					
82. Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo.					
83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.					
84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.					
85. Me siento feliz conmigo misma (o).					
86. Tengo relaciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar.					
87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.					
88. Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterada (o).					
89. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.					

90. Soy respetuoso (a) con los demás.					
91. No estoy muy contento(a) con mi vida.					
92. Prefiero seguir a otro, a ser líder.					
93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.					
94. Nunca he violado la ley.					
95. Disfruto de las cosas que me interesan.					
96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.					
97. Tengo tendencia a exagerar.					
98. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.					
99. Mantengo buenas relaciones con la gente.					
100. Estoy contento (a) con mi cuerpo.					
101. Soy una persona muy extraña.					
102. Soy impulsivo (a).					
103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres.					
104. Considero que es importante ser un ciudadano (a) que respeta la ley.					
105. Disfruto de las vacaciones y los fines de semana.					
106. , tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surjan inconvenientes.					
107. Tengo tendencia a apegar-me demasiado a la gente.					
108. Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.					
109. No me siento avergonzado (a) por anda de lo que hecho hasta ahora.					

110.	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan.				
111.	Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.				
112.	Soy capaz de dejar de fantasear para inmediatamente ponerme a tono con la realidad.				
113.	Los demás opinan que soy una persona sociable.				
114.	Estoy contento(a) con la forma en que me veo.				
115.	Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.				
116.	Me es difícil describir lo que siento.				
117.	Tengo mal carácter.				
118.	Por lo general, me trabo cuando analizo diferentes opciones para resolver un problema.				
119.	Me es difícil ver sufrir a la gente.				
120.	Me gusta divertirme.				
121.	Me parece que necesito de los demás, más de lo que ellos me necesitan.				
122.	Me pongo ansioso.				
123.	Nunca tengo un mal día.				
124.	Intento no herir los sentimientos de los demás.				
125.	No tengo idea de lo que quiero hacer de mi vida.				
126.	Me es difícil hacer valer mis derechos.				
127.	Me es difícil ser realista.				
128.	No mantengo relación con mis amistades.				
129.	Mis cualidades superan a mis defectos y esto me permite estar contento(a) conmigo mismo(a).				
130.	Tengo una tendencia de explotar de rabia fácilmente.				
131.	Si me viera obligado(a) a dejar de mi casa actual me sería difícil adaptarme nuevamente.				
132.	En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación que voy a fracasar.				
133.	He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.				

A continuación te presentamos una tabla con diferentes aspectos de las *"Habilidades Sociales Básicas"*. A través de ella podrás determinar el grado de desarrollo de tú *"Competencia Social"* (conjunto de HH.SS necesarias para desenvolverte eficazmente en el contexto social). Señala el grado en que te ocurre lo que indican cada una de las cuestiones, teniendo para ello en cuenta:

1 → Me sucede **MUY POCAS** veces **2** → Me sucede **ALGUNAS** veces

3 → Me sucede **BASTANTES** veces **4** → Me sucede **MUCHAS** veces

HABILIDADES SOCIALES		1	2	3	4
1	Prestas atención a las personas que te están hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo				
2	Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes				
3	Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos				
4	Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada				
5	Permites que los demás sepan que les agradeces los favores				
6	Te das a conocer a los demás por propia iniciativa				
7	Ayudas a que los demás se conozcan entre sí				
8	Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza				
9	Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad				
10	Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad				
11	Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica				
12	Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente				
13	Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal				
14	Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona				
15	Intentas reconocer las emociones que experimentas				

16	Permites que los demás conozcan lo que sientes				
17	Intentas comprender lo que sienten los demás				
18	Intentas comprender el enfado de la otra persona				
19	Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos				
20	Piensas porqué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo				
21	Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa				
22	Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada				
23	Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás				
24	Ayudas a quien lo necesita				
25	Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes				
26	Controlas tu carácter de modo que no se te "escapan las cosas de la mano"				
27	Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu postura				
28	Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas				
29	Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas				
0	Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte				
31	Dices a los demás cuándo han sido los responsables de originar un determinado problema e intentas encontrar una solución				
32	Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien				
33	Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado				
34	Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido				

35	Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento				
36	Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo				
37	Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer				
38	Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro				
39	Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen				
40	Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación				
41	Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática				
42	Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta				
43	Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante				
44	Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control				
45	Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea				
46	Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea				
47	Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información				
48	Determinas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberías solucionar primero				
49	Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor				
50	Te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de tu trabajo				

**“Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en estudiantes de
Psicología de la Universidad San Pedro de Huacho, 2019.”**

Se me ha comunicado que el título de esta investigación es “Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en estudiantes de Psicología de la Universidad San Pedro de Huacho, 2019.”, el propósito de este estudio determinar la relación entre Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en estudiantes de Psicología de la Universidad San Pedro de Huacho, 2019 Si accedo a participar en este estudio, deberé responder una encuesta, la que tomará 25 a 30 min de mi tiempo. Mi participación será voluntaria. La información que se recoja será estrictamente confidencial y no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación.

En principio, las encuestas serán anónimas, por ello serán codificadas utilizando un número de identificación. Si la naturaleza del estudio requiera su identificación, ello solo será posible si es que doy consentimiento expreso para proceder de esa manera.

Si tuviera alguna duda con relación al desarrollo del proyecto, soy libre de formular las preguntas que considere pertinentes. Además, puedo finalizar mi participación en cualquier momento del estudio sin que esto represente algún perjuicio. Si sintiera incomodidad, frente a alguna de las preguntas, puedo ponerlo en conocimiento de la persona a cargo de la investigación y abstenerse de responder.

Doy mi consentimiento para participar en el estudio y soy consciente de que mi participación es enteramente voluntaria.

Al firmar este consentimiento estoy de acuerdo con que mis datos personales, incluyendo datos relacionados a mi salud física y mental o condición, y raza u origen étnico, podrían ser usados según lo descrito en la hoja de información que detalla la investigación en la que estoy participando.

Como prueba de consentimiento voluntario para participar en este estudio, firmo a continuación:

Firma del participante y fecha

Nombre del participante