



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA  
SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE  
PSICOLOGÍA HUMANA

TESIS

RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RESENTIMIENTO EN  
ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO

(Estudio realizado en la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N°  
40065, distrito de la Joya. 2014)

PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR:

LORENA ANDREA ARENAS LLOSA

AREQUIPA-PERÚ

2016

## **DEDICATORIA**

*A Dios, a mis padres y hermanos*

## **AGRADECIMIENTOS**

Gracia infinita a Dios, por haberme dado salud, fuerza, confianza y por permitirme alcanzar mis metas.

Mi mayor reconocimiento a la Universidad Alas Peruanas y Docentes del Programa de Psicología Humana por su labor a largo de estos años de estudio.

A mis padres y hermanos quienes han sido un apoyo y un pilar muy importante en mi vida tanto personal como profesional.

## RESUMEN

La investigación realizada tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya, la muestra fue probabilística estratificada constituida por 193 estudiantes del 1ro al 5to de secundaria, la hipótesis a comprobarse fue: Es probable que exista relación inversamente proporcional entre la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya, se consideró como variable (X) la inteligencia emocional y como variable (Y), el resentimiento. Los instrumentos utilizados fueron: el Test Conociendo mis emociones, de Ruiz y Benitez (2004) y la Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de Ramón y Romero (1990), se realizó los criterios de validez y confiabilidad de los instrumentos para la presente muestra. La investigación es correlacional transversal ya que establece relación entre las variables. El análisis estadístico es descriptivo e inferencial. Llegando a concluir que los estudiantes presentan baja inteligencia emocional, resentimiento en la categoría muy acentuada, asimismo que la inteligencia emocional se relaciona significativamente con el resentimiento ( $p < 0.05$ ), es decir aquellos estudiantes que presentan baja inteligencia emocional, presentan también resentimiento muy acentuado, comprobándose de esta manera la hipótesis de investigación.

**Palabras clave:** Inteligencia emocional, resentimiento, adolescentes.

## **ABSTRACT**

The present investigation was designed to determine the relationship between emotional intelligence and resentment secondary students of School Cenepa Heroes Glorioso N ° 40065, district Joya, stratified probability sample was composed of 193 students from 1 to 5 secondary, the hypothesis to be tested was, is likely to be inversely proportional relationship between emotional intelligence and resentment secondary students of School Glorious Heroes Cenepa N ° 40065, district Joya, was considered as variable ( X) and emotional intelligence as a variable (Y), resentment. The instruments used were: Test Knowing my emotions, and Benitez Ruiz (2004) and the Scale of Resentment (IAHV-ER) and Ramon Romero (1990), the criteria of validity and reliability of the instruments was conducted for the present sample. The research is correlational and cross-established relationship between the variables. The statistical analysis is descriptive and inferential. Coming to the conclusion that students have low emotional intelligence, resentment at the very pronounced category also that emotional intelligence was significantly related to resentment ( $p < 0.05$ ), ie students who have low emotional intelligence, also have resentment very marked , checking thereby the research hypothesis.

**Keywords:** Emotional Intelligence, resentment, teenagers.

## ÍNDICE

Caratula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimientos.....	iii
Resumen/Abstract.....	iv
Índice.....	vi
Lista de tablas.....	vii
Introducción.....	viii

### CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática.....	01
1.2 Delimitación de la investigación.....	04
1.2.1. Delimitación temporal.....	04
1.2.2. Delimitación geográfica.....	04
1.2.3. Delimitación social.....	04
1.3 Formulación del problema.....	04
1.3.1. Problema principal.....	04
1.3.2. Problemas secundarios.....	04
1.4 Objetivos de la investigación.....	05
1.4.1. Objetivo general.....	05
1.4.2. Objetivos específicos.....	05
1.5 Hipótesis de la investigación.....	06
1.5.1. Hipótesis general.....	06
1.5.2. Hipótesis secundarias.....	06
1.6. Justificación.....	08

### CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la Investigación.....	09
2.2. Bases teóricas.....	16

### **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA**

3.1. Tipo de investigación.....	47
3.2. Diseño de la investigación.....	48
3.3. Población y muestra de la investigación .....	48
3.3.1. Población .....	48
3.3.2. Muestra .....	49
3.4. Variables, dimensiones e indicadores .....	50
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	50
3.5.1. Técnicas .....	50
3.5.2. Instrumentos .....	51
3.6. Procedimientos .....	56

### **CAPÍTULO IV: RESULTADOS**

4.1. Resultados.....	57
4.2. Discusión de los resultados .....	74

Conclusiones.....	76
-------------------	----

Recomendaciones .....	77
-----------------------	----

Referencias Bibliográficas.....	78
---------------------------------	----

Anexos

Instrumentos

Matriz de consistencia

Otros

## LISTA DE TABLAS

Tabla 1.

*Población de estudiantes del 1ro al 5to de secundaria de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065 La Joya ..... Pág. 49*

Tabla 2.

*Muestra de estudiantes del 1ro al 5to de secundaria de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065. La Joya ..... Pág. 50*

Tabla 3.

*Validez de Constructo del Test Conociendo Mis Emociones (N = 192) ..... Pág. 54*

Tabla 4

*Test de Kolmogorov de Bondad de Ajuste a La Curva Normal del Test Conociendo mis Emociones..... Pág. 55*

Tabla 5

*Análisis de la Confiabilidad de las Escala S del Test Conociendo mis Emociones (Test de Inteligencia Emocional) ..... Pág. 55*

Tabla 6

*Distribución de frecuencias y porcentajes de la edad de los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya ..... Pág. 58*

Tabla 7

*Distribución de frecuencias y porcentajes de los datos generales de los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya..... Pág. 59*

Tabla 8

*Distribución de frecuencias y porcentajes de los Indicadores de inteligencia emocional en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya..... Pág. 60*

Tabla 9

*Distribución de frecuencias y porcentajes de los niveles de inteligencia emocional en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya ..... Pág. 62*

Tabla 10

*Distribución de frecuencias y porcentajes de los niveles de inteligencia emocional según grado de estudios en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya ..... Pág. 63*

Tabla 11

*Distribución de frecuencias y porcentajes de los niveles de inteligencia emocional según sexo en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya..... Pág. 64*

Tabla 12

*Distribución de frecuencias y porcentajes de las categorías de resentimiento en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya..... Pág. 65*

Tabla 13

*Distribución de frecuencias y porcentajes de las categorías de resentimiento según grado de estudios en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya ..... Pág. 66*

Tabla 14

*Distribución de frecuencias y porcentajes de las categorías de resentimiento según sexo en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya..... Pág. 67*

Tabla 15

*Relación entre el indicador socialización y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya..... Pág. 68*

Tabla 16

*Relación entre el indicador autoestima y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya..... Pág. 69*

Tabla 17

*Relación entre el indicador solución de problemas y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya..... Pág. 70*

Tabla 18

*Relación entre el indicador felicidad-optimismo y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.....Pág. 71*

Tabla 19

*Relación entre el indicador manejo de la emoción y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.....Pág. 72*

Tabla 20

*Relación entre la inteligencia emocional y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundaria la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.....Pág. 73*

## INTRODUCCIÓN

El tema de investigación relación entre inteligencia emocional y resentimiento es un tema sumamente importante, debió a que la inteligencia emocional es, ha sido, y posiblemente será uno de los aspectos que más interés ha suscitado a lo largo de este último siglo dentro de la psicología y también en otras disciplinas tales como la pedagogía, la filosofía o la neurología. Incluso después de muchos avances la inteligencia emocional se sigue considerando un fenómeno en gran medida desconocido por su complejidad.

En ese sentido, las emociones juegan un papel importante y trascendental en la vida estudiantil, la manera de cómo interactúan en la realidad del individuo, en su vida cotidiana, estando presentes de manera diversa en cada experiencia vital y de manera particular en su entorno educativo, pudiendo hacer del estudiante una persona con un alto grado de bienestar y éxito en su perspectiva socioemocional y en un futuro próximo en su actividad profesional, o a su vez una persona con un grado alto de desadaptación.

Esta desadaptación puede manifestarse como resentimiento, hasta hoy habíamos apreciado que un aspecto de la agresión que ha recibido escasa atención es el del resentimiento y resulta que es un fenómeno que se encuentra estrechamente ligado a la presencia de conductas agresivas o que favorece la presencia de aquellas.

Rollo May califica el resentimiento como "la apariencia que toma (el odio) en la vida urbana y civilizada". Y agrega: "La mayoría de las personas en nuestra sociedad, al observarse introspectivamente, pueden no estar seguras de que alimentan algún odio en particular, pero no tienen duda alguna en lo que toca a tener almacenada una buena cantidad de resentimientos".

Por ello, un sentimiento permanente de haber sido maltratado o postergado (por alguien, un grupo de personas, una institución, o por la vida o el destino en general) en el logro de determinados bienes materiales o espirituales, a los que se creía tener derecho, por lo que el sujeto considera que lo que él ve como principios elementales de justicia y equidad han sido violados en perjuicio suyo y, además, que otros poseen algo (material o espiritual) que él también tenía derecho a poseer y que le ha sido negado sin razón verdadera.

Estas dos variables, poco estudiadas de manera relacionada, han sido desarrolladas siguiendo las normas y protocolo de investigación de la Facultad de Medicina Humana y Ciencias de la Salud, Escuela Académico Profesional de Psicología Humana de la Universidad Alas Peruanas, Filial Arequipa.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1. Descripción de la realidad problemática

El concepto de Inteligencia Emocional es conocido gracias a que en 1990 Peter Salovey y John Mayer, lo nombrasen por primera vez, como la “habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás promoviendo un crecimiento emocional e intelectual”.

Las emociones están presentes permanentemente en nuestro funcionamiento diario. Son aquellas que propician la activación y coordinación de cambios fisiológicos, cognitivos y conductuales necesarios para dar una respuesta adecuada a las demandas de nuestro ambiente, además de influir de forma significativa en el modo en que tomamos decisiones y son una fuente útil de información para comprender las relaciones que se establecen entre las personas y su medio. Sin embargo, las emociones también pueden estar en la base de diferentes problemas psicológicos y/o sociales. Así por ejemplo, la presencia frecuente e intensa de emociones, como la ansiedad o la tristeza, es una de las principales características de los trastornos emocionales (como los trastornos de ansiedad o la depresión), mientras que la ira

intensa es una de las variables que subyace a las conductas agresivas. Ante esto cabría preguntarnos, ¿cómo es posible que las emociones posean una función útil y al mismo tiempo ser, en ocasiones, tan perjudiciales?, ¿qué puede explicar que este fenómeno se produzca?

En los últimos años, la teoría de la Inteligencia Emocional (IE) (Mayer y Salovey, 1997) ha tratado de ofrecer una respuesta a estas cuestiones. La Inteligencia Emocional se define como un conjunto de habilidades para percibir, valorar y expresar las emociones con exactitud, generar sentimientos que faciliten el pensamiento, entender la emoción y el conocimiento emocional, y regular las emociones, tanto propias como ajenas (Mayer y Salovey, 1997).

La teoría de la Inteligencia Emocional parte de diferentes hipótesis. En primer lugar, propone que no todos los adolescentes poseen la misma destreza a la hora de poner en marcha estas habilidades emocionales. En segundo lugar, propone que serán aquellos adolescentes con una mayor Inteligencia Emocional las que posean un mejor ajuste psicológico y social. Por último, propone que la Inteligencia Emocional se desarrolla a lo largo de todo el proceso evolutivo, desde la infancia, adolescencia, juventud, hasta la edad adulta, y que esta inteligencia emocional puede ser entrenada y mejorada.

Diversas investigaciones han puesto de manifiesto que adolescentes con bajos niveles de Inteligencia Emocional muestran mayores niveles de resentimiento y comportamientos delincuentes.

En ese sentido el resentimiento es visto por casi todos los autores y en casi todas las definiciones como una reacción que implica un sentimiento de indignación y de impotencia ante un agravio, ante una injusticia. Pero también se le puede entender en términos del sentimiento que surge como resultado del balance deficitario en contra de uno, que uno hace cuando se compara con otros. Tal es, precisamente, el sentido de la teoría de la deprivación relativa (Crosby, 1976; citado en Marañón, 1981).

En ese sentido, los códigos sociales de las redes de tráfico y delincuencia endurecen a los adolescentes. La incertidumbre de los juegos de posición incita a conductas violentas. Las relaciones de dominación entre pares y/o entre comunidades, marcan la trayectoria y pautas de comportamiento de los niños, niñas y jóvenes de las comunidades más vulnerables.

Las figuras de autoridad aparecen parcializadas y disminuidas, los padres dejan de ser referentes significativos, por tanto, intentan encontrar esos referentes en sus pares, en el grupo de calle, formando parte de las pandillas, buscando sentido de pertenencia. Al mismo tiempo, por estar en la calle, la sensación de temor e inseguridad, los lleva a desarrollar estrategias de auto-defensa inadecuadas, que se traducen en conductas agresivas y disociales, acompañadas con el uso de armas, que son la amenaza permanente.

Muchas son las preguntas que surgen en torno al resentimiento y para la mayoría de ellas no tenemos respuestas: ¿qué situaciones lo generan?, ¿en qué medida los antecedentes, las circunstancias existenciales de cada individuo contribuyen o favorecen la aparición del resentimiento?, ¿es el resentimiento un estado permanente o sólo un fenómeno pasajero en la dinámica psicológica de los individuos?, ¿cómo se forma y cuán intenso puede ser en personas normales y en individuos con trastornos psicológicos?, y, ¿hay resentimientos específicos" ("resentimiento social", "resentimiento económico", "resentimiento político", etc), ¿o es el resentimiento un fenómeno que, más bien, matiza toda la conducta del ser humano y cuyos efectos se manifiestan en todos los aspectos de su vida psíquica?. Son estas sólo algunas de las innumerables preguntas que surgen acerca del resentimiento, que reflejan de modo meridiano la dificultad que este fenómeno plantea al estudioso, y para las cuales aún no hay respuestas satisfactorias.

Por ello, se estudia la relación entre la inteligencia emocional y las actitudes frente a la vida en adolescentes (resentimiento), entendiendo y observando que los adolescentes del distrito de la Joya del nivel secundario, no desarrollan su inteligencia

emocional, ya que en las instituciones educativas se preocupan más por los procesos cognitivos y de aprendizaje, del mismo modo, por las condiciones sociales, culturales y económicas y la falta de estrategias de afrontamiento que se presentan, muchos de los adolescentes presentan niveles de resentimiento con la vida por la percepción de la falta de oportunidades que la vida les da.

## **1.2. Delimitación de la investigación**

### **1.2.1. Delimitación temporal**

La investigación se realizó desde enero del 2014 hasta noviembre del 2015

### **1.2.2. Delimitación geográfica**

La investigación se realizó en la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

### **1.2.3. Delimitación social.**

Se realizó con estudiantes del nivel secundario del 1er al 5to.

## **1.3 Formulación del problema**

### **1.3.1. Problema principal**

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?

### **1.3.2. Problemas secundarios**

- ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?
- ¿Cuál es la categoría de resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?

- ¿Existe relación entre el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?
- ¿Existe relación entre el indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?
- ¿Existe relación entre el indicador solución de problemas de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?
- ¿Existe relación entre el indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?
- ¿Existe relación entre el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?

## **1.4 Objetivos de la investigación**

### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre inteligencia emocional y resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

### **1.4.2. Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

- Identificar la categoría de resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- Asociar el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- Asociar el indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- Asociar el indicador solución de problemas de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- Asociar el indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- Asociar el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

## **1.5 Hipótesis de la investigación**

### **1.5.1. Hipótesis general**

Es probable que exista relación inversamente proporcional entre la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

### **1.5.2. Hipótesis secundarias**

H1. Es probable que el nivel de inteligencia emocional sea bajo en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

- H2: Es probable que la categoría de resentimiento sea acentuada en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroe del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- H3: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroe del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- H4: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroe del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- H5: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador solución de problemas de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroe del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- H6: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroe del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- H7: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroe del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

## 1.6. Justificación

La investigación es relevante desde el punto de vista teórico, ya que por primera vez se realiza en nuestro medio un estudio que relaciona la inteligencia emocional con las actitudes frente a la vida en adolescentes (resentimiento), entendiendo que los adolescentes que presenten buena inteligencia emocional, presentaran bajos niveles de resentimiento, por el contrario, los estudiantes con bajo nivel de inteligencia emocional, presentaran altos niveles de resentimiento con la vida. Por ello, y la escasa bibliografía con respecto al resentimiento es que la investigación cobra relevancia e importancia teórica.

La importancia práctica radica en que la adolescencia es un periodo crucial en el desarrollo de todo ser humano, ya que es el paso de la niñez a la adultez. En ésta etapa no solo influyen los cambios corporales, sino también los emocionales; debido a que los jóvenes comienzan a formar su propia personalidad, a conocerse a sí mismos, a construir su filosofía de vida. En ese sentido, estudiar e identificar las categorías de resentimiento va a permitir poder prevenir situaciones adversas y conflictivas en adolescentes.

Por tal razón tanto padres, pedagogos y psicólogos deben tener en cuenta el desarrollo emocional de los adolescentes, pues son personas en formación y necesitan una guía en esta etapa de crecimiento y maduración.

Por último, la investigación servirá para proponer diversas estrategias de evaluación e intervención que, basadas en las diversas iniciativas que actualmente se están realizando, se puedan aplicar en los centros educativos de nuestro entorno y ayuden a minimizar la agresividad, resentimiento y conducta antisocial de nuestros adolescentes a través de la educación de sus emociones.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes de la Investigación**

Vázquez (2012), en la Universidad Pedagógica Nacional. Unidad Ajusco. México, realizó la investigación titulada “Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en Estudiantes Adolescentes”, el objetivo de la presente investigación fue analizar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en adolescentes de nivel medio superior. Participaron 507 estudiantes de una preparatoria pública, de los cuales 348 fueron mujeres y 159 hombres, con un rango de edad que va de los 16 a los 18 años. El estudio fue descriptivo correlacional, con un diseño no experimental, transeccional. Para medir la inteligencia emocional se empleó el instrumento Perfil de Inteligencia Emocional (PIEMO 2000) con validez para población mexicana y para el rendimiento académico se empleó el promedio general de calificación obtenido al concluir el semestre.

Los resultados mostraron la existencia de una correlación positiva significativa de fuerza baja entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico. De la

inteligencia emocional, sólo los componentes: nobleza, reconocimiento del logro, autoestima y empatía obtuvieron una correlación positiva significativa y de fuerza baja. Para los componentes restantes (inhibición de los impulsos, habilidad social, expresión emocional y optimismo) se detectaron correlaciones casi nulas y estadísticamente no significativas. Estos resultados indican una débil relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico. Se sugiere continuar con esta línea de investigación en nuestro medio educativo para confirmar o refutar los resultados de este estudio.

Enríquez (2011). En la Universidad de Málaga, realizó la investigación titulada “Inteligencia Emocional Plena: Hacia un Programa de Regulación Emocional Basado en la Conciencia Plena”, en el estudio se analiza el efecto que tiene la IE con diversas variables de ajuste psicológico en dos poblaciones estudiantiles diferentes en cuanto a su cultura y su contexto social, diríamos dos contextos muy opuestos desde el ambiente social que viven unos y otros, por un lado en México, los estudiante viven y estudian en una situación de inestabilidad social, inmersos en una sociedad violenta afectada por múltiples intereses en donde los jóvenes son testigos (en el mejor de los casos) de factores de riesgo que van en detrimento de su bienestar personal (homicidios, asaltos, secuestros, etc.) y que afectan su capacidad de adaptación y equilibrio emocional, ante estas situaciones, resultaba lógico pensar que estos estudiantes que están expuestos a mayores factores de riesgo tendrían un bajo nivel de Inteligencia emocional y un desajuste en las variables de ajuste psicológico con las que fueron medidos, sin embargo, los resultados no confirmaron las hipótesis del estudio, al contrario, los estudiantes mexicanos obtuvieron buenas puntuaciones en estas variables con buenos índices de IE, bajas puntuaciones en atención emocional.

En el segundo trabajo ingresamos más variables de estudio a las ya analizadas en base a la IE del modelo de habilidades de Salovey y Mayer, de manera especial el constructo de *Mindfulness*. Para desarrollar una buena Inteligencia emocional se debe de tener para empezar una adecuada atención emocional, si esta se excedía entonces resultaba perjudicial (aspecto documentado ampliamente). Nuestro interés fundamental residía en conocer el posible papel mediador de la variable, para explicar

los efectos de la atención sobre variables de ajuste psicológico. Pensamos que en último término lo decisivo era la forma en la cual atendíamos a nuestras emociones. Los resultados derivados de este segundo estudio nos llevan a plantearnos que quizás el efecto terapéutico de *Mindfulness* recaiga más en la forma en que me relaciono con las emociones una vez que estas llegan a mi consciencia que en atender deliberadamente a las mismas. Pues esto último podría devenir en un peor ajuste psicológico.

Sepúlveda y Vásquez (2008). En la Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago Chile, realizaron la investigación titulada “Inteligencia Emocional y Liderazgo. Un estudio, sobre la relación que pudiese darse entre la inteligencia emocional y los estilos de liderazgo en los jóvenes dirigentes estudiantiles, secundarios y universitarios de la región Metropolitana”, La presente investigación es un estudio descriptivo exploratorio, sobre la relación que existe entre inteligencia emocional y los estilos de liderazgo que poseen los dirigentes estudiantiles secundarios y universitarios de distintas instituciones estudiantiles de la región Metropolitana, para ello se tomó una muestra de estudio compuesta por 44 dirigentes, 30 dirigentes secundarios pertenecientes a colegios municipales, particulares y subvencionados y 14 dirigentes universitarios, pertenecientes a universidades privadas y estatales La metodología utilizada fue cuantitativa y las técnicas de recolección de información usadas fueron un test psicológico que mide la Inteligencia emocional y un cuestionario sobre los estilos de Liderazgo. Los resultados apuntaron que los dirigentes estudiantiles poseen distintos estilos de liderazgo, pero la muestra posee un promedio en general inclinado hacia el estilo transaccional, se observaron diferencias tanto en la inteligencia Emocional como en el liderazgo entre hombres y mujeres; los hombres poseen mejor estabilidad y desarrollo de la inteligencia emocional y un estilo de liderazgo Transformacional. Las mujeres en cambio poseen una baja inteligencia emocional, marcada por una baja emotividad, variable integrada por la autoestima, tolerancia a la frustración y capacidad de sobreponerse entre otras, su estilo de liderazgo es transaccional. Los aportes de la investigación a la psicología pueden ser desde varias aristas, o sea, al área educacional podría contribuir a

fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional de manera integral en los estudiantes a través de las mallas curriculares, en el área organizacional a crear elementos que permitan el desarrollo de las competencias y destrezas en los posibles Líderes organizacionales, en el área clínica a fomentar la estabilidad del desarrollo emocional desde la niñez.

Sánchez (2006). En la Universidad Autónoma de Nuevo León, México, realizó la investigación titulada “Inteligencia Emocional. Inteligencia. Cognitiva y Rendimiento Académico en Alumnos de la facultad de psicología”, el planteamiento de la Inteligencia Emocional como determinante de éxito académico está en debate dado los resultados contradictorios en investigaciones. El objetivo del presente estudio fue detectar la relación entre Inteligencia Emocional, Inteligencia Cognitiva y Rendimiento Académico en estudiantes de Psicología. Participaron 137 alumnos. El diseño fue no experimental y correlacional. Se aplicó grupalmente el TMMS-24 adaptación al castellano para Inteligencia Emocional y el Test de Matrices Progresivas General de Raven para Inteligencia Cognitiva, ambos en versión electrónica. El rendimiento académico se obtuvo por calificaciones de cada materia cursada en el semestre previo y promedio general de las mismas. De la Inteligencia Emocional solo el factor atención correlacionó con rendimiento académico general, pero con dirección negativa y baja. No se detectaron correlaciones entre Inteligencia Cognitiva y Rendimiento Académico. La Inteligencia Emocional e Inteligencia Cognitiva de manera conjunta no predijeron el Rendimiento Académico por lo que apoyan datos previos que cuestionan estas relaciones. Se sugiere continuar investigaciones que extiendan y profundicen las variables intervinientes para consolidar datos pertinentes a nuestro medio educativo, cultural y la teoría.

Ramón y Gómez (1987). En la Universidad Ricardo Palma, realizaron la investigación titulada “Resentimiento en adolescentes escolares de Condición socio-económica alta y baja”, en la investigación se encuentra que el resentimiento de adolescentes escolares, de ambos sexos, de nivel socioeconómico bajo y adolescentes

mujeres de nivel alto fue explorado con la Escala de León et al., y la sub-escala de Buss-Dutkee.

Con la primera, no se detectaron diferencias de sexo al interior del nivel bajo, pero sí a nivel socioeconómico (mayor resentimiento en las adolescentes de nivel bajo), encontrándose también diferencias con ítem específicos. Con la sub-escala de Buss-Dutkee, los sexos diferían solamente en un ítem (7); pero a nivel socioeconómico se advirtieron diferencias en cuatro de los ocho ítem.

Kancye (2001). En la Asociación psicoanalítica de Uruguay, realizó la investigación titulada “Resentimiento, memoria y duelo”, El autor estudia las relaciones entre el resentimiento, la temporalidad y el proceso del duelo. Señala que el sujeto rencoroso (resentido y remordido), es un mnemista implacable. No puede perdonar ni perdonarse. Se halla poseído por reminiscencias vindicativas. No puede olvidar. Está abrumado por la memoria de un pasado que no puede separar y mantener a distancia del consciente. Diferencia dos categorías de la memoria: la memoria del rencor de la memoria del dolor. La memoria del rencor se nutre de la esperanza del poder de un tiempo de revancha a venir, mientras que la del dolor se continúa con el tiempo de la resignación. La memoria del dolor admite el pasado como experiencia y no como lastre, no exige la renuncia al dolor de lo ocurrido y sabido. Opera como un no olvidar estructurante y organizador pulsión de vida mediante-como una señal de alarma que protege y previene la repetición de lo malo y da paso a una nueva construcción. En cambio la repetición en la memoria del rencor reinstala –pulsión de muerte mediante– la compulsión repetitiva y hasta insaciable de un poder vengativo.

Destaca la importancia fundamental del resentimiento, a diferencia del odio, en el procesamiento en el duelo normal y patológico. Subraya que una intensa ambivalencia entre el amor y el odio perturba el proceso del duelo, pero cuando el odio es reemplazado por el rencor se paraliza el duelo. Luego ilustra, en un caso clínico acerca de un hijo adoptivo, la distinción entre el duelo de los orígenes y el duelo por los orígenes.

Agüero y Lorenzo (s.f). En la ESCUELA CULTURA DE PAZ, realizaron la investigación titulada "El resentimiento. Problemas en su definición", En primer lugar, hemos visto que los autores coinciden en que el resentimiento para que sea tal deber tener el carácter de permanente (Scheeler 1944, p.14). El individuo tiene que haber ido desarrollando ideas referidas a que la vida o los demás no han sido con él todo lo justos o todo lo generosos que ellos deberían realmente haber sido sin que él haya tenido ocasión de reponer el sentido de justicia deformado o "ajustar cuentas". Esto tiene que darse, por supuesto, en función de una acumulación de hechos grandes y pequeños que son subjetivamente experimentados como injustos o, más aún, como dañinos o nocivos para el desarrollo personal. Esto nos parece central. Claro que aquí debe relativizarse en el sentido de señalar que lo que para uno puede ser una "gran injusticia" para otro puede tener el carácter de nimiedad.

Es sobre esta base sobre la cual los "pequeños enojos" comienzan a jugar un rol de importancia: se acumulan y al hacerlo alimentan el resentimiento basado al principio en las "grandes injusticias". Al final, como ya lo señalara Allport (1981), "todo adquiere un particular calor". El resentido cada día va encontrando situaciones e "injusticias" que "alimentan" su resentimiento a través del mecanismo de la "apercepción tendenciosa" o lo que Adler llamaba "buscar la bofetada" (Titxe, 1983; citado por Kancype, 2001). Todo esto torna permanente al resentimiento. Se trata del caso de quien lentamente ha ido formándose un concepto en el sentido de que a él — a pesar de todos sus esfuerzos o de sus capacidades—"en esta vida le ha ido peor que a los demás" o que "los demás poseen algo que a él le es (o le ha sido) negado sin razón".

Lo decisivo puede ser no tanto ni siempre un solo hecho traumático sino un ambiente en el cual día a día aparecen injusticias, postergaciones, maltratos reales o imaginados, que alimentan el sentimiento de postergado o injustamente tratado. En ese sentido es en el cual hablamos de una suerte de acumulación de "pequeños enojos".

Dos problemas surgen con respecto a lo que hemos dicho. Primero, parece evidente que cada uno de nosotros tiene un cierto "reservorio de resentimiento", que puede

estar muy claro en la mente de cada cual o que se expresa vagamente. Así, el resentimiento es, como afirma Helwig (1970), "tan corriente que apenas puede llamarse patológico" (p.223). que la magnitud del resentimiento alcanza un nivel tal que ejerza un rol decisivo en la conducta de un individuo es algo que depende, creemos, tanto de la calidad, cantidad y tipo de situaciones que han dado lugar al resentimiento, como del significado que estas poseen y del que le dará cada individuo, el cual se halla en íntima relación con la estructura de la personalidad existente en cada cual: "ante la situación — escribe Honorio Delgado en su conocido Curso de psiquiatría (1967, p. 220)- los individuos pueden ser impresionados y reaccionar de maneras muy distintas a causa de las diversas disposiciones innatas y de las actitudes adquiridas por influjo de experiencias similares.

Por tanto podemos admitir la existencia de "resentimientos normales" en todo ser humano. Lo que sí parece decisivo es que una vez que el resentimiento ha adquirido ya un poder de decisión sobre la conducta individual, matiza todos los actos de un individuo. En este sentido, los autores estudiados plantean que no existen resentimientos "parciales" o "circunscritos"; es decir no hay "el resentido sexual" o el "resentido social" sino hay únicamente "el resentido", en el cual el fenómeno del resentimiento, que pudo elaborarse en el contexto de un problema más o menos específico, se expresa ahora con mayor o menor intensidad, en toda la conducta del individuo. De allí que aspectos en apariencia poco importantes dentro de la vida psíquica de cada cual cobren de pronto un significado inicial a la luz del influjo del resentimiento. Comparaciones de las que sólo es consciente el individuo "resentido", comparaciones en las cuales él lleva la peor parte, sirven de alimento al resentido. Eso fue percibido desde muy temprano en la historia de la filosofía: Séneca, el filósofo estoico, escribe: "Tu vecino ha recibido más que tú, ¿pero necesitas hacer comparaciones para gozar de lo que tú recibiste? Jamás será dichoso quien se sienta contrariado por la dicha ajena".

## 2.2. Bases teóricas.

### 2.2.1. Emociones

#### A. La inteligencia emocional

La inteligencia emocional (IE) es el uso inteligente de las emociones: hacer que, intencionalmente, las emociones trabajen para nosotros, utilizándolas de manera que nos ayuden a guiar la conducta y los procesos de pensamiento, a fin de alcanzar el bienestar personal. Peter Salovey y John Mayer, de las universidades de New Hampshire y de Yale fueron de los primeros investigadores en utilizar el término “*Inteligencia emocional*” con el mismo sentido de uso actual, pero el concepto adquirió mayor notoriedad a partir de la publicación del libro “La inteligencia Emocional” escrito por Daniel Goleman, en 1995.

Este concepto de Inteligencia Emocional permite una visión más realista y válida de los factores que conducen a la eficacia y adaptación personal, ayudando a tener una visión más equilibrada del papel que juegan la cognición y la emoción en la vida de las personas. Es tal el auge de las investigaciones en este campo, que se puede afirmar que la inteligencia emocional es un concepto en amplia expansión.

De acuerdo con Goleman (2001), las personas emocionalmente desarrolladas, es decir, las personas que gobiernan adecuadamente sus emociones y que también saben interpretar y relacionarse efectivamente con las emociones de los demás, disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida. Estas personas suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. Quienes, por el contrario, no pueden controlar su vida emocional, se debaten en constantes luchas internas que socavan su capacidad de trabajo y les impiden pensar con suficiente claridad.

En ese sentido, la inteligencia emocional en términos generales se refiere a la capacidad de identificar, comprender y manejar las emociones en uno mismo y en los demás personas. La inteligencia emocional es la base del desarrollo de muchas

capacidades y competencias emocionales, la misma que puede desarrollarse a través del modelamiento y la educación.

Para Fernández Berrocal y Ramos (2002, p.20) una definición general y breve de la IE es: “la capacidad para reconocer, comprender y regular nuestras emociones y las de los demás”. Desde esta perspectiva, la IE es una habilidad que implica tres procesos:

1. *Percibir*: reconocer de forma consciente nuestras emociones e identificar qué sentimos y ser capaces de darle una etiqueta verbal.
2. *Comprender*: integrar lo que sentimos dentro de nuestro pensamiento y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales.
3. *Regular*: dirigir y manejar las emociones tanto positivas como negativas de forma eficaz.

Para Goleman (1996) la inteligencia emocional se refleja en la manera en que las personas interactúan con el mundo. Las personas emocionalmente inteligentes toman muy en cuenta sus propios sentimientos y los de los demás; tienen habilidades relacionadas con el control de los impulsos, la autoconciencia, la valoración adecuada de uno mismo, la adaptabilidad, motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, que configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, indispensables para una buena y creativa adaptación.

De acuerdo con lo planteado por Goleman (1996, 1999, 2001), la inteligencia emocional tiene un componente intrapersonal y un componente interpersonal. Lo intrapersonal comprende las capacidades para la identificación, comprensión y control de las emociones en uno mismo, que se manifiestan en la autoconciencia y el autocontrol. El componente interpersonal, comprende a su vez la capacidad de identificar y comprender las emociones de las otras personas, lo que en psicología se denomina ser empático; y la capacidad de relacionarnos socialmente de una manera positiva; es decir, poseer habilidades sociales.

## **B. La Inteligencia**

El concepto de inteligencia según Martínez, (2007), se remonta a tiempos de Platón y de Aristóteles. En la concepción de Platón, el término inteligencia está relacionado con la capacidad de guiar y dirige; en cambio para Aristóteles estaba relacionado con la capacidad que suministra la fuerza motriz, con el tiempo Aristóteles se replanteo y amplió el término a la capacidad intelectual o cognoscitiva, que abarcaba a la vez emoción y voluntad. Por otra parte, Cicerón hizo una aportación definitiva al traducir ambos conceptos y lo planteo como la capacidad cognoscitiva e intelectual de inteligencia.

En cambio para los filósofos medievales, el término inteligencia, proviene del latín *intelligere*, era la propia acción del intelecto, el proceso de conocimiento e interiorización de la realidad.

Schein (1992, citado en Sepúlveda y Vásquez, 2008) afirma que la palabra inteligencia deriva del latín *intelligere*, que quiere decir exactamente recolectar de entre, es decir, elegir y separar cosas de un conjunto, operación que implica establecer relaciones, seleccionar y por tanto percibir y discernir. Es esta complejidad del proceso inteligente, esta intervención de tantos elementos que a su vez entrañan tantos aspectos psíquicos, lo que ha hecho tan particularmente difícil, sino imposible, el pretender una definición tradicional de la inteligencia.

A la espera de ulteriores clarificaciones, una de las expresiones que han hallado en nuestros tiempos con mayor resonancia es la inteligencia emocional.

## **C. La Visión Histórica de la Inteligencia Emocional**

Popularmente la inteligencia emocional es definida como “un conjunto de habilidades, actividades, capacidades y competencias que determinan el comportamiento de un individuo, reacciones, estado de la mente y estilo de comunicación”. (Salinas, 2007).

El concepto de inteligencia emocional nació a principios de esta década en 1990, por dos psicólogos que propusieron la teoría de la inteligencia emocional; los cuales fueron Salovey y Mayer, los que definen la inteligencia emocional como un tipo de “inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y la de los demás, discriminar entre ellas y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno”. Pero varios decenios antes, el célebre psicólogo Thorndike escribió en 1935 acerca de la inteligencia social, que era la capacidad de obrar prudentemente en las relaciones humanas, sin embargo, (Gardner, 1983; citado en Sepúlveda y Vásquez, 2008) revolucionó el concepto de inteligencia a través de la teoría de la “*inteligencia múltiple*”, en la cual plantea siete tipos de inteligencia de las cuales sobresalen dos inteligencias muy relacionadas con la competencia social, y hasta cierto punto, emocional; como son: la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal, Gardner define ambas como : Inteligencia interpersonal que se constituye a partir de “la capacidad para captar los diferentes estados de ánimos, temperamentos, motivaciones e intervenciones y permite a una persona leer las intenciones y deseo de los demás”. (Gardner, 1995; citado en Sepúlveda y Vásquez, 2008). Por otra parte, define el concepto de inteligencia intrapersonal como: “el conocimiento de los aspectos internos de una persona en un acceso a la propia gama de sentimientos, a la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerles un nombre, recurriendo a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta (Gardner, 1993; citado en Sepúlveda y Vásquez, 2008). Sin embargo el concepto no se popularizó hasta la publicación en 1995, del célebre libro de Daniel Goleman "La Inteligencia Emocional" la define como "la capacidad de establecer contacto con los propios sentimientos, discernir entre ellos y aprovechar este conocimiento para orientar nuestra conducta, y la capacidad de discernir y responder adecuadamente a los estados de ánimo, temperamento, motivaciones y deseos de los demás.”

Este autor, toma como base los planteamientos de Salovey, quien amplía las definiciones de Gardner sobre la inteligencia emocional y a su vez Goleman las toma

para complementar sus postulados, los cuales aparecen en su libro “inteligencia emocional en la empresa”. Este refiere cinco esferas propuestas por Salovey, tales como Conocer las propias emociones, Manejar las emociones, La propia motivación, Reconocer las emociones de los demás y Manejar las relaciones, estas serían la base de la inteligencia emocional, Goleman integra estas, al concepto de aptitud emocional, es decir, las cinco esferas se conjugan con el ambiente y con la vida en general, lo que está directamente relacionado con la capacidad que tiene un ser humano de desempeñarse de manera sobresaliente.

Dentro de este mismo periodo (Robert Cooper y Ayman Sawaf, 1998; citado en Sepúlveda y Vásquez, 2008) definen la inteligencia emocional de la siguiente manera “la capacidad de sentir, entender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia”.

Cooper (1998), plantean que generalmente las personas creen que las emociones son intrusas, lo cual sería una idea errada, ya que en nuestra vida jugarían un papel fundamental, debido a que en nuestra mente analítica se fusionan una serie de elementos como la intuición, emociones, sentidos, y la inteligencia emocional que recorren nuestra mente y cuerpo en un instante, y a partir de las posibilidades y alternativas que nos da el ambiente, conjugado con lo que nos pasa internamente, es cuando tomamos soluciones en segundos en lugar de horas, por tanto, las emociones serían inteligentes, sensibles, beneficiosas y hasta sabias, son una fuente primaria de motivación, información (retroinformación), poder personal, innovación e influencia que inspiran y vitalizan el buen sentido y la razón, las cuales se relacionan con el éxito y la rentabilidad.

#### **D. Las emociones y el proceso emocional**

El interés científico por las emociones ha tenido gran impulso en la última década del pasado siglo. La emoción se ha convertido en un tema de interés para distintas disciplinas. Resulta difícil definir en un sentido estricto lo que significa la palabra emoción. Investigadores como Palmero, Fernández, Martínez y Chóliz (2002)

exponen que la investigación básica sobre las emociones aún no proporciona una base firme donde apoyar muchos de los resultados parciales que continuamente provee la investigación, y afirman que, por sorprendente que parezca, actualmente se carece de una definición y hasta de un concepto de emoción que sea aceptado por todos.

A pesar de estas limitaciones y dificultades conceptuales, destacamos lo siguiente:

- a) La emoción es un proceso complejo, multidimensional, en el que están integradas respuestas de tipo neuro-fisiológico, motor y cognitivo.
- b) En los seres humanos emoción y cognición están integrados. Ser solamente racionales nos niega el acceso a una fuente compleja de conocimiento emocional, que informa adaptativamente a la acción y contribuye a la resolución de problemas y a la toma de decisiones. Las emociones son indispensables para la toma de decisiones porque orientan en la dirección adecuada.
- c) Nuestro bagaje emocional tiene un extraordinario valor de supervivencia y esta importancia se ve confirmada por el hecho de que las emociones han terminado integrándose en el sistema nervioso en forma de tendencias innatas y automáticas (Goleman, 2001).
- d) En un sentido real, todos tenemos dos mentes, una mente que piensa y otra que siente, y estas dos formas de conocimiento interactúan para construir nuestra vida mental. La mente racional es la modalidad de comprensión de la que solemos ser más conscientes, nos permite ponderar y reflexionar. El otro tipo de conocimiento, más impulsivo y más poderoso –aunque a veces ilógico- es la mente emocional (Goleman, 2001).
- e) Existe una razón para que seamos emocionales. Nuestras emociones son parte de nuestra inteligencia. Es necesario resolver la división entre emocional y racional, dando un nuevo paso evolutivo cultural. (Greenberg, 2000).
- f) Las emociones son importantes para el ejercicio de la razón. El cerebro emocional se halla tan implicado en el razonamiento como lo está el cerebro pensante. La emoción guía nuestras decisiones instante tras instante, trabajando mano a mano con la mente racional y capacitando, o incapacitando, al pensamiento mismo.

Evans (2002) sostiene, incluso, que un ser que careciera de emociones no sólo sería menos inteligente, sino que también sería menos racional.

### **E. Concepto de emoción**

Con fines didácticos, a continuación exponemos el concepto de emoción elaborado por Bisquerra (2000, p. 63), una definición que es ampliamente aceptada:

Las emociones son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambiente provocativo, etc. Una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión).

### **F. Elementos constitutivos de la emoción**

En una emoción se dan los siguientes elementos:

- a. Una situación o estímulo que reúne ciertas características, o cierto potencial, para generar tal emoción.
- b. Un sujeto capaz de percibir esa situación, procesarla correctamente y reaccionar ante ella.
- c. El significado que el sujeto concede a dicha situación, lo que permite etiquetar una emoción, en función del dominio del lenguaje con términos como alegría, tristeza, enfado, entre otros.
- d. La experiencia emocional que el sujeto siente ante esa situación.
- e. La reacción corporal o fisiológica: respuestas involuntarias: cambios en el ritmo cardíaco o respiratorio, aumento de sudoración, cambios en la tensión muscular, sudoración, sequedad en la boca, presión sanguínea.
- f. La expresión motora-observable: expresiones faciales de alegría, ira, miedo, entre otras; tono y volumen de voz, movimientos del cuerpo, sonrisa, llanto y otros.

## **G. El proceso emocional**

La investigación sobre el cerebro emocional tiene sus antecedentes en las investigaciones de Sperry y MacLean. Roger Sperry fue el investigador que ganó el Premio Nobel de Medicina en 1981 al descubrir que el hemisferio derecho de nuestro cerebro contribuye a la inteligencia tanto como lo hace el hemisferio izquierdo. Por su parte, Paul MacLean (1949), estableció que la totalidad del cerebro está conformada por tres estructuras diferentes: el sistema neocortical, el sistema límbico y el sistema reptil. Estos sistemas, según MacLean, son física y químicamente diferentes, pero están entrelazados en uno solo que denominó cerebro triuno. Las emociones se localizan, de acuerdo con esta teoría, en el sistema límbico.

El sistema límbico, también llamado cerebro emocional, asocia diferentes partes del sistema cerebral (amígdala, hipotálamo, hipocampo y tálamo) con las emociones. Goleman (2001) explica que la amígdala en los seres humanos es una estructura relativamente grande en comparación con la de los primates. Existen en realidad dos amígdalas que forman parte de un conglomerado de estructuras interconectadas organizadas en forma de almendra. Se hallan encima del tallo encefálico, cerca de la base del anillo límbico, ligeramente desplazadas hacia adelante. El hipocampo y la amígdala fueron dos piezas claves del primitivo “cerebro olfativo” que, a lo largo del proceso evolutivo, terminó dando origen al córtex y posteriormente al neocórtex. La amígdala está especializada en las cuestiones emocionales y en la actualidad se entiende que es una estructura límbica muy ligada a los procesos de aprendizaje y memoria. La amígdala compone una especie de depósito de la memoria emocional y, en consecuencia, también se puede considerar como un depósito de significado.

LeDoux (1999), neurocientífico del Center for Neural Science de la Universidad de Nueva York, fue el primero en descubrir el importante papel que desempeña la amígdala en el cerebro emocional. Este investigador encontró que junto a la larga vía neuronal que va al córtex, existe una pequeña estructura neuronal que comunica directamente al tálamo con la amígdala. Esta vía secundaria y más corta (una especie

de atajo) permite que la amígdala reciba algunas señales directamente de los sentidos y emita una respuesta antes de que sean registradas por el neocórtex, lo que explica la forma en que la amígdala asume el control cuando el cerebro pensante, el neocórtex, todavía no ha llegado a tomar ninguna decisión.

Este descubrimiento ha dejado obsoluta la antigua noción que la amígdala depende de las señales procedentes del neocórtex para formular su respuesta emocional, a causa de la existencia de esta vía de emergencia capaz de desencadenar una respuesta emocional. Por ello, la amígdala puede llevarnos a actuar incluso antes que el neocórtex despliegue sus también más refinados planes de acción. LeDoux (1999) afirma que, anatómicamente hablando, el sistema emocional puede actuar independientemente del neocórtex. Existen ciertas reacciones y recuerdos emocionales que tienen lugar sin la menor participación cognitiva consciente. La investigación sugiere que el hipocampo (que durante mucho tiempo se había considerado como la estructura clave del sistema límbico) no tiene tanto que ver con la emisión de respuestas emocionales como con el hecho de registrar y dar sentido a las percepciones, es decir con la memoria emocional. La principal actividad del hipocampo consiste entonces en proporcionar una aguda memoria del contexto, algo que es vital para el significado emocional de los acontecimientos.

La conexión con la amígdala es muy rápida, una conexión directa, pero no muy precisa, puesto que la mayor parte de la información sensorial va a través del otro camino hacia el neocórtex, donde es analizada en varios circuitos mientras se formula una respuesta. Entre tanto, la amígdala valora rápidamente los datos para ver si tienen un significado emocional y puede dar una respuesta mientras el neocórtex todavía está ordenando las cosas. Las emociones pueden ser muy difíciles de controlar porque la amígdala conecta otras partes del cerebro antes de que lo haga el cerebro pensante, el neocórtex. Puesto que la amígdala tiene distintas conexiones con las partes del cerebro que controlan el sistema nervioso autónomo, así como conexiones con el córtex, que es el responsable de la experiencia consciente, existe la hipótesis que la amígdala sirve de lugar de convergencia, lo que le confiere un papel principal en la

vida emocional, de modo que puede movilizar el cuerpo para responder con una emoción fuerte, especialmente el miedo, antes que el cerebro sepa exactamente lo que está pasando.

Goleman (2001) sostiene que las conexiones existentes entre la amígdala y el neocórtex constituyen el centro de gravedad de las luchas y de los tratados entre los pensamientos y los sentimientos.

Explica esta relación entre el córtex y la amígdala de la siguiente manera: mientras la amígdala prepara una reacción ansiosa e impulsiva, otra parte del cerebro emocional se encarga de elaborar una respuesta más adecuada. El regulador cerebral que desconecta los impulsos de la amígdala parece encontrarse en el lóbulo prefrontal, que se halla inmediatamente detrás de la frente. Habitualmente las áreas prefrontales gobiernan nuestras reacciones emocionales. En el neocórtex, una serie de circuitos registra y analiza la información, la comprende y organiza gracias a los lóbulos prefrontales, y si, a lo largo de ese proceso, se requiere de una respuesta emocional, es el lóbulo prefrontal quien la dicta, trabajando en equipo con la amígdala y otros circuitos del cerebro emocional. Éste suele ser el proceso normal de la elaboración de una respuesta que, con la sola excepción de las urgencias emocionales, tiene en cuenta el discernimiento. Cuando una emoción se dispara, los lóbulos prefrontales ponderan los riesgos y los beneficios de las diversas acciones posibles y apuestan por la que considera más adecuada. El tiempo cerebral invertido en la respuesta neocortical es mayor que el que requiere el mecanismo de las urgencias emocionales porque las vías nerviosas implicadas son más largas. Pero no debemos olvidar que también se trata de una respuesta más juiciosa y considerada porque, en este caso, el pensamiento precede al sentimiento.

## **H. Los diferentes tipos de emociones**

Muchos autores han intentado realizar una tipología de las emociones; sin embargo, aún no se ha podido llegar a un consenso; al respecto, Goleman (2001, p. 419)

asegura que “La verdad es que en este terreno no hay respuestas claras y el debate científico sobre la clasificación de las emociones aún se halla sobre el tapete”.

Una de las clasificaciones más empleadas es la de distinguir entre emociones básicas y emociones complejas o secundarias. Las emociones básicas, también denominadas primarias, puras o elementales, se reconocen por una expresión facial característica. El argumento sobre la existencia de al menos algunas emociones que no son aprendidas sino universales e innatas se debe en cierta medida a la Universidad de California, quien descubrió que las expresiones faciales de estas emociones son reconocidas por personas de distintas culturas, lo cual les otorga un carácter de universal.

Las emociones básicas se inician con rapidez y duran unos segundos cada vez. Los investigadores discrepan en lo que concierne al número de ellas, pero en general se reconocen como tales: la alegría, la aflicción o tristeza, la ira, el miedo, la sorpresa y el asco. No existe cultura alguna en la que estén ausentes estas emociones. No son aprendidas sino que forman parte de la configuración del ser humano. Esto se evidencia en la presencia de las mismas expresiones faciales en los ciegos congénitos. Se pueden usar palabras o conceptos distintos para describir una determinada emoción, pero la expresión facial es la misma. Las emociones básicas están grabadas en los circuitos químicos de los genes y no a través de la cultura. Sólo una vez activada la conciencia, transcurridos unos cientos de milisegundos, las reglas de exhibición culturalmente determinadas se imponen sobre la respuesta biológica elemental.

Evans (2002, p.35) propone un cambio de perspectiva en la discusión acerca de los tipos de emociones. Argumenta que más que pensar en las emociones básicas y las culturalmente específicas (también llamadas secundarias) como dos clases completamente diferentes, deberíamos concebirlas como los extremos de un mismo espectro. De tal manera que: “Dependiendo de cuántas condiciones específicas se precisen para el desarrollo de una emoción determinada, y dependiendo asimismo de

su grado de especificidad, la emoción se aproximará más al extremo “básico” o al polo “culturalmente específico” del espectro”. Esto significa que la distinción entre emociones básicas y emociones culturalmente específicas es una discusión de grado más que de clase. Por consiguiente, existiría todo un espectro de innatismo en las emociones básicas ubicadas en el polo de lo muy innato y las emociones culturalmente específicas en el extremo de lo menos innato.

Evans (2002) también apoya la propuesta de incluir una tercera categoría denominada emociones cognoscitivas superiores, las cuales serían menos innatas que las emociones básicas, pero más innatas que las culturalmente específicas. Las emociones cognoscitivas superiores difieren de las emociones básicas en que no son tan rápidas y automáticas ni se hallan asociadas universalmente a una única expresión facial. Se cree que estas emociones se procesan en áreas del neocórtex, por lo que estarían más expuestas a la influencia de los pensamientos conscientes y por lo tanto, más susceptibles de variación cultural. Esta propuesta considera que esas emociones son universales porque forman parte de la naturaleza humana, presentan una mayor variabilidad cultural, su desarrollo y extinción toman más tiempo que en las emociones básicas. Entre las emociones cognoscitivas superiores se incluyen las siguientes: amor, culpabilidad, vergüenza, desconcierto, orgullo, envidia y celos.

Por su parte, autores como Fernández-Abascal, Martín y Domínguez (2001, p.308), clasifican las emociones en primarias, secundarias, positivas, negativas y neutras. Las describen de la siguiente manera:

- a) *Emociones primarias*: parecen poseer una alta carga genética, en el sentido que presentan respuestas emocionales preorganizadas que, aunque son modeladas por el aprendizaje y la experiencia, están presentes en todas las personas y culturas.
- b) *Emociones secundarias*: emanan de las primarias, se deben en gran grado al desarrollo individual y sus respuestas difieren ampliamente de unas personas a otras.

- c) *Emociones negativas*: implican sentimientos desagradables, valoración de la situación como dañina y la movilización de muchos recursos para su afrontamiento. Ej.: el miedo, la ira, la tristeza y el asco.
- d) *Emociones positivas*: son aquellas que implican sentimientos agradables, valoración de la situación como beneficiosa, tienen una duración temporal muy corta y movilizan escasos recursos para su afrontamiento. Ej.: felicidad.
- e) *Emociones neutras*: son las que no producen intrínsecamente reacciones ni agradables ni desagradables, es decir que no pueden considerarse ni como positivas ni como negativas, y tienen como finalidad el facilitar la aparición de posteriores estados emocionales. Ej.: la sorpresa.

## **I. Descripción de algunas emociones**

A partir de los aportes realizados por Marina y López (1999), Fernández-Abascal, Martín y Domínguez (2001), se presenta a continuación la descripción de algunas emociones:

### **a) El miedo**

Es una emoción primaria negativa que se activa por la percepción de un peligro presente e inminente, por lo cual se encuentra muy ligada al estímulo que la genera. Es una señal emocional de advertencia que se aproxima un daño físico o psicológico. El miedo también implica una inseguridad respecto a la propia capacidad para soportar o manejar una situación de amenaza. La intensidad de la respuesta emocional de miedo depende de la incertidumbre sobre los resultados. El miedo es una de las emociones más intensas y desagradables. Genera aprensión, desasosiego y malestar. Su característica principal es la sensación de tensión nerviosa, de preocupación y recelo por la propia seguridad o por la salud, habitualmente acompañada por la sensación de pérdida de control. Otro de sus efectos subjetivos más típicos es la sensación de cierta tendencia a la acción evitativa. Se asocia al miedo los siguientes términos: alarma, terror, nerviosismo, pánico, tensión, pavor, desasosiego, susto, temor, preocupación, horror, ansiedad.

**b) La ira**

Es una emoción primaria negativa que se desencadena ante situaciones que son valoradas como injustas o que atentan contra los valores morales y la libertad personal; situaciones que ejercen un control externo o coacción sobre nuestro comportamiento, personas que nos afectan con abusos verbales o físicos, y situaciones en las cuales consideramos que se producen tratamientos injustos y el bloqueo de metas.

La ira produce efectos subjetivos o sentimientos de irritación, enojo, furia y rabia. También va acompañada de obnubilación, incapacidad o dificultad para la ejecución eficaz de los procesos cognitivos. La ira a su vez produce una sensación de energía o impulsividad, de necesidad subjetiva de actuar física o verbalmente de forma intensa e inmediata, para solucionar de forma activa la situación problemática. Se aprecia como una experiencia aversiva, desagradable e intensa. Es la emoción potencialmente más peligrosa ya que su propósito funcional es la de destruir las barreras que se perciben. Desde una perspectiva evolutiva, la ira moviliza la energía hacia la autodefensa. Se asocian a ella los siguientes términos: enfado, enojo, malhumor, indignación, amargura, venganza, desprecio, irritación, exasperación, furia, odio, desagrado, cólera, aversión, resentimiento, celos, hostilidad, menosprecio, violencia, rencor.

**c) La tristeza**

Es una emoción que se produce en respuesta a sucesos que son considerados como no placenteros. Denota pesadumbre o melancolía. La tristeza es una forma de displacer que se produce por la frustración de un deseo apremiante, cuya satisfacción se sabe que resulta imposible. Los desencadenantes de la tristeza son la separación física o psicológica, la pérdida o el fracaso; la decepción, especialmente si se han desvanecido esperanzas puestas en algo. Los efectos subjetivos se caracterizan por sentimientos de desánimo, melancolía, desaliento y pérdida de energía. Se asocian a la tristeza los siguientes términos: pesimismo, pesar, decepción, remordimiento,

rechazo, bochorno, sufrimiento, añoranza, depresión, aislamiento, melancolía, vergüenza, abandono, desánimo, infelicidad, desaliento, condolencia.

#### **d) El asco**

Es la respuesta emocional causada por la repugnancia que se tiene a alguna cosa o por una impresión desagradable causada por algo. Es una emoción compleja que implica una respuesta de rechazo a un objeto deteriorado, a un acontecimiento psicológico o a valores morales repugnantes. Los desencadenantes del asco son los estímulos desagradables, fundamentalmente los químicos, los potencialmente peligrosos o los molestos como, por ejemplo, comida descompuesta, los olores corporales o la contaminación ambiental. El suceso es valorado como muy desagradable.

Los efectos subjetivos del asco se caracterizan por la necesidad de evitar o alejarse del estímulo desencadenante.

#### **e) La felicidad**

Es el estado de ánimo que se complace en la posesión de algún bien. La felicidad facilita la empatía, lo que promueve la aparición de conductas altruistas. Asimismo, contribuye al rendimiento cognitivo, la solución de problemas, la creatividad, el aprendizaje y la memorización. Los desencadenantes de la felicidad son los éxitos o los logros, la consecución de los objetivos que se pretenden. Igualmente se produce por la congruencia entre lo que se desea y lo que se posee, entre las expectativas y las condiciones actuales, y en la comparación con las demás personas. Se asocia a la felicidad los siguientes términos: jovialidad, contento, triunfo, dicha, alegría, júbilo, entusiasmo, alborozo, deleite, regocijo, buen humor, gozo, embeleso.

#### **f) La sorpresa**

Es la más breve de las emociones. Es una reacción causada por algo imprevisto o extraño, como un trueno o una celebración no anunciada. Los acontecimientos cognitivos también provocan sorpresa. La sorpresa también se da cuando se producen consecuencias o resultados inesperados o interrupciones de la actividad en curso. El

significado funcional de la sorpresa es preparar al individuo para afrontar de forma eficaz los acontecimientos repentinos e inesperados y sus consecuencias.

La sorpresa suele convertirse rápidamente en otra emoción. Se asocian a la sorpresa los siguientes términos: asombro, pasmo, estupefacción, extrañeza.

### **g) La ansiedad**

Es un estado de agitación, inquietud y zozobra, parecida a la producida por el miedo. La ansiedad es desproporcionalmente intensa con relación a la supuesta peligrosidad del estímulo. La ansiedad como todas las emociones, es en principio un conjunto de procesos adaptativos, reacciones defensivas innatas garantes de la supervivencia de las personas. Hay dos tipos de ansiedad: la ansiedad inespecífica, que no está asociada a estímulos determinados y la ansiedad específica, que está suscitada por un estímulo concreto que puede ser real o simbólico. La ansiedad es, a su vez, el componente patológico de los llamados “trastornos por ansiedad”, los cuales están relacionados con una reacción de miedo desmedida e inapropiada: sin duda, también es la reacción que produce la mayor cantidad de trastornos mentales, conductuales y psicofisiológicos. La ansiedad produce efectos subjetivos de tensión, nerviosismo, malestar, preocupación, aprensión e incluso puede llegar a sentimientos de pavor o pánico. Asimismo, produce dificultades para el mantenimiento de la atención y la concentración.

### **h) La hostilidad**

Es una emoción secundaria negativa que implica una actitud social de resentimiento que conlleva respuestas verbales o motoras implícitas. Es un sentimiento mantenido en el tiempo, en el que concurren el resentimiento, la indignación, la acritud y la animosidad. Los desencadenantes de la hostilidad son la violencia física y el sufrir hostilidad indirecta. La hostilidad se desencadena cuando percibimos o atribuimos en otras personas, hacia nosotros o hacia personas queridas de nuestro entorno, actitudes de irritabilidad, de negativismo, de resentimiento, de recelo o de sospecha. Los efectos subjetivos de la hostilidad implican usualmente sensaciones airadas. El componente afectivo incluye varios estados emocionales como el enojo, el resentimiento, el disgusto o el desprecio. Los efectos fisiológicos son básicamente

similares a los de la ira, pero más moderados en intensidad y, en cambio, más mantenidos en el tiempo.

**i) El amor/cariño**

Es el afecto que sentimos por otra persona, animal, cosa o idea. La reacción de amor puede implicar dos tipos de reacción: el amor apasionado y el de compañero. El amor apasionado, llamado también “amor obsesivo” o “enamoramiento”, es una emoción intensa que se refiere a un estado de intenso anhelo por la unión con el otro. El amor de compañero, llamado “amor verdadero”, “cariño”, “amor conyugal”, es una emoción menos intensa, que combina sentimientos de profundo cariño, compromiso e intimidad. El procesamiento cognitivo del amor se inicia ante una situación que suele poseer una alta novedad, pero con cierto grado de predictibilidad. El suceso se valora como relevante para el bienestar general y psicológico. Los efectos subjetivos del amor, especialmente del apasionado, son sentimientos que están mezclados con otras experiencias emocionales intensas como la alegría, celos, soledad, tristeza, miedo e ira. Se asocia al amor los siguientes términos: atracción, añoranza, afecto, deseo, ternura, pasión, cariño, compasión, capricho, simpatía.

**j) La vergüenza**

Emoción negativa desencadenada por una creencia en relación con el propio carácter.

**k) El desprecio y el odio**

Emociones negativas desencadenadas por creencias sobre el carácter de otros. (El desprecio lo induce el pensamiento de que el otro es inferior; el odio, el pensamiento de que es malo).

**l) La culpa**

Emoción negativa desencadenada por una creencia sobre la acción a otro.

***El amor propio o dignidad***

Emoción positiva provocada por una creencia sobre el propio carácter.

***La simpatía***

Emoción positiva provocada por una creencia sobre el carácter de otro.

***El orgullo***

Emoción positiva provocada por una creencia sobre la propia acción.

***La admiración***

Emoción positiva provocada por una creencia sobre la acción realizada por otro.

***La envidia***

Emoción negativa causada por el merecido bien de alguien.

***La indignación***

Emoción negativa causada por el bien inmerecido de alguien.

***La congratulación***

Emoción positiva causada por el merecido bien de alguien.

***La compasión***

Emoción negativa causada por la desgracia no merecida de alguien.

**J. La Inteligencia Emocional y variables del estudio**

La Inteligencia Emocional (IE), en los últimos años (Salovey et al., 1990; citado en Enríquez, 2011), ha pasado de ser un concepto de moda a convertirse en un apasionante y fructífero campo de investigación. Aunque a veces enfrentados, los diversos planteamientos teóricos y de evaluación, así como las posibles implicaciones del constructo en importantes áreas del funcionamiento vital de las personas (e.g., salud, educación, trabajo, familia...), se han convertido en detonantes del interés por el estudio de la IE (Fernández-Berrocal et al., 2006).

En este sentido, varios autores defienden que las habilidades para identificar, asimilar, comprender y regular nuestras emociones y las de los demás, son recursos potenciales que facilitarían un mayor afrontamiento ante los eventos estresantes (Enríquez, 2011).

Tanto la percepción de nuestras habilidades emocionales, evaluada mediante autoinformes de IE (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005), como la destreza emocional en sí, evaluada mediante medidas de ejecución son predictores significativos del bienestar emocional y del ajuste psicosocial de las personas.

Como afirman algunos estudios, la inteligencia emocional podría ser un recurso personal que facilitaría una mayor percepción de autoeficacia y un mejor afrontamiento a los múltiples conflictos y reacciones negativas que surgen en el entorno laboral (Bar-On et al., 2000; citado en Enríquez, 2011).

Desde la aparición del constructo, la IE ha sido relacionada en la investigación con diferentes variables. En lo que concierne al ámbito educativo se pueden destacar algunos ejemplos. Se ha encontrado relación entre la inteligencia emocional y los comportamientos prosociales como ajuste social y actitudes cívicas. La capacidad de regular las emociones se relaciona positivamente con la cualidad de las relaciones sociales y sensibilidad social (Enríquez, 2011). También se ha observado cómo la inteligencia emocional correlaciona positiva y moderadamente con la autoestima y el liderazgo, y negativamente con la ansiedad social, e incluso controlando el efecto de la personalidad e inteligencia (Gil-Olarte, et al. 2005).

Además, la IE previene comportamientos no adaptativos en la escuela tales como el absentismo o las expulsiones por mala conducta y promueve el rendimiento académico. A su vez, la inteligencia emocional se relaciona positivamente con mejores niveles de ajuste psicológico (Extremera y Fernández-Berrocal, 2003) y el control del estrés (Salovey, et al., 2002; citado en Enríquez, 2011).

#### **a) Inteligencia Emocional, Neuroticismo y Extraversión**

Otro aspecto que considerar dentro de la IE son los constructos de la personalidad ya que la predisposición para adquirir y ejecutar determinadas estrategias de regulación emocional está relacionada con los precursores temperamentales que el individuo trae al nacer. Los resultados de investigaciones en variables temperamentales sugieren que

las diferencias individuales en la reactividad y regulación emocional poseen fuertes bases genéticas y se manifiestan ya en etapas tempranas de la vida del niño (Rothbart, Ahadi y Evans, 2000; citado en Enríquez, 2011).

Estas predisposiciones afectivas de base se ven reflejadas en los factores de personalidad propuestos por la taxonomía de los Cinco Grandes y constituyen los precursores de la reevaluación y la supresión, porque tornarían más fácil o más difícil la adquisición y ejecución de dichas estrategias (John y Gross, 2004; citado en Enríquez, 2011). Los factores de personalidad según el modelo de los Cinco Grandes son factores o tendencias básicas de respuesta con bases biológicas que inician, guían o mantienen formas de comportarse, pensar y sentir, que resultan relativamente estables a lo largo del tiempo.

El factor *Apertura a la experiencia* implica la complejidad, profundidad y riqueza de la vida mental y experiencial de un individuo. El factor *Conciencia* ha sido definido como el control del impulso consensuado socialmente que facilita el comportamiento dirigido hacia una meta, como pensar antes de actuar y demorar la gratificación (John et al., 1999; citado en Enriquez, 2011). El factor *Extraversión* implica la disponibilidad energética del individuo e incluye rasgos como sociabilidad, actividad, asertividad y emociones positivas. *Neuroticismo* se define como un continuo desde la estabilidad emocional hacia la ansiedad, el nerviosismo, la tristeza y la tensión. El factor *Agradabilidad* se refiere a las características interpersonales de preocupación y sensibilidad hacia los otros y sus necesidades, y se organiza en una dimensión que varía desde orientaciones prosociales, comunitarias y altruistas hasta desconfianza y egoísmo. Estudios empíricos basados en el modelo de rasgos han encontrado correlaciones significativas entre personalidad e IE, generalmente, se han encontrado correlaciones bajas o moderadas entre ambas.

## **b) Inteligencia emocional y Autoeficacia**

Otra variable es la autoeficacia. Bandura, Adams y Beyer, consideran que las expectativas sobre la autoeficacia son creencias sobre nuestras propias habilidades

para realizar las acciones que nos llevarían a los resultados deseados. Las creencias sobre la autoeficacia controlan las acciones.

Partiendo del planteamiento de (Bandura, 1997; citado en Enríquez, 2011), sobre la relación de mutua influencia entre pensamientos, acciones y emociones, se considera que: a) las cogniciones de los individuos influyen en lo que estos perciben y hacen y, a su vez, estas cogniciones se ven modificadas por los efectos de sus acciones y por la acumulación de consecuencias observadas en los demás, y b) la creencia o grado de seguridad por parte de un sujeto en sus propias capacidades determinará el empeño que el sujeto pondrá para conseguir sus propios objetivos y la facilidad o dificultad en conseguirlos, y también determinará ciertas reacciones emocionales como la depresión o el estrés que acompañan a la acción. Desde este marco teórico se destaca, pues, la autoeficacia como mecanismo cognitivo mediador del impacto de las condiciones ambientales sobre la conducta (Perandones y Castejón, 2007).

Bandura, entiende la autoeficacia como una cognición mediadora entre el conocimiento y la acción docente y afirma que —la percepción de eficacia personal para afrontar las múltiples demandas de la vida cotidiana afecta al bienestar psicológico, al desempeño y al rumbo que toma la vida de las personas. De este modo, las creencias de eficacia influirían a nivel emocional cuando nos enfrentamos a demandas exigentes del ambiente (Bandura, 2001; citado en Enriquez, 2011).

En estudios llevados a cabo con muestras de estudiantes Vrugt (1996); (citado en Enríquez, 2011), encontró que la percepción de eficacia y la comparación social descendente contribuyen apreciablemente a sentimientos positivos. Por su parte (Brown, Lent y Larkin, 1989; citado en Enríquez, 2011), argumentan que los estudiantes con autoeficacia alta logran calificaciones más elevadas que aquellos con una baja percepción de autoeficacia.

La autoeficacia puede operar a través del establecimiento de metas de tal modo que los estudiantes con una autoeficacia alta se plantearán metas más difíciles, las cuales se traducirán en un mejor desempeño. En distintas investigaciones los resultados

muestran que a mayor éxito pasado mayores creencias de eficacia, mayor *engagement* mayor éxito académico futuro.

### c) Inteligencia emocional y Satisfacción con la Vida

Las teorías que estudian el bienestar psicológico todavía no han explicado qué es causa y qué es efecto de la satisfacción que tienen las personas. Así, queda sin explicar si la satisfacción es la sumatoria de haber tenido muchos “momentos felices” en la vida o si el bienestar general que tienen las personas hay que entenderlo como una disposición general de la personalidad, asegurando así la satisfacción en todas las áreas vitales. Por otro lado, las investigaciones en este campo señalan que la categoría de los objetivos de vida (OV) de las personas están muy relacionadas con la autopercepción del bienestar psicológico (Castro y Sánchez, 2000). Las investigaciones han identificado tres componentes en el *bienestar individual subjetivo (BIS)*: uno, *cognitivo-valorativo*, conocido como “*satisfacción con la vida*”, y dos *emocionales habituales*: *afecto positivo* (alegría, disfrute, bienestar, agrado) y *afecto negativo* (ansiedad, tristeza, repudio, culpabilidad).

Sobre las muchas teorías que determinan el Bienestar Subjetivo, el debate más básico se establece entre el peso que tienen los —*recursos* y el que tienen los—*constructos*, estando en medio los —*rasgos* de personalidad.

En cuanto a los *recursos* (nivel económico, salud, edad, educación, religión, estado civil, etc.), tomados en su conjunto, apenas explican el 15% de la varianza del BIS (Argyle, 1999; citado en Enríquez, 2011).

Sin embargo, son muchos los estudios que confirman que el bienestar subjetivo queda explicado, en gran medida, por rasgos de personalidad como *buena aceptación de sí mismo*, *baja puntuación en neurosis* y *alta extraversión*, o bien, con *optimismo*, *autoestima* y *extraversión* (Diener y Lucas, 1999; citado en Enríquez, 2011).

Desde nuestro punto de vista los —*rasgos* poco clarifican, pero sí los —*constructos* de pensamiento, como creencias o enfoques personales, pues si es cierto que la gente

nace con predisposiciones como optimismo o extraversión, tales predisposiciones interactúan con el entorno generando creencias y modos de interpretar la realidad que pueden explicar la existencia de rasgos prototípicos, siendo la personalidad más *un entramado de constructos cognoscitivo-afectivos que un manajo de rasgos*.

Así, las personas que se perciben como felices lo hacen movidas por sus *constructos*, pues aunque experimenten emociones situaciones desagradables, similares a las menos felices, evalúan e interpretan estos eventos de forma más positiva y constructiva o anticipan más éxito que fracaso.

Por su parte la satisfacción vital ha sido definida como una valoración global que la persona hace sobre su vida, comparando lo que ha conseguido, sus logros, con lo que esperaba obtener, sus expectativas.

La satisfacción con la vida es considerada como el componente cognitivo del bienestar subjetivo (Díaz, y Sánchez, 2001). De este modo, la satisfacción sería un estado psicológico resultante de la transacción entre el individuo (personalidad) y su entorno micro-social (estado civil, familia, participación social, satisfacción laboral, apoyo social) y macro-social (ingresos, cultura) (Díaz et al., 2001).

#### **d) Inteligencia Emocional y Empatía**

La capacidad empática del ser humano ha sido objeto de estudio desde hace mucho tiempo. Sin embargo, debido a la naturaleza del constructo nunca ha existido un consenso en cuanto a su definición y componentes. Ya en 1987 Hoffman define la empatía como una respuesta afectiva más apropiada a la situación de otra persona que a la propia, se define empatía como la cualidad de percibir el mundo interior de otro como si fuera el tuyo propio, pero sin perder la característica condicional del —como si fuera. Las definiciones de empatía de las últimas dos décadas recalcan la importancia de distinguir entre mi propio yo y el yo de los demás.

Hoffman (1989); citado en Enrique (2011), afirma que la empatía, como motivación de ayudar a otros, se desarrolla de una manera similar a los estadios correspondientes al desarrollo cognitivo social del individuo. El proceso, según el autor, es una síntesis evolutiva de la empatía y del nivel de la comprensión cognitiva del individuo acerca del otro.

En los últimos años se ha generado un especial interés por determinar que variables de la personalidad se relacionan con la empatía. Una de las características principales que se ha venido observando respecto a la empatía es que parece existir un *sesgo de género*, pues son cada vez más los estudios que ponen de relieve puntuaciones significativamente superiores en empatía en las mujeres (Mestre, Pérez, Frías y Samper, 2004). Sin embargo, tales diferencias pueden ser atribuidas al distinto proceso de socialización que han recibido hombres y mujeres.

Por otro lado, varios estudios demuestran una relación positiva significativa entre empatía y *estabilidad emocional*. También, se ha demostrado una mayor capacidad para la *regulación emocional* en aquellos individuos con mayor grado de empatía. La empatía parece guardar una relación positiva con algunos *rasgos de personalidad creativa*, exceptuando aquellos relacionados con la creatividad verbal y gráfica. En cambio no se ha observado relación entre empatía y el *nivel de inteligencia*.

En las dos últimas décadas ha aumentado considerablemente el número de publicaciones que tratan las relaciones significativas entre empatía y variables tales como la conducta prosocial, el altruismo, la conducta antisocial y la agresividad.

Algunos estudios con adolescentes sugieren que la estabilidad emocional constituye un factor fundamental para establecer relaciones de empatía, mientras que otros no encuentran correlaciones significativas durante la adolescencia. Por otro lado, los estudios muestran que las personas empáticas tienen buen *autoconcepto-autoestima* (Garaigordobil, Cruz y Pérez, 2003). Son muchos los beneficios que pueden derivar de una mejora de la empatía. La empatía se relaciona positivamente con la conducta

prosocial y altruista, y negativamente con la violencia y la agresividad. Además como dimensión que abarca la totalidad de la dimensión social del sujeto, repercutirá en una mejora de las relaciones interpersonales a todos los niveles.

### **2.2.2. Resentimiento**

#### **A. Historia del resentimiento**

La agresión y la violencia adquieren cada día mayor importancia para científicos sociales y también para los gobiernos. Investigaciones y reflexiones en forma de libros, artículos, tesis, un número creciente de estudios que se dedican a analizar la agresión y la violencia y a estudiar los factores condicionantes de ellas.

Hasta hoy habíamos apreciado que un aspecto de la agresión que ha recibido escasa atención es el del resentimiento y resulta que es un fenómeno que se encuentra estrechamente ligado a la presencia de conductas agresivas o que favorece la presencia de aquellas.

El psicoterapeuta Rollo May califica el resentimiento como "la apariencia que toma (el odio) en la vida urbana y civilizada". Y agrega: "La mayoría de las personas en nuestra sociedad, al observarse introspectivamente, pueden no estar seguras de que alimentan algún odio en particular, pero no tienen duda alguna en lo que toca a tener almacenada una buena cantidad de resentimientos" (May, 1976, pp.122-123).

Ya en Nietzsche el resentimiento aparece en toda la complejidad que le es característica. Se trata de un estado afectivo que discurre en muchos casos "subterráneamente", es decir, que no siempre puede ser fácilmente percibido por el observador ajeno, o que puede ser confundido y que, más aún, aquel que "es o está" resentido no siempre es consciente de la existencia de resentimiento en él.

Juan Luis Vives (1492-1540), en su Introducción a la Sabiduría, escribe "Si no eras saludado tú o no eres correspondido en el saludo, atribúyelo a descuido o distracción más que a desdén premeditado; si te hablan con poca blandura o no te dan la honra suficiente, culpa a la costumbre o la condición de quien tal hiciere, no a su malicia ni

a su odio. No seas tan vano que te lleve un soplo de la boca. Con estas y otras interpretaciones similares te crearás una vida santa y apacible, puesto que a todos amarás y no pensarás ser ofendido de nadie". (Vives, 1972, p.89).

Desde la rama de la psicología, los psicólogos de orientación filosófica, destacando Karl Jaspers (1883-1964), que hace referencia al papel del resentimiento en la psicopatología (Jaspers, 1955). Así mismo Ludwig Klagers (1872 - 1956), se interesa por este fenómeno. (Vives, 1972)

En Philipp Lersch influido por Scheler (1944) encontramos un fino análisis del resentimiento, Lersch considera al resentimiento como una forma sutil y complicada del afán vindicativo, una de las vivencias pulsionales del yo individual: "Lo que desencadena el afán vindicativo en la forma del resentimiento -escribe Lersch- no es realmente el perjuicio de los propios intereses por una acción realizada por otro, sino el saber de que este otro logra o posee precisamente lo que uno no ha podido obtener. La venganza adquiere cierta justificación por el hecho de que nuestros propios intereses hayan sufrido una lesión por la iniciativa de otro. En cambio, en el resentimiento, la culpabilidad del otro, que pone en marcha el deseo de causarle un daño, consiste solamente en que posee valores que a nosotros nos han sido rehusados".

Lersch destaca las relaciones entre resentimiento y envidia: "Como antes dijimos, la envidia es la condición previa para el resentimiento. Pero así como no existe envidia sin egoísmo, pero sí egoísmo sin envidia, tampoco existe resentimiento sin envidia, aunque sí envidia sin resentimiento. La envidia sólo lleva al resentimiento cuando atribuimos, no a nuestra propia insignificancia, sino a la injusticia del destino, el que a los demás les vaya mejor que a nosotros, el que sus exigencias sean satisfechas mientras fracasa nuestro afán de posesión, y cuando tratamos de que esta injusticia, con nuestra intervención o sin ellas, sea cancelada de manera que el otro sufra en perjuicio que perturbe la felicidad que le envidiamos".

En todos los casos mencionados, se trata de detenidas reflexiones acerca de lo que podríamos llamar la esencia del resentimiento, sin mayor preocupación por operacionalizar el término (haciéndolo de ese modo abordable para la investigación psicológica).

No sólo los psicólogos de corte filosófico trabajaron este tema. En una vertiente diferente, la de la psicología profunda encontramos a diversos teóricos que de un modo u otro se han ocupado del tema: desde Alfred Adler (1870-1937), hasta Melanie Klein (1882-1960), pasando por Karen Horney y Oliver Brachfeld (1959). También Gordon Allport (1897-1967), refiriéndose al odio señala una consecuencia y característica del resentimiento: "sabemos también que una curiosa proyección caracteriza todas las actitudes hostiles: siempre se considera a la persona que desagrada como la única culpable. Pocas veces se nos ocurre pensar que la causa de que odiamos quizá se encuentre en nosotros mismos, que tal vez estemos usando como chivo emisario a la persona que no nos gusta. Nadie pide que lo curen de sus prejuicios. El odio es como la ictericia: el paciente no se fija en el estado del hígado, son las cosas de afuera las que se ponen maliciosamente amarillas" (Allport, 1981, p.136).

Precisamente entre los psicoanalistas ha sido Harry Stack Sullivan (1892-1949); citado en May (1976), uno de los que más ha destacado la importancia del resentimiento en la psicopatología. Escribe: "...resentimiento es el nombre del aspecto experimentado de procesos bastante complejos que, de ser expresados más directamente, habrían llevado al uso represivo de la autoridad. De esta manera, el resentimiento tiende a tener aspectos encubiertos muy importantes. En el tipo más delicado de situaciones hogareñas, esos procesos encubiertos son complicados por esfuerzos tendientes a ocultar hasta el resentimiento es, por razones que ahora no puedo tratar, uno de nuestros primeros procesos muy notables, del grupo que subraya el campo bastante bárbaramente llamado psicósomático".

Como puede apreciarse, el resentimiento es un fenómeno de particular complejidad y de difícil abordaje. Nos llama la atención la importancia del resentimiento en el terreno de la psicoterapia. Rollo May señala que "el odio y el resentimiento deben utilizarse como motivaciones para restablecer nuestra libertad genuina: no transformaremos estas emociones destructivas en otras constructivas hasta que no hayamos hecho esto". Pero no solo May ha señalado esto, también lo ha hecho Albert Ellis quien en varios trabajos se ha referido directamente al resentimiento (Ellis y Harper, 1962).

Por último, el tema del resentimiento posee también interés en la psicología social en lo que concierne a la investigación de las percepciones de justicia y equidad y su influencia en la conducta interpersonal del individuo. En esta área, a la que diera Adams (1965); citado en Allport (1981), particular impulso, el resentimiento ha sido ligado a la teoría de la deprivación relativa.

## **B. Problemas de Definición**

Existe una gran imprecisión terminológica. Hay una dificultad conceptual: es difícil distinguir la diferencia existente entre resentimiento y otros estados afectivos: ¿en qué consiste por ejemplo la diferencia entre envidia y resentimiento? El Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (1956) nos da una definición poco clara del fenómeno que estudiamos. En un diccionario de sinónimos y antónimos (VOX, 1982) encontramos la siguiente acepción: "Resentimiento: Serie intensiva: queja, escozor, resquemor, rencor"; y otra: "resentirse, sentirse, escocerse, picarse, agraviarse, ofenderse", (p. 317). Pero igualmente podríamos preguntarnos si son sinónimos o no el resentimiento, el encono, la inquina, la ojeriza, la susceptibilidad, la hostilidad, el despecho.

La definición de Dorsh (1981): "Propiamente significa volver a experimentar un sentimiento, especialmente un sentimiento doloroso. Pero se entiende generalmente en el sentido de rencor sordo, frecuentemente inconsciente, de envidia u odio

impotente que se manifiesta en críticas, en comentarios o insinuaciones que desprestigian a la persona que es objeto del resentimiento. Este fenómeno fue popularizado por Nietzsche que lo empleó, por ejemplo, en la interpretación del cristianismo como resentimiento de los desafortunados" (p. 860).

### **C. Hacia una Definición del Resentimiento**

La búsqueda a través de la bibliografía especializada arrojó mejores resultados. Así, Delgado, en su artículo "Psicología general y psicopatología de las tendencias instintivas" (1938, pp. 274-279) hace una detenida exposición de las características que él considera como distintivas del resentimiento:

1. Hostilidad reactiva con vehemencia enconada y recelosa pero sin objeto individual exclusivo;
2. Orientación en que las tendencias reflexivas, sobre todo la egotómica y la de poderlo, aunque excitadas, no se actualizan de manera adecuada a la naturaleza de las cosas y de la propia realidad personal sino, indirectamente, con transposiciones y como quien se siente incómodo sin saber por qué y, "con la mirada venenosa" (Nietzsche), actúa con agresividad difusa, envidia velada o rencor sordo, cuando no cree hallar motivos patentes de censura, indignación, odio, etc.
3. De gran resonancia egocéntrica —estado de autointoxicación psíquica (Scheler), con las consiguientes desviaciones y cegueras en el orden valorativo..." (pp.274-275).

Bernstein y Crosby (1980); citado en Ramón y Gómez (1987) dan la siguiente definición: Resentimiento es "un sentimiento permanente de haber sido maltratado o postergado (por alguien, un grupo de personas, una institución, o por la vida o el destino en general) en el logro de determinados bienes materiales o espirituales, a los que se creía tener derecho, por lo que el sujeto considera que lo que él ve como principios elementales de justicia y equidad han sido violados en perjuicio suyo y, además, que otros poseen algo (material o espiritual) que él también tenía derecho a poseer y que le ha sido negado sin razón valedera".

Sin olvidar la definición sobre la que hemos trabajado, que es la del profesor Torralba: "El resentimiento es una reacción emocional del yo respecto al tú. Se trata, pues, de una reacción interpersonal entre dos seres libres, inteligentes y responsables. Una reacción emocional es una vivencia fuertemente arraigada en el corazón, una reacción instintiva, llena de emoción, de fuerza y energía. El resentimiento es, además, una reacción que se revive en el seno del espíritu, que se vuelve a vivir repetidamente".

#### **D. Concepto**

La palabra "resentimiento" se define como el amargo y enraizado recuerdo de una injuria particular, cuyo desagravio se desea. Su sinónimo es "rencor". Rencor proviene del latín, rancor (queja, querella, demanda). De la misma raíz latina deriva rancidus(rencoroso), y de ella, las palabras "rancio" y "rengo".

Es mediante el resentimiento que el sujeto bloquea su afectividad, anulando también la percepción subjetiva del paso del tiempo y de la discriminación de los espacios, para lo cual inmoviliza a sus objetos y a su yo en una agresividad vengativa destinada a crear un mundo imaginario siniestro.

#### **E. Los resentimientos nacen de las expectativas frustradas.**

En toda relación humana, desde la más ocasional a la más profunda, cada una de las partes espera a que la otra se comporte de determinada manera y a esto lo llamamos: expectativas. Es algo así como una forma de vivir por anticipado nuestras relaciones con los demás, con todas las suposiciones y deseos que tenemos antes de que un acontecimiento suceda.

*Expectativas:* una palabra clave cuando hablamos de resentimiento. Los resentimientos nacen de las expectativas frustradas. Cuando damos por descontado y

creemos justo y lógico que el otro se comporte de determinada manera en algo que tiene significado especial para nosotros, y esto no sucede así, nos sentimos injustamente pagados, ofendidos, adoloridos y frustrados. Así comienzan los resentimientos.

Quien está resentido con otro, sabotea poco a poco su relación porque, a partir de su herida, aplica una forma intransigente y a veces injusta para juzgar lo que la otra persona hace o deja de hacer. El resentimiento cambia su perspectiva de la relación, usted comienza a ser menos benévolo con el otro; algunas cosas que antes no le molestaban ahora las encuentra insoportables y, aún más, lo que todavía funciona bien entre los dos, empieza a parecerle falso o sin sentido.

## **CAPÍTULO III**

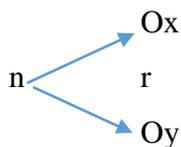
### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo de investigación**

El tipo de investigación es correlacional, que pertenece al paradigma positivista, al enfoque cuantitativo porque mide cada variable independientemente y luego analiza su correlación, corresponde al método *expos facto* porque garantiza el control de la situación y la manipulación del mismo. Según el número de variables es un estudio bivariado porque cuenta con las siguientes variables, inteligencia emocional y resentimiento en adolescentes; según el número de mediciones es un estudio transversal porque se realizó una sola medición de las variables, según la temporalidad es un estudio retrospectivo porque se refiere a la medición de sucesos ya ocurridos, según el lugar donde se realiza la investigación es un estudio de campo porque se realizó en el ambiente natural donde se encuentra la muestra. (Hernández et al., 2010).

### 3.2. Diseño de la investigación

El diseño de la investigación fue No experimental correlacional transversal y se grafica de la siguiente manera:



Donde:

n: estudiantes de I.E Glorioso Héroes del Cenepa, distrito de la Joya

Ox: Inteligencia Emocional

Oy: Resentimiento

r: Relación entre variables

### 3.3. Población y muestra de la investigación

#### 3.3.1. Población

La población estuvo integrada por estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya. Que presentan las siguientes características:

- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes del 1ro al 5to de secundaria.
- Matriculados en el presenta año académico.

Los cuales representamos en la siguiente tabla

Tabla 1.

*Población de estudiantes del 1ro al 5to de secundaria de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065. La Joya.*

Grados	Fi	%
1ro	70	22.44
2do	70	22.44
3ro	60	19.23
4to	65	20.83

5to	47	15.06
Total	312	100.00

*Nota: Nominas de matrícula I.E. Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065. 2014*

### 3.3.2. Muestra

La muestra fue probabilística de carácter estratificado, en este tipo de muestra cada una de las unidades de análisis tiene las mismas probabilidades de pertenecer a la muestra, para ello se halló el tamaño de la muestra a través de la siguiente fórmula:

$$n = \frac{E \cdot N \cdot P \cdot Q}{E^2(N - 1) + EPQ}$$

n = Muestra

E = Margen de error

P = Probabilidad de acierto

Q = Probabilidad de error

N= Población

Quedando finalmente la muestra constituida por 192 estudiantes del 1ro al 5to de secundaria.

Para precisar la muestra debido a que existen estratos, es decir, diferentes grados, se utilizará la fórmula de Kish.

$$K_h = n/N$$

n= Tamaño de muestra.

N= Población

La muestra queda representada en la siguiente tabla

Tabla 2.

*Muestra de estudiantes del 1ro al 5to de secundaria de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065. La Joya.*

Grados	fi	%
1ro	43	22.44
2do	43	22.44
3ro	37	19.23

4to	40	20.83
5to	29	15.06
Total	192	100.00

*Nota: Nominas de matrícula I.E. Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065. 2014*

### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes de ambos sexos
- Estudiantes cuyas edades oscilen entre los 11 y 17 años.
- Matriculados en la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065. La Joya.
- Estudiantes que hayan contestado ambos instrumentos de recopilación de información de forma completa.

### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes menores de 11 años y mayores de 18 años de edad
- Estudiantes que contestaron los instrumentos de forma incompleta.

### **3.4. Variables, dimensiones e indicadores**

<b>VARIABLES</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>
<b>Inteligencia emocional</b>	Relaciones Interpersonales	Socialización
	Relación Intrapersonal	Autoestima
	Adaptabilidad	Solución de problemas
	Estado de Animo I	Felicidad- optimismo
	Estado de Animo II	Manejo de la emoción
<b>Resentimiento</b>	Resentimiento en adolescentes	Tendencia muy Acentuada
		Tendendencia Acentuada
		Nivel medio
		Nivel bajo
		No presenta

### **3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.5.1. Técnicas.**

- **Variable (X):** Encuesta
- **Variable (Y):** Encuesta

### 3.5.2. Instrumentos

**Para la variable (X):**

**Nombre:** Escala de Resentimiento (IAHV-ER)

**Autor:** Ramón León y Cecilia Romero.

**Año Edición:** 1988

**Versión Final:** León & Romero (1990)

**Forma aplicación:** Individual y/o colectiva.

**Tiempo aplicación:** No hay tiempo determinado.

**Significación:** Escala psicométrica para obtener puntajes y categorías del grado de resentimiento.

**a) Características de la escala de Resentimiento**

El presente trabajo estudia el resentimiento desde un punto de vista histórico, filosófico y psicológico. Es un fenómeno íntimamente asociado con la agresión y la violencia, para actos como Nietzsche y Max Scheler es muy importante en el estudio de la moral. Con el fin de investigar el resentimiento, los autores desarrollaron una escala usando la metodología psicométrica más avanzada. La escala final tiene 19 ítems (más otros 9 tomados de la escala L de mentiras de Eysenck).

La escala consta de 19 ítems que evalúan resentimiento (1, 3, 4,5, 7, 8, 10, 11, 12, 15, 16, 18, 19 21, 22, 24, 25, 27, 28), más 9 de la escala L del Inventario de Personalidad de Eysenck, previamente transformados en afirmaciones.

La escala propone respuestas en términos de “SI” y “NO” arrojando un puntaje genérico de evaluación de resentimiento sin que se especifiquen factores con respecto a él. Cada ítem tiene un puntaje de 1 ó 2 según que la respuesta indique presencia o ausencia de resentimiento, respectivamente, de tal modo que, cuanto más alto es el puntaje tanto menor es teóricamente el resentimiento.

### **b) Validez de la Escala**

La validez de la escala está determinada por un estudio de los autores de la misma de las bases teóricas comprender al tema y con ello respaldada por una definición igualmente elaborada.

Sin embargo, se da una mayor consistencia a esta validez a través de un estudio de contenido ejecutado por un conjunto de jueces, profesionales que laborando tanto en el área diagnóstica como terapéutica, fueron considerados como conocedores del tema.

Estos dieron sus calificativos en término de si los ítems “si” discriminaban resentimiento, o “no” lo hacían, entendiéndose como aprobatorios a aquellos ítems en los cuales 4 o más jueces consideraron que “si”. Fue así como de los 60 ítems originalmente planteados quedaron 34 que reunían una validez de contenido aceptable.

### **c) Confiabilidad de la Escala**

Con el fin de otorgar, mayor consistencia a la escala, ésta fue aplicada a una muestra de estudiantes universitarios, resultados que al recibir el tratamiento estadístico inferencial a través de un análisis de regresión lineal multivariada, demostró que cada uno de estos ítems colaboraba con un grado de ajuste de 0.99% en la detección de la presencia de resentimiento.

Para evaluar la confiabilidad de la escala se aplicó el análisis de varianza de dos vías a los 19 ítems, conteniéndose el coeficiente de confiabilidad de Kerlinger (1975). El coeficiente de Kerlinger es de 0.55 que es aceptable (León & Romero, 1990). Alegre (2001) con el mismo método señala un coeficiente de Kerlinger  $V= 0.65$ .

#### d ) Estandarización

Para el presente estudio se confeccionó normas estandarizadas con una muestra de 50 adolescentes tomándose ésta de los protocolos de las estudiantes seleccionándolas al azar y por estratos de edad, resultados que se presenta en la tabla siguiente.

Baremos de la Escala de Resentimiento para adolescentes

Rango Percentilar	Puntajes Brutos	Categoría de Resentimiento
0 – 15	0 – 17	Tendencia muy Acentuada
16 – 25	18 – 27	Tendencia Acentuada
26 – 50	28 – 31	Nivel medio
51 – 76	32 – 33	Nivel bajo
76 – 99	34 – 38	No presenta

#### Para la variable (Y).

**Nombre de la prueba:** Test Conociendo mis emociones

**Autor:** Ps. César Ruiz Alva

**Procedencia:** Baterías psicopedagógicas CEP Champagnat. Lima, 2004.

**Adaptación:** Ps. César Ruiz Alvay Ana Benites – Departamento Psicopedagógico I.E.P. Champagnat. Lima, y en Cátedra Orientación Y Asesoría Escolar, Universidad César Vallejo de Trujillo, Lima Perú, 2004

**Forma de Aplicación:** Colectiva (Grupos hasta de 20) pudiéndose aplicarse a más niños, con apoyo de un asistente. También se administra individualmente, si el caso lo requiere.

**Propósito de la Prueba:** Evaluar la Inteligencia Emocional de los niños(as) a fin de identificar a aquellos que requieren de una oportuna intervención Psicopedagógica.

#### Áreas que mide:

- **Relaciones Interpersonales:** SOCIALIZACIÓN
- **Relación Intrapersonal :** AUTOESTIMA
- **Adaptabilidad:** SOLUCIÓN DE PROBLEMAS
- **Estado de Animo I :** FELICIDAD- OPTIMISMO
- **Estado de Animo II :** MANEJO DE LA EMOCION

**Baremos:** 2004, Champagnat - Lima, UCV -Trujillo, Perú Publicación en la Revista de Psicología de la UCV y en la Testoteca de la UNMSM

**Normas que ofrece:** Puntuaciones Percentiles (Centiles)

**Duración:** De 15 a 25 minutos.

**Bases teóricas:** Prueba sustentada en la Teoría de Inteligencia Emocional propuesta por Salovey y Meyer.

### **Validez**

La validez apunta a estudiar el grado en el que una prueba mide aquello que dice medir y se comprobó analizando los Puntajes de la prueba Conociendo mis Emociones (de Inteligencia Emocional) a través de la VALIDEZ DE CONSTRUCTO, y los índices de validez alcanzados, se aprecian en el cuadro siguiente:

Tabla 3

Validez de Constructo del Test Conociendo Mis Emociones (N = 192)

<b>ESCALAS</b>	<b>M</b>	<b>DE</b>	<b>Factor</b>	<b>r</b>
Interpersonal (socialización)	27.58	5.74	0.85	0.783**
Intrapersonal (Autoestima)	29.36	5.66	0.79	0.796**
Adaptabilidad (Solución de problemas)	28.15	5.02	0.79	0.791**
Estado de ánimo (felicidad/optimismo)	30.48	5.38	0.77	0.851**
estado de ánimo II (manejo de emociones)	28.94	4.78	0.76	0.756**
Medida de adecuación al muestreo de Kaiser – Mayer – Olkin = 0.824				
Test de Esfericidad de Bartlett = 402.06				
P<0.001				

El análisis de la validez de constructo presentado en la Tabla 3 realizado a través del análisis factorial exploratorio con base al método de los componentes principales y al método de rotación varimax, presenta un valor de adecuación al muestreo de Kaiser – Mayer – Olkin de 0.824 y un test de esfericidad de Bartlett que es significativo lo cual garantiza la pertinencia de la ejecución del análisis factorial exploratorio. Los resultados indican la existencia de un solo factor común a cada una de las áreas lo cual permite explicar el 63.41% de la varianza total y que correspondería a la Inteligencia Emocional motivo por el cual podemos afirmar que la prueba CONOCIENDO MIS EMOCIONES (Inteligencia Emocional- para niños) tienen Validez de constructo.

Tabla 4

Test de Kolmogorov de Bondad de Ajuste a La Curva Normal del Test Conociendo mis Emociones

ESCALAS	M	DE	K-S-Z
Interpersonal (socialización)	27.58	5.74	0.032
Intrapersonal (Autoestima)	29.36	5.66	0.001
Adaptabilidad (Solución de problemas)	28.15	5.02	0.024
Estado de ánimo (felicidad/optimismo)	30.48	5.38	0.000
estado de ánimo II (manejo de emociones)	28.94	4.78	0.015
Total emociones	144.8	21.18	0.049

El análisis de las aproximaciones a la curva normal de las distribuciones de las escalas del Test Conociendo mis Emociones ( de Inteligencia Emocional) presentados en la Tabla 4 permite apreciar que tanto las escalas como el puntaje total de la prueba objeto de estudio presentan valores en el test de Kolmogorov (K-S-Z) que tienen diferencias significativas lo cual nos permite concluir que las distribuciones no tienen una adecuada aproximación a la curva normal y por lo tanto es factible de aplicar estadísticas No paramétricas para analizar este tipo de datos.

### Confiabilidad

Se analizó mediante la Confiabilidad de la Consistencia Interna para cada una de las escalas de la prueba habiéndose obtenido los resultados que presentamos a continuación:

Tabla 5

*Análisis de la Confiabilidad de las Escala S del Test Conociendo mis Emociones (Test de Inteligencia Emocional)*

ESCALAS	alfa de Cronbach
Interpersonal (socialización)	0.768
Intrapersonal (Autoestima)	0.767
Adaptabilidad (Solución de problemas)	0.773
Estado de ánimo (felicidad/optimismo)	0.761
estado de ánimo II (manejo de emociones)	0.780
Prueba completa	0.854

En la tabla 5 se presenta el análisis de la Confiabilidad de las escalas y de la prueba en general se realizó mediante el estudio de la Confiabilidad de la Consistencia Interna a través del Coeficiente ALFA de Crombach obteniéndose coeficientes de Confiabilidad superiores al criterio de 0.70 (Brown, 1980). El coeficiente de Confiabilidad de la prueba completa fue de 0.854 considerado como bueno y que nos dice que el Test Conociendo mis emociones es una medida confiable.

### **3.6 Procedimientos**

Para la recolección de datos de la investigación se procedió de la siguiente manera:

- **Sistema de coordinación con autoridades**

Se pidió autorización al director de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065 del distrito de la Joya para realizar la investigación.

- **La validación de Instrumentos**

Se realizó la validación y confiabilidad del instrumento: Conociendo mis emociones para la muestra realizada y encontrando criterios de validez y confiabilidad del instrumento: Escala de Resentimiento (IAHV-ER).

- **El sistema de recolección de datos**

Se procedió a recolectar datos de los estudiantes de Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065 del distrito mediante los instrumentos seleccionados para la presente investigación

- **Procesamiento de la información**

Obtenida la información y llenado el instrumento, se usó el SPSS versión 22, para analizar la información considerando si las variables eran numéricas o categóricas, asimismo y teniendo en cuenta las hipótesis y las preguntas de investigación

- **La presentación de Resultados**

Los resultados fueron expresados mediante tablas en donde se consideró el número de tabla, título de la investigación, la frecuencia y porcentaje, su interpretación y su figura, según corresponda.

- **Formulación de conclusiones, sugerencias y propuestas.**

Finalmente se plantearon las debidas conclusiones y sugerencias de acuerdo a los resultados obtenidos en la investigación.

## **CAPÍTULO IV**

### **RESULTADOS**

#### **4.1. Resultados**

Los resultados de la investigación son expresados en tablas de frecuencias absolutas y relativas de cada una de las variables en estudio.

Para establecer las relaciones en el estudio se realizan tablas de contingencia o tabulación cruzada, las mismas que nos permitieron relacionar las variables de estudio. Para precisar las relaciones y demostrar estadísticamente las relaciones se utilizó el estadístico de la Chi cuadrado, tanto la Chi cuadrado de homogeneidad, así como la Chi cuadrado de independencia.

Tabla 6

*Distribución de frecuencias y porcentajes de la edad de los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

N	Válido	
		192
Media		13.79
Mediana		14.00
Moda		13
Desviación estándar		1.546
Asimetría		-.016
Curtosis		-.962
Rango		6
Mínimo		11
Máximo		17
Percentiles	25	13.00
	75	15.00

*Nota:* Datos obtenidos de la nómina de matrículas de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya, 2014.

Al analizar la edad de los sujetos investigados encontramos que el 50% de los sujetos tiene las edades entre 11 y 14 años y el otro 50% entre 14 y 17 años, la mayoría de los sujetos tiene la edad de 13 años, la edad mínima es de 11 años y la edad máxima de 17 años, siendo el rango de edad de 6 años. Asimismo encontramos que el 50% de los sujetos investigados están entre los 13 y 15 años.

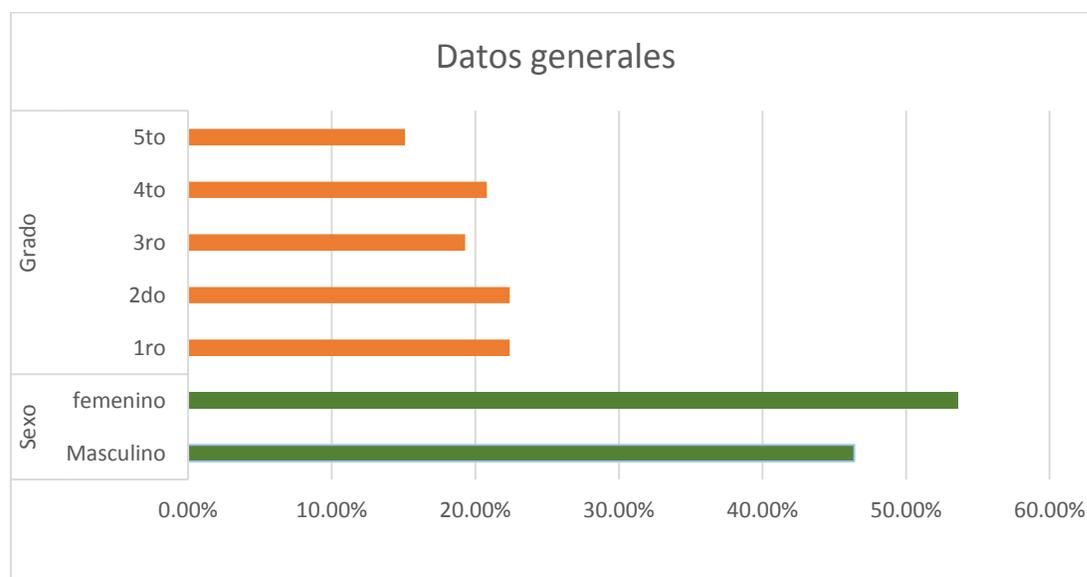
Tabla 7

*Distribución de frecuencias y porcentajes de los datos generales de los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Datos generales		fi	%
Sexo	Masculino	89	46.4%
	Femenino	103	53.6%
Grado	1ro	43	22.4%
	2do	43	22.4%
	3ro	37	19.3%
	4to	40	20.8%
	5to	29	15.1%

*Nota:* Datos obtenidos de la nómina de matrículas de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya, 2014.

Encontramos que existe un porcentaje similar de sujetos investigados en el sexo masculino y el sexo femenino, con cierta tendencia mayoritaria en el sexo femenino, con respecto al grado de estudios existe similar porcentaje en estudiantes del 1ro al 4to de secundaria, excepto en los estudiantes del 5to de secundaria donde existen pocos estudiantes.



*Figura 1:* Diagrama de barras de los datos generales de los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya

Tabla 8

*Distribución de frecuencias y porcentajes de los Indicadores de inteligencia emocional en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

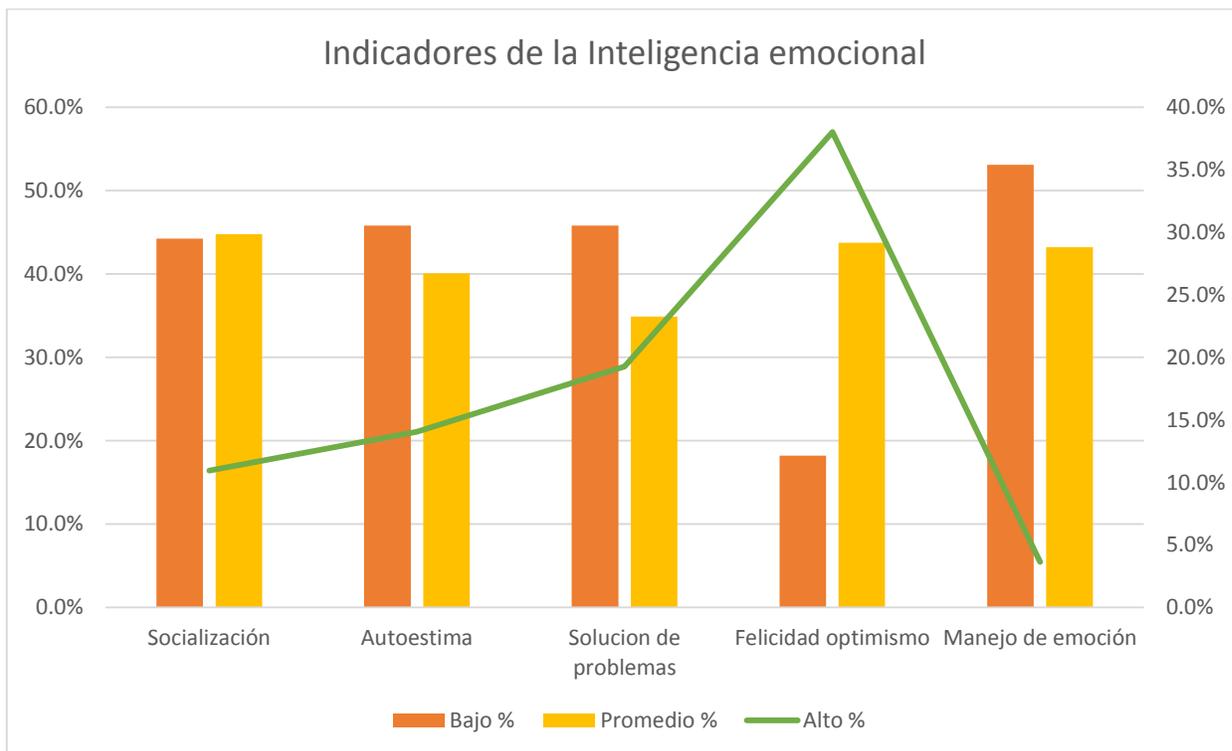
Indicadores de inteligencia emocional	Niveles							
	Bajo		Promedio		Alto		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Socialización	85	44.3%	86	44.8%	21	10.9%	192	100.0%
Autoestima	88	45.8%	77	40.1%	27	14.1%	192	100.0%
Solución de problemas	88	45.8%	67	34.9%	37	19.3%	192	100.0%
Felicidad optimismo	35	18.2%	84	43.8%	73	38.0%	192	100.0%
Manejo de emoción	102	53.1%	83	43.2%	7	3.6%	192	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004)

$$X^2= 111.32 \quad P < 0.01$$

Encontramos que en los indicadores socialización, autoestima y solución de problemas, los estudiantes investigados presentan niveles bajos y promedio, en el indicador felicidad y optimismo, se encuentran en el nivel promedio y en el nivel alto, sin embargo, más del 50% de estudiantes presenta bajo nivel de manejo de emociones. Es decir, existen diferencias significativas entre los indicadores de la inteligencia emocional.

Datos que nos indican que los estudiantes investigados presentan baja inteligencia emocional, ahora bien, la inteligencia emocional, es la metahabilidad que consiste en la gestión inteligente de las emociones, e incluye las competencias emocionales de autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y manejo efectivo de las relaciones sociales, las cuales no son presentes en los estudiantes investigados excepto en el indicador optimismo y felicidad.



*Figura 2:* Diagrama de barras de los de los Indicadores de inteligencia emocional en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya

Tabla 9

*Distribución de frecuencias y porcentajes de los niveles de inteligencia emocional en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Niveles	Inteligencia emocional	
	fi	%
Bajo	84	43.8
Promedio	80	41.7
Alto	28	14.6
Total	192	100.0

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004)

Encontramos que la inteligencia emocional en los estudiantes investigados se encuentran en el nivel bajo y promedio, es decir, los estudiantes investigados no presentan las características de una alta inteligencia emocional como son: menor número de síntomas físicos, menos ansiedad social y depresión, mejor autoestima, mayor satisfacción interpersonal, mayor utilización de estrategias de afrontamiento activo para solucionar sus problemas. Sino por el contrario ausencia de todas estas características, situación alarmante y para tenerse muy en cuenta en el desarrollo psicosocial del estudiante.



*Figura 3:* Diagrama circular de los niveles de inteligencia emocional en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya

Tabla 10

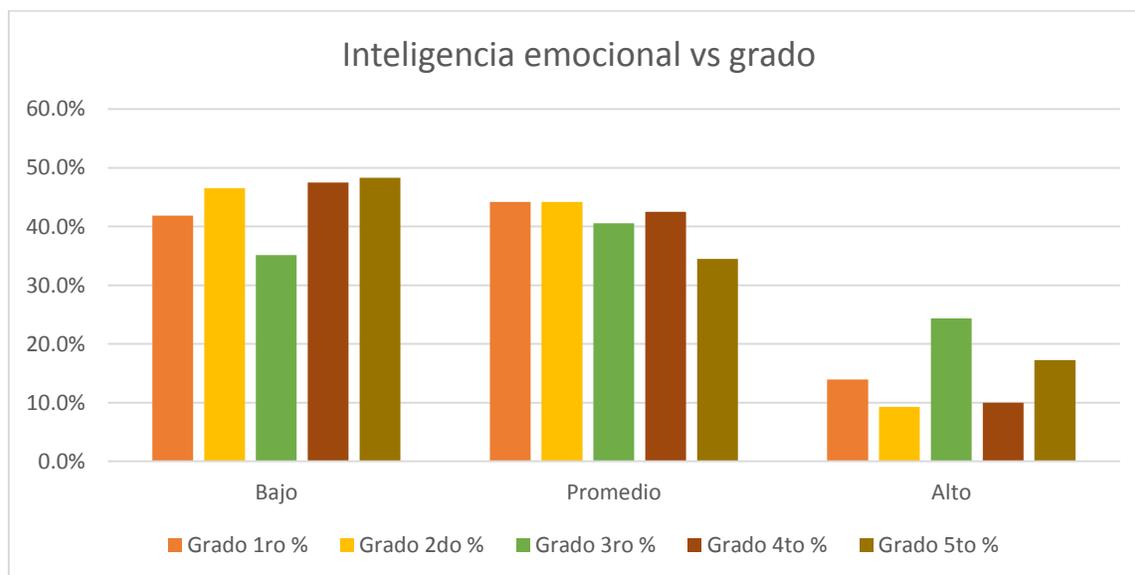
*Distribución de frecuencias y porcentajes de los niveles de inteligencia emocional según grado de estudios en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Inteligencia emocional	Grado									
	1ro		2do		3ro		4to		5to	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	18	41.9%	20	46.5%	13	35.1%	19	47.5%	14	48.3%
Promedio	19	44.2%	19	44.2%	15	40.5%	17	42.5%	10	34.5%
Alto	6	14.0%	4	9.3%	9	24.3%	4	10.0%	5	17.2%
Total	43	100.0%	43	100.0%	37	100.0%	40	100.0%	29	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004)

$$X^2 = 5.46 \quad P > 0.05$$

Al analizar la inteligencia emocional según grado de estudios encontramos que no existen diferencias significativas según grado de estudios, es decir, en todos los grados los niveles de autoestima están en los niveles bajo y promedio, por lo que podríamos afirmar que la edad no está relacionada con la inteligencia emocional en los estudiantes investigados.



*Figura 4:* Diagrama de barras de los niveles de inteligencia emocional según grado de estudios en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Tabla 11

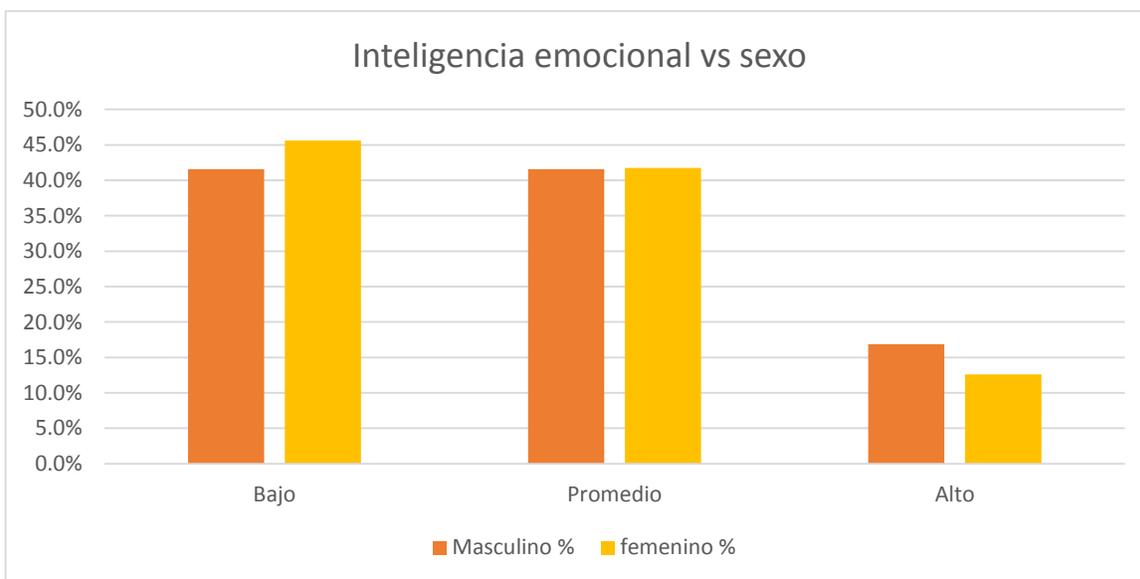
*Distribución de frecuencias y porcentajes de los niveles de inteligencia emocional según sexo en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Inteligencia emocional	SEXO			
	Hombre		Mujer	
	fi	%	fi	%
Bajo	37	41.6%	47	45.6%
Promedio	37	41.6%	43	41.7%
Alto	15	16.9%	13	12.6%
Total	89	100.0%	103	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004)

$$X^2 = 0.767 \quad P > 0.05$$

Al analizar la inteligencia emocional encontramos que no existen diferencias significativas según sexo, es decir, tanto varones como mujeres están en los niveles bajo y promedio en la inteligencia emocional, por lo que podríamos afirmar que el sexo no está relacionada con la inteligencia emocional en los estudiantes investigados. Datos que parecieran fueron contrarios a las investigaciones realizadas, sin embargo, datos recientes indican que por influencia de la cultura y la educación, se minimizan esas diferencias.



*Figura 5:* Diagrama de barras de los niveles de inteligencia emocional según sexo en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

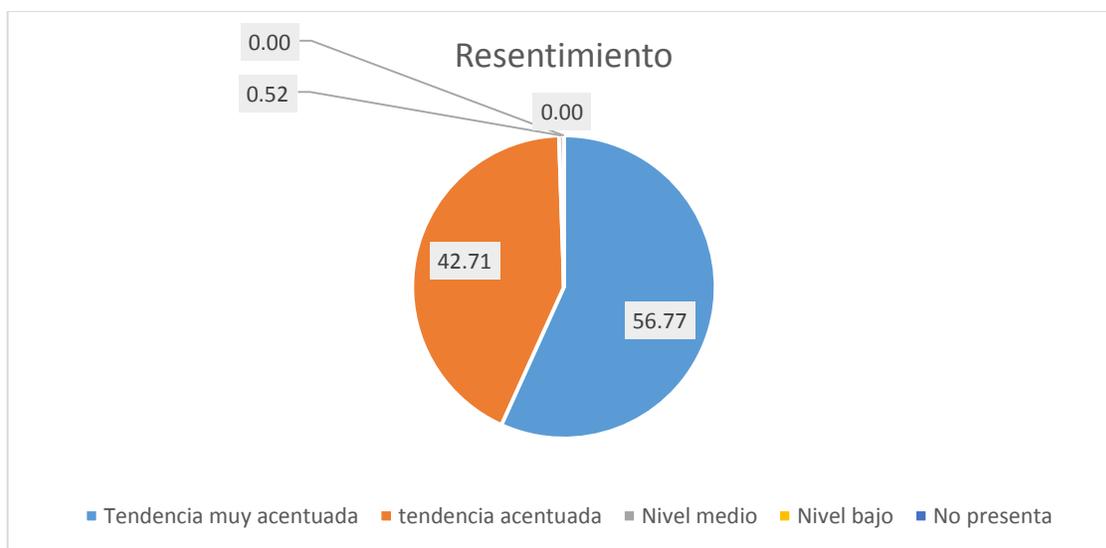
Tabla 12

*Distribución de frecuencias y porcentajes de las categorías de resentimiento en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Categorías	Resentimiento	
	fi	%
Tendencia muy acentuada	109	56.77
tendencia acentuada	82	42.71
Nivel medio	1	0.52
Nivel bajo	0	0.00
No presenta	0	0.00
Total	192	100.00

*Nota:* Datos obtenidos del Test Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de León y Romero (1990)

Encontramos que más del 50% de los estudiantes investigados presenta tendencia muy acentuada de resentimiento, seguida de tendencia acentuada, no encontramos estudiantes que no presentan resentimiento o que lo presentan en los niveles bajos, datos que nos indican que cuanto más alto es el puntaje tanto menor es teóricamente el resentimiento, además que el resentimiento es un fenómeno íntimamente asociado con la agresión y la violencia



*Figura 6:* Diagrama circular de las categorías de resentimiento en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Tabla 13

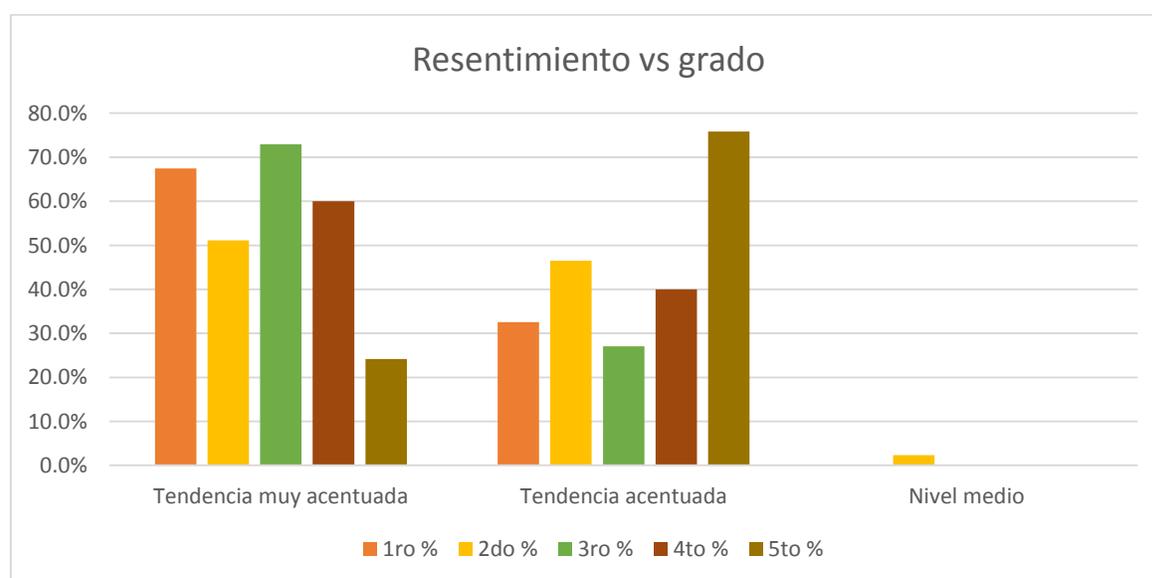
*Distribución de frecuencias y porcentajes de las categorías de resentimiento según grado de estudios en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Resentimiento	Grado									
	1ro		2do		3ro		4to		5to	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Tendencia muy acentuada	29	67.4%	22	51.2%	27	73.0%	24	60.0%	7	24.1%
Tendencia acentuada	14	32.6%	20	46.5%	10	27.0%	16	40.0%	22	75.9%
Nivel medio	0	0.0%	1	2.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Total	43	100.0%	43	100.0%	37	100.0%	40	100.0%	29	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de León y Romero (1990)

$$X^2 = 22.64 \quad P < 0.05$$

Encontramos que existen diferencias significativas del resentimiento según grado de estudios, es decir, en los primeros grados de estudios existe mayor tendencia acentuada de resentimiento, a diferencia del quinto de secundaria donde la tendencia es acentuada. Datos que nos indicarían que a menor edad existe mayor tendencia al resentimiento que en edades mayores.



*Figura 7:* Diagrama de barras del resentimiento según grado de estudios en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Tabla 14

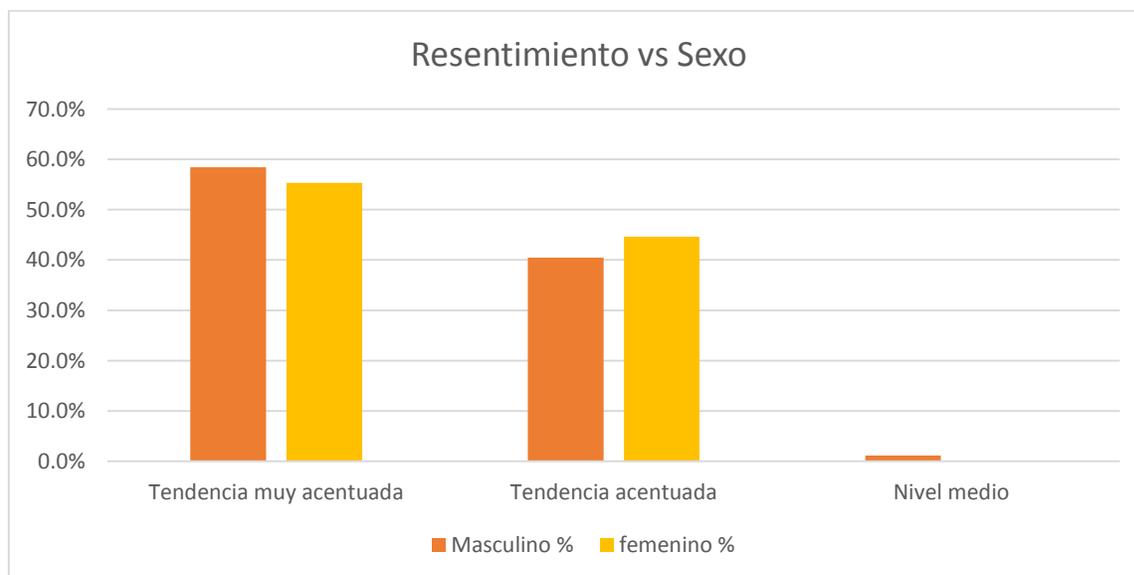
*Distribución de frecuencias y porcentajes de las categorías de resentimiento según sexo en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Resentimiento	Sexo			
	Hombre		Mujer	
	fi	%	Fi	%
Tendencia muy acentuada	52	58.4%	57	55.3%
Tendencia acentuada	36	40.4%	46	44.7%
Nivel medio	1	1.1%	0	0.0%
Total	89	100.0%	103	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de León y Romero (1990)

$$X^2= 1.44 \quad P>0.05$$

Al analizar las categorías de resentimiento encontramos que no existen diferencias significativas según sexo, es decir, tanto varones como mujeres presentan tendencia muy acentuada de resentimiento. El sexo está presente desde el inicio del desarrollo, en la identidad construida en las relaciones intersubjetivas, nos organizamos en la relación con los otros, por eso resulta imprescindible para la organización de la vida psíquica y, por tanto, también en la manera de asumir resentimiento, sin embargo, en los estudiantes investigados no existen diferencias significativas.



*Figura 8:* Diagrama de barras del resentimiento según sexo en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Tabla 15

*Relación entre el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Socialización	Categorías de resentimiento							
	Tendencia muy acentuada		Tendencia acentuada		Nivel medio		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	40	20.8%	44	22.9%	1	.5%	85	44.3%
Promedio	56	29.2%	30	15.6%	0	0.0%	86	44.8%
Alto	13	6.8%	8	4.2%	0	0.0%	21	10.9%
Total	109	56.8%	82	42.7%	1	.5%	192	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004) y del Test Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de León y Romero (1990)

### **Contrastación de hipótesis**

H3: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

H0: No Existe relación inversamente proporcional entre el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

### **Hipótesis estadísticas**

H0: Las variables son independientes ( $P > 0.05$ )

H1: Las variables están relacionadas ( $P < 0.05$ )

### **Chi cuadrado de independencia**

$$X^2 = 6.79 \quad P > 0.05$$

El indicador socialización de la inteligencia emocional no está relacionada con el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Tabla 16

*Relación entre el indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Autoestima	Categorías de resentimiento							
	Tendencia muy acentuada		Tendencia acentuada		Nivel medio		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	39	20.3%	48	25.0%	1	.5%	88	45.8%
Promedio	51	26.6%	26	13.5%	0	0.0%	77	40.1%
Alto	19	9.9%	8	4.2%	0	0.0%	27	14.1%
Total	109	56.8%	82	42.7%	1	.5%	192	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004) y del Test Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de León y Romero (1990)

### **Contrastación de hipótesis**

H4: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

H0: No Existe relación inversamente proporcional entre el indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

### **Hipótesis estadísticas**

H0: Las variable son independientes ( $P > 0.05$ )

H1: Las variable están relacionadas ( $P < 0.05$ )

### **Chi cuadrado de independencia**

$$X^2 = 11.09 \quad P < 0.05$$

El indicador autoestima de la inteligencia emocional está relacionada con el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Tabla 17

*Relación entre el indicador solución de problemas de la inteligencia emocional y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Solución de problemas	Categorías de resentimiento							
	Tendencia muy acentuada		Tendencia acentuada		Nivel medio		Total	
	Fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	39	20.3%	49	25.5%	0	0.0%	88	45.8%
Promedio	47	24.5%	20	10.4%	0	0.0%	67	34.9%
Alto	23	12.0%	13	6.8%	1	.5%	37	19.3%
Total	109	56.8%	82	42.7%	1	0.5%	192	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004) y del Test Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de León y Romero (1990)

### **Contrastación de hipótesis**

H5: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador solución de problemas de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

H5: No Existe relación inversamente proporcional entre el indicador solución de problemas de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

### **Hipótesis estadísticas**

H<sub>0</sub>: Las variable son independientes ( $P > 0.05$ )

H<sub>1</sub>: Las variable están relacionadas ( $P < 0.05$ )

### **Chi cuadrado de independencia**

$$X^2 = 15.45 \quad P < 0.05$$

El indicador solución de problemas de la inteligencia emocional está relacionada con el resentimiento en estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Tabla 18

*Relación entre el indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Felicidad-optimismo	Categorías de resentimiento							
	Tendencia muy acentuada		Tendencia acentuada		Nivel medio		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	9	4.7%	25	13.0%	1	.5%	35	18.2%
Promedio	49	25.5%	35	18.2%	0	0.0%	84	43.8%
Alto	51	26.6%	22	11.5%	0	0.0%	73	38.0%
Total	109	56.8%	82	42.7%	1	.5%	192	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004) y del Test Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de León y Romero (1990)

### **Contrastación de hipótesis**

H<sub>6</sub>: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

H<sub>0</sub>: No existe relación inversamente proporcional entre el indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

### **Hipótesis estadísticas**

H<sub>0</sub>: Las variables son independientes ( $P > 0.05$ )

H<sub>1</sub>: Las variables están relacionadas ( $P < 0.05$ )

### **Chi cuadrado de independencia**

$$X^2 = 22.15 \quad P < 0.05$$

El indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional está relacionada con el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Tabla 19

*Relación entre el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Manejo de la emoción	Categorías de resentimiento							
	Tendencia muy acentuada		Tendencia acentuada		Nivel medio		Total	
	Fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	47	24.5%	54	28.1%	1	.5%	102	53.1%
Promedio	56	29.2%	27	14.1%	0	0.0%	83	43.2%
Alto	6	3.1%	1	.5%	0	0.0%	7	3.6%
Total	109	56.8%	82	42.7%	1	.5%	192	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004) y del Test Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de León y Romero (1990)

### **Contrastación de hipótesis**

H7: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

H0: No existe relación inversamente proporcional entre el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

### **Hipótesis estadísticas**

H<sub>0</sub>: Las variables son independientes ( $P > 0.05$ )

H<sub>1</sub>: Las variables están relacionadas ( $P < 0.05$ )

### **Chi cuadrado de independencia**

$$X^2 = 11.48 \quad P < 0.05$$

El indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional está relacionada con el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Tabla 20

*Relación entre la inteligencia emocional y el resentimiento en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya*

Inteligencia emocional	Categorías de resentimiento							
	Tendencia muy acentuada		Tendencia acentuada		Nivel medio		Total	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	36	18.8%	47	24.5%	1	.5%	84	43.8%
Promedio	53	27.6%	27	14.1%	0	0.0%	80	41.7%
Alto	20	10.4%	8	4.2%	0	0.0%	28	14.6%
Total	109	56.8%	82	42.7%	1	.5%	192	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos del Test Conociendo mis emociones de Ruíz y Benites (2004) y del Test Escala de Resentimiento (IAHV-ER) de León y Romero (1990)

### **Contrastación de hipótesis**

Hi: Es probable que exista relación inversamente proporcional entre la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

Hi: Es probable que no exista relación inversamente proporcional entre la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

### **Hipótesis estadísticas**

Ho: Las variable son independientes ( $P > 0.05$ )

H<sub>1</sub>: Las variable están relacionadas ( $P < 0.05$ )

### **Chi cuadrado de independencia**

$$X^2 = 12.73 \quad P < 0.05$$

La inteligencia emocional está relacionada con el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

## Discusión

El resentimiento es visto por casi todos los autores y en casi todas las definiciones como una reacción que implica un sentimiento de indignación y de impotencia ante un agravio, ante una injusticia. Pero también se le puede entender en términos del sentimiento que surge como resultado del balance deficitario en contra de uno, que uno hace cuando se compara con otros. En ese sentido se investigó la relación entre la inteligencia emocional y el resentimiento que tienen los estudiantes del nivel secundario.

Los resultados que hemos presentado permiten analizar en primer lugar que al identificar el nivel de inteligencia emocional nos indican que los estudiantes investigados presentan baja inteligencia emocional, encontramos que no existen diferencias significativas según grado de estudios por lo que podríamos afirmar que la edad no está relacionada con la inteligencia emocional en los estudiantes investigados, asimismo, no existen diferencias significativas según sexo, es decir, tanto varones como mujeres están en los niveles bajo y promedio en la inteligencia emocional; ahora bien, la inteligencia emocional, es la metahabilidad que consiste en la gestión inteligente de las emociones, e incluye las competencias emocionales de autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y manejo efectivo de las relaciones sociales, las cuales no son presentes en los estudiantes investigados excepto en el indicador optimismo y felicidad. Estos resultados se complementan con los encontrados por Vázquez (2012), quien encontró baja inteligencia emocional y sólo los componentes: nobleza, reconocimiento del logro, autoestima y empatía obtuvieron una correlación positiva significativa y de fuerza baja con el rendimiento académico.

En segundo lugar al identificar la categoría de resentimiento en estudiantes del nivel secundaria, encontramos que más del 50% de los estudiantes investigados presenta tendencia muy acentuada de resentimiento, no encontramos estudiantes que no presentan resentimiento o que lo presentan en los niveles bajos, asimismo existen diferencias significativas del resentimiento según grado de estudios, donde estudiantes de menor edad existe mayor tendencia al resentimiento que en edades

mayores, con respecto al género no existen diferencias, el género está presente desde el inicio del desarrollo, en la identidad construida en las relaciones intersubjetivas, nos organizamos en la relación con los otros, por eso resulta imprescindible para la organización de la vida psíquica y, por tanto, también en la manera de asumir resentimiento, sin embargo, en los estudiantes investigados no existen diferencias significativas. Datos que nos indican que cuanto más alto es el puntaje tanto menor es teóricamente el resentimiento, además que el resentimiento es un fenómeno íntimamente asociado con la agresión y la violencia. Estos resultados se complementan con los encontrados por Ramón y Gómez (1987), quien encontró mayor resentimiento en las adolescentes de condición social baja.

En tercer lugar al relacionar la inteligencia emocional y el resentimiento se encontró que la inteligencia emocional está relacionada con el resentimiento, los indicadores de la inteligencia emocional que están relacionados con el resentimiento son: el autoestima, solución de problemas, felicidad-optimismo, manejo de la emoción. El indicador socialización de la inteligencia emocional no está relacionada con el resentimiento. Datos que nos indican que los estudiantes con autoestima baja o promedio presentan resentimiento, es decir, una actitud desfavorable con la vida, asimismo, el resentimiento es una actitud que se presenta en estudiantes con falta de optimismo y felicidad, que no manejan adecuadamente sus emociones. Esta falta de inteligencia emocional hace que los estudiantes investigados presenten una reacción que implica un sentimiento de indignación y de impotencia ante un agravio, ante una injusticia.

### Conclusiones

- PRIMERA:** El nivel de inteligencia emocional es bajo en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya, no existiendo diferencias significativas con respecto al grado de estudios, ni al sexo.
- SEGUNDA:** La categoría de resentimiento es muy acentuada en la mayoría de estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya, existiendo diferencias significativas de resentimiento con respecto al grado de estudios y no con el sexo.
- TERCERA:** No existe relación entre el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- CUARTA:** Existe relación significativa entre el indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- QUINTA:** Existe relación entre el indicador solución de problemas de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- SEXTA:** Existe relación entre el indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- SEPTIMA:** Existe relación inversamente proporcional entre el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.
- OCTAVA:** Existe relación entre la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.

## Recomendaciones

1. Educar las emociones en nuestro país no es una quimera, sino una realidad que ya se está aplicando en muchas escuelas, pero que necesita ser extendida con rigor a todos los centros educativos para que tenga un impacto real, para ello, es necesario que los profesionales de Psicología, diseñen, elaboren y apliquen permanentemente programas para educar las emociones.
2. Elaborar y aplicar programas para afrontar el tema del resentimiento, profundizando en la belleza del perdón y ofrecer algunas soluciones para aplicarlo a la vida diaria.
3. Fomentar la socialización de los adolescentes, ya que un adolescentesociable tendrá en el futuro mayores herramientas para comunicarse y podrá triunfar en todos los ámbitos de su vida académica y personal.
4. Fortalecer el autoconcepto y la autoestima en el adolescente que son claves en el desarrollo de la personalidad, porque, de ello dependerá la confianza que tengan en sí mismos y en consecuencia su actitud positiva ante la vida, por ello es tan importante el fortalecimiento de la misma durante esta etapa.
5. Los estudiantes, indistintamente de su edad, están expuestos a una serie de situaciones que implican o demandan en ellos la capacidad de afrontar y resolver situaciones que presentan un conflicto. Muchas adolescentes adolecen de la capacidad de encontrar una gama amplia de soluciones ante las situaciones que consideran conflictivas o problemáticas, pues en su repertorio comportamental y cognitivo no han construido o ejercitado estas habilidades. Por ello, en el salón de clases los docentes deben entrenar continuamente estas habilidades en sus estudiantes.
6. Los componentes centrales de las emociones son las reacciones fisiológicas (incremento de la tasa cardiaca y de la respiración, tensión muscular, etc.) y los pensamientos. Por ello es que los docentes y psicólogo de la Institución Educativa, debe orientar a los adolescentes para que adquieran habilidades para manejar las emociones, ya que una intensidad excesiva puede hacer que las personas las vivan como estados desagradables o les lleven a realizar conductas inadecuadas.

## Referencias Bibliográficas

- Agüero S. y Lorenzo T. (s.f). El resentimiento. Problemas en su definición. ESCUELA CULTURA DE PAZ. Disponible en: [www.escuelaculturadepaz.org](http://www.escuelaculturadepaz.org)
- Allport, G. W. (1981). Psicología del amor y del odio. Traducido del inglés. Buenos Aires: Leviatán.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Brachfeld, O. (1958) Los sentimientos de inferioridad. Barcelona: miracle.
- Castro, S. A., y Sánchez, L. P. (2000). Objetivos de Vida y Satisfacción Autopercebida en Estudiantes Universitarios. *Psicothema*, 12(1), 87-92.
- Cooper y Sawaf (1998). *La inteligencia Emocional Aplicada al Liderazgo y a Las Organizaciones*. Bogotá: Norma
- De la Rochefoucauld, D. (1983). Reflexiones o sentencias y máximas morales. Barcelona. Bruguera.
- Delgado, H (1938). Psicología general y psicopatología de las tendencias instintivas. *Revista de Neuro psiquiatría pp. 274-279*
- Delgado, H. (1966). La personalidad y el carácter. Barcelona.
- Delgado, H. (1967). La formación espiritual del individuo. Barcelona.
- Díaz Morales, J. F. y Sánchez-López, M. P. (2001). Relevancia de los estilos de personalidad y las metas personales en la predicción de la satisfacción vital. *Anales de Psicología*, 17(2), 151-158.
- Dorsh (1981). *Diccionario de psicología*. Traducido del Alemán. Barcelona: Herder
- El Resentimiento, ¿Le hace mal al otro o a usted mismo? Disponible en:  
<http://aherna.comunidadcoomeva.com/blog/uploads/resentimiento.pdf>
- Ellis, A. y Harper, R.A. (1962). *Psicoterapia racional emotiva*. México: Herrero Hermanos.
- Enríquez Anchondo, H. A. (2011). *Inteligencia Emocional Plena: Hacia un Programa de Regulación Emocional Basado en la Conciencia Plena*. Universidad de Málaga. Facultad de Psicología. Tesis Doctoral. Disponible en:  
<http://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/5053/Tesis%20Doctoral%20de%20H%C3%A9ctor%20Arturo%20Enr%C3%ADquez%20Anchondo.pdf?sequence=1>

- Evans, D. (2002). *Emoción: La ciencia del sentimiento*. Madrid: Taurus.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). Inteligencia emocional percibida y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión con los estudios con el TMMS. *Ansiedad y Estrés*, 11(2-3), 101-102.
- Fernández-Abascal, E., Martín, M. y Domínguez, J. (2001). *Procesos Psicológicos*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2006). La Investigación de la Inteligencia Emocional en España. *Ansiedad y Estrés*, 12 (2), 139-153.
- Fernández Berrocal, P. y Ramos, N. (2002). *Corazones inteligentes*. Barcelona: Kairos.
- Garaigordobil, M., Cruz, S. y Pérez, J. I. (2003). Análisis correlacional y predictivo del autoconcepto con otros factores conductuales, cognitivos y emocionales de la personalidad durante la adolescencia. *Estudios de Psicología*, 24(1),113-134.
- Gil-Olarte P., Guil R., Mestre J.M., Nuñez I. (2005). La inteligencia emocional como variable predictora del rendimiento académico. *Libro de Actas del IX Congreso Nacional de Psicología Social*, 5, 351-357.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairos.
- Goleman, D. (1996). *La práctica de la Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairos.
- Goleman, D. (2001). *La inteligencia emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.
- Greenberg, L. (2000). *Emociones: una guía interna*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Horney, K. (1976). *Nuestros conflictos interiores. Una teoría constructiva sobre la neurosis*.
- Huxley, A. (1967). *La filosofía perenne*. Traducido del inglés. Buenos Aires.
- Kancype, L. (2001). Resentimiento, memoria y duelo. Asociación psicoanalítica de Uruguay. ISSN 1688-7247 (2001) Revista uruguaya de psicoanálisis (En línea) (93).
- LeDoux, J. (1999). *El cerebro emocional*. Barcelona: Ariel-Planeta.
- Manual de Sinónimos y Antónimos VOX (1990). *Diccionario*. España: Editorial VOX/Bibliograf.
- Marañón, G. (1981). *Tiberio. Historia de un resentimiento*. Madrid. Espasa Calpe.
- Marina, J. y López, M. (1999). *El diccionario de los sentimientos*. Barcelona: Anagrama.
- Martínez, M. (2007). *Importancia que reviste la inteligencia emocional para el buen desempeño de las empresas*. Extraído el 21 de junio del 2007 desde

<http://www.monografias.com/trabajos44/inteligenciaemocional-empresas/inteligencia-emocional-empresas2.shtml>

- May, R. (1976). *El hombre en busca de sí mismo*. Buenos Aires.
- Mayer, J. y Salovey, P.(1997). What is emotional intelligence? En P.Salovey&D.Sluyeter (Eds.).*Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*.Nueva York: Basic Books.
- Mestre, V., Pérez Delgado, E., Frías, D. y Samper, P. (2004). Personalidad y contexto familiar como factores predictores de la disposición prosocial y antisocial de los adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36 (3), 445-457.
- Nietzsche, F. (1983). *La genealogía de la moral*. Madrid. Alianza.
- Palmero, F., Fernández-Abascal, E., Martínez, F. y Chóliz, M. (Coords.) (2002). *Psicología de la Motivación y la Emoción*. Madrid: McGraw-Hill.
- Perandones, G. T. y Castejón, C. J. (2007). *Implicaciones para la formación del profesorado derivadas del estudio de la Inteligencia Emocional y la autoeficacia docente*.
- Ramón León y Gómez Sánchez R. (1987). Resentimiento en adolescentes escolares de condición socio-económica alta y baja. Universidad Ricardo Palma. Disponible en: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/viewFile/4550/4529>
- Real Academia de la Lengua Española (1956). *Definición de resentimiento*.
- Salinas, O. (2007) *La inteligencia emocional*. Extraído de <http://www.monografias.com/trabajo16/comportamiento-humano/comportamiento-humano.shtml>
- Sanchez Miranda, M. P. (2006). *Inteligencia Emocional. Inteligencia. Cognitiva y Rendimiento Académico en Alumnos de la facultad de psicología*. Universidad Autónoma de Nuevo León. Facultad de Psicología. México: Tesis de Maestría.
- Scheler, M. (1944). *El resentimiento en la moral*. Espasa Calpe.
- Séneca (1979). *Tratados filosóficos. Cartas*. México. D.F. Porrúa.
- Sepúlveda M. y Vásquez J. (2008). *Inteligencia Emocional y Liderazgo. Un estudio, sobre la relación que pudiese darse entre la inteligencia emocional y los estilos de liderazgo en los jóvenes dirigentes estudiantiles, secundarios y universitarios de la región Metropolitana*. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. Tesis de licenciatura. Disponible en:

<http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/123456789/514/1/tesis%20tpsico278.pdf>

Vázquez Rico, J.A. (2012). Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en Estudiantes Adolescentes. Universidad Pedagógica Nacional. Unidad Ajusco. México: Tesis. Disponible en:

<http://biblioteca.ajusco.upn.mx/pdf/29436.pdf>

Vives, J.L. (1972). Introducción a la sabiduría. Traducido del latín. Madrid. Aguilar.

# **Anexos**

**Anexo 1**  
**Matriz de consistencia**

**TITULO: RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RESENTIMIENTO EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA.**

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES E INDICADORES	TIPO Y DISEÑO	MUESTRA	INSTRUMENTOS
<p><b><u>Problema general</u></b> ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?</p>	<p><b><u>Objetivo general</u></b> Determinar la relación entre inteligencia emocional y resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p>	<p><b><u>Hipótesis general</u></b> Es probable que exista relación inversamente proporcional entre la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya</p>	<p><b>VARIABLE X</b> Inteligencia emocional <b>Indicadores:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Socialización</li> <li>• Autoestima</li> <li>• Solución de problemas.</li> <li>• Felicidad-optimismo.</li> <li>• Manejo de la emoción.</li> </ul> <p><b>VARIABLE Y</b> Resentimiento <b>Indicadores:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tendencia muy Acentuada.</li> <li>• Tendendencia Acentuada.</li> <li>• Nivel medio.</li> <li>• Nivel bajo.</li> <li>• No presenta</li> </ul>	<p><b><u>Tipo</u></b> El tipo de investigación es descriptiva, correlacional, corresponde al método expost facto, enfoque cuantitativo, paradigma positivista, bivariado, retrospectivo de campo.</p> <p><b><u>Diseño</u></b> No experimental, correlacional transversal:</p>	<p><b><u>Población</u></b> 312 estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa</p> <p><b><u>Muestra</u></b> Muestra probabilística estratificada constituida por 192 estudiantes del 1ro al 5to de secundaria.</p>	<p>Test Conociendo mis emociones</p>
<p><b><u>Problemas específicos</u></b> • ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del nivel secundario de</p>	<p><b><u>Objetivos específico</u></b> • Identificar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del nivel secundario de la Institución</p>	<p><b><u>Hipótesis específicas</u></b> H1. Es probable que el nivel de inteligencia emocional sea bajo en estudiantes del nivel secundario de la Institución</p>				<p>Escala de Resentimiento (IAHV-ER)</p>

<p>la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es la categoría de resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?</li> <li>• ¿Existe relación entre el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de</li> </ul>	<p>Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar la categoría de resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</li> <li>• Asociar el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</li> <li>• Asociar el</li> </ul>	<p>Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <p>H2: Es probable que la categoría de resentimiento sea acentuada en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <p>H3: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador socialización de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <p>H4: Existe relación</p>				
--	--	--	--	--	--	--

<p>la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?</p> <p>• ¿Existe relación entre el indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?</p> <p>• ¿Existe relación entre el indicador solución de problemas de la inteligencia</p>	<p>indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <p>• Asociar el indicador solución de problemas de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <p>• Asociar el</p>	<p>inversamente proporcional entre el indicador autoestima de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <p>H5: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador solución de problemas de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <p>H6: Existe relación</p>				
---	---	---	--	--	--	--

<p>emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?</p> <p>• ¿Existe relación entre el indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?</p>	<p>indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <p>• Asociar el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p>	<p>inversamente proporcional entre el indicador felicidad-optimismo de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p> <p>H7: Existe relación inversamente proporcional entre el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya.</p>				
--	---	--	--	--	--	--

<p>• ¿Existe relación entre el indicador manejo de la emoción de la inteligencia emocional y el resentimiento en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Glorioso Héroes del Cenepa N° 40065, distrito de la Joya?</p>						
---	--	--	--	--	--	--

## Anexo 2

### Matriz del Instrumento

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTOS	ITEMS	VALORACION
<b>Inteligencia emocional</b>	Relaciones Interpersonales	Socialización	Test Conociendo mis emociones Ps. César Ruiz Alva	1, 5, 13, 17, 29, 31, 36, 39	Siempre=5 Casi siempre=4 A veces=3 Casi nunca=2 Nunca=1
	Relación Intrapersonal	Autoestima		2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 38	
	Adaptabilidad	Solución de problemas		4, 7, 12, 15, 19, 24, 27, 34	
	Estado de Animo I	Felicidad- optimismo		3, 8, 11, 16, 20, 23, 28, 37	
	Estado de Animo II	Manejo de la emoción		9, 21, 25, 30, 32, 33, 35, 40.	
<b>Resentimiento</b>	Resentimiento en adolescentes	Tendencia muy Acentuada	Escala de Resentimiento (IAHV-ER) Ramón León y Cecilia Delgado 1998	1, 3, 4,5, 7, 8, 10, 11, 12, 15, 16, 18, 19 21, 22, 24, 25, 27, 28	Si=1 No=0
		Tendendencia Acentuada			
		Nivel medio			
		Nivel bajo			
		No presenta			

**Anexo 3**  
**TEST CONOCIENDO MIS EMOCIONES**

(César Ruiz, 2004, Trujillo, Perú)

Nombres y Apellidos : \_\_\_\_\_  
 Fechas : \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Edad : \_\_\_\_\_

En este cuestionario encontrarás afirmaciones sobre maneras de sentir, pensar y actuar. Lee cada una con atención y marca tu respuesta con una X según corresponda.

**S** = Siempre  
**CS** = Casi Siempre  
**AV** = Algunas Veces  
**CN** = Casi Nunca  
**N** = Nunca

		<b>S</b>	<b>CS</b>	<b>AV</b>	<b>CN</b>	<b>N1</b>
1.	Me resulta difícil hablar frente a un grupo.					
2.	Me gustaría nacer de nuevo y ser diferente de cómo ahora soy yo.					
3.	Me siento seguro de mi mismo en la mayoría de las situaciones					
4.	Frente a varias dificultades que tengo las intento solucionar una por una.					
5.	Soy una persona popular entre los chicos y chicas de mi edad.					
6.	Hay muchas cosas dentro de mi que cambiaría si pudiera ( mi carácter, mi manera de contestar, etc.)					
7.	Ante un problema me pongo nervioso y no sé como enfrentarlo.					
8.	Considero que soy una persona alegre y feliz.					
9.	Si me molesto con alguien se lo digo.					
10.	Pienso que mi vida es muy triste.					
11.	Soy optimista (pienso que todo me va a salir bien) en todo lo que hago.					
12.	Confío en que frente a un problema sabré como darle solución					
13.	Me resulta fácil hacer amigos.					

14.	Tengo una mala opinión de mi mismo					
15.	Antes de resolver un problema, primero pienso como lo haré.					
16.	Estoy descontento con la vida que tengo.					
17.	Mis amigos confían bastante en mí.					
18.	Pienso que soy una persona fea comparada con otras(os).					
19.	Al solucionar un problema cometo muchos errores.					
20.	Rápidamente me pongo triste por cualquier cosa.					
21.	Me siento contento (a) con casi todos mis amigos(as)					
22.	Creo que tengo más defectos que cualidades.					
23.	Cuando intento hacer algo pienso que voy a fracasar.					
24.	Para resolver un problema que tengo me doy cuenta rápido de la solución.					
25.	Me da cólera y tengo ganas de explotar cuando no me salen las cosas como yo quiero.					
26.	Los demás son más inteligentes que yo					
27.	Me es difícil decidirme por la solución de un problema que tengo.					
28.	Me tengo rabia y cólera a mi mismo.					
29.	Me resulta difícil relacionarme con lo demás.					
30.	Me molesta que los demás sean mejores que yo.					
31.	Tengo bastantes amigos (as) que me buscan y me aprecian.					
32.	Yo me sé controlar cuando los profesores me llaman la atención.					
33.	Si un compañero me insulta yo voy y le hago lo mismo.					
34.	Tomar decisiones es difícil para mí.					
35.	Me pongo nervioso(a) si los profesores me hacen una pregunta en la clase.					
36.	Me llevo bien con la gente en general.					
37.	Soy una persona que confía en lo que hace.					
38.	Me siento feliz y estoy contento con mi cuerpo.					
39.	Los demás opinan que soy una persona sociable (tengo amistades, estoy en grupo, participo con los demás).					
40.	Sé que mantengo la calma frente a los problemas que son difíciles					

## PLANTILLA DE CORRECCIÓN

	S	CS	AV	CN	N
1	1	2	3	4	5
2	1	2	3	4	5
3	5	4	3	2	1
4	5	4	3	2	1
5	5	4	3	2	1
6	1	2	3	4	5
7	1	2	3	4	5
8	5	4	3	2	1
9	5	4	3	2	1
10	1	2	3	4	5
11	5	4	3	2	1
12	5	4	3	2	1
13	5	4	3	2	1
14	1	2	3	4	5
15	5	4	3	2	1
16	1	2	3	4	5
17	5	4	3	2	1
18	1	2	3	4	5
19	1	2	3	4	5
20	1	2	3	4	5

	S	CS	AV	CN	N
21	5	4	3	2	1
22	1	2	3	4	5
23	1	2	3	4	5
24	5	4	3	2	1
25	1	2	3	4	5
26	1	2	3	4	5
27	1	2	3	4	5
28	1	2	3	4	5
29	1	2	3	4	5
30	1	2	3	4	5
31	5	4	3	2	1
32	5	4	3	2	1
33	1	2	3	4	5
34	1	2	3	4	5
35	1	2	3	4	5
36	5	4	3	2	1
37	5	4	3	2	1
38	5	4	3	2	1
39	5	4	3	2	1
40	5	4	3	2	1

# TEST CONOCIENDO MIS EMOCIONES

## BAREMOS

PC	Rel. Inter Socialización	Rel. Intra Autoestima	Adaptabilidad Solución Problemas	Estado Animo Optimismo	Manejo Emoción	I. E. General	PC
<b>99</b>	39 o +	40	40	39 o +	40	184 o +	<b>99</b>
<b>95</b>	38	39	39	38	39	176 -183	<b>95</b>
<b>90</b>	37	38	37 -38	37	38	170 -175	<b>90</b>
<b>85</b>	36		36	36	37	168 -169	<b>85</b>
<b>80</b>	35	37	35	35	36	165 -167	<b>80</b>
<b>75</b>	34	36	34	34	35	164	<b>75</b>
<b>70</b>	33		33	33		161 -163	<b>70</b>
<b>65</b>	32	35			34	158 -160	<b>65</b>
<b>60</b>			32	32		156 -157	<b>60</b>
<b>55</b>	31	34			33	154 -155	<b>55</b>
<b>50</b>	30	33	31	31	32	151 -153	<b>50</b>
<b>45</b>		32				149 -150	<b>45</b>
<b>40</b>	29	31	30	30	31	147 -148	<b>40</b>
<b>35</b>	28	30		29	30	145 -146	<b>35</b>
<b>30</b>	27	29	29	28	29	143 -144	<b>30</b>
<b>25</b>	26	28	28	27	28	141 -142	<b>25</b>
<b>20</b>	25	27	27	26	27	139 -140	<b>20</b>
<b>15</b>	24	26	26		26	137 -138	<b>15</b>
<b>10</b>	23	25	25	25	25	134 -136	<b>10</b>
<b>5</b>	22	24	24	24	24	130 -133	<b>5</b>
<b>3</b>	21	22 - 23	23	23	23	128 -129	<b>3</b>
<b>1</b>	20 o -	21 o -	22 o -	22 o -	22 o -	127 o -	<b>1</b>

## Anexo 4

### INVENTARIO DE ACTITUDES HACIA LA VIDA

Nombre:..... Edad:.....  
 Sexo:..... Año y Sección:..... Fecha:.....

**INSTRUCCIONES:** Marque con una aspa (X) sobre las respuestas (Si) (No) si la afirmación coincide (Si), o discrepa (No) con sus sentimientos. No de acuerdo a lo que considera que debía ser. No existen respuestas buenas ni malas.

Nº	AFIRMACIONES	SI	NO
1	Con frecuencia me han echado injustamente la culpa por cosas.	(Si)	(No)
2	Se me hace más fácil ganar que perder un juego.	(Si)	(No)
3	Los seres que quiero me tratan con desconsideración a pesar de todo lo que hago por ellos.	(Si)	(No)
4	Cuando puedo, hago sentir quien soy yo.	(Si)	(No)
5	Quisiera que los que despreciaron mi afecto llegaran a arrepentirse y terminarán pidiéndome perdón.	(Si)	(No)
6	Pocas veces me jacto de las cosas.	(Si)	(No)
7	Comprendo que algunas personas, por sus errores y conflictos me traten injustamente.	(Si)	(No)
8	Siento cólera hacia la gente que ha abusado de mi bondad e ingenuidad.	(Si)	(No)
9	A veces me enojo.	(Si)	(No)
10	A pesar de que otras personas son menos simpáticas que yo, veo que tienen mejor suerte en la vida, la amistad y el amor.	(Si)	(No)
11	Muchas veces siento envidia.	(Si)	(No)
12	A veces siento que soy marginado injustamente por las personas.	(Si)	(No)
13	Estoy completamente libre de prejuicios de cualquier tipo.	(Si)	(No)
14	Dejo algunas veces para mañana lo que debería hacer hoy.	(Si)	(No)
15	A veces me lamento de que mi infancia haya sido menos feliz que la de otros.	(Si)	(No)
16	Creo que mis anhelos e ilusiones nunca se realizarán por las pocas oportunidades que los otros me brindan.	(Si)	(No)
17	Contesto siempre una carta personal tan pronto como puedo después de haberla leído.	(Si)	(No)
18	Mis cualidades personales no han sido debidamente reconocidas.	(Si)	(No)
19	Eso de que "las apariencias engañan" es muy cierto, sobre todo con gente que parece muy buena o muy amable.	(Si)	(No)

20	Me río a veces de chistes groseros.	(Si)	(No)
21	A veces pienso que otros tienen, sin merecerlo, más cosas que yo.	(Si)	(No)
22	Me molesta saber que no tengo tanta ropa como otros.	(Si)	(No)
23	En mi infancia hacía siempre lo que me decían, sin refunfuñar.	(Si)	(No)
24	Me parece que mis padres fueron demasiado severos conmigo.	(Si)	(No)
25	Es duro reconocer que siempre existiremos los oprimidos por debajo de los opresores.	(Si)	(No)
26	He dicho algunas veces mentiras en mi vida.	(Si)	(No)
27	He sido discriminado por mi raza.	(Si)	(No)
28	Me complace saber que hay personas que viven más felices en sus hogares, de lo que yo vivo.	(Si)	(No)

## CLAVES PARA LA CALIFICACION DE LA ESCALA DE RESENTIMIENTO

ITEM	SI	NO	ITEM	SI	NO
01	+		15	+	
02		++	16	+	
03	+		17		++
04	+		18	+	
05	+		19	+	
06		++	20		++
07		+	21	+	
08	+		22	+	
09		++	23		++
10	+		24	+	
11	+		25	+	
12	+		26		++
13		++	27	+	
14	++		28		+

**BAREMOS DE LA ESCALA DE RESENTIMIENTO PARA  
ADOLESCENTES**

Rango Percentilar	Puntajes Brutos	Categoría de Resentimiento
0 – 15	0 – 17	Tendencia muy Acentuada
16 – 25	18 – 27	Tendendencia Acentuada
26 – 50	28 – 31	Nivel medio
51 – 76	32 – 33	Nivel bajo
76 – 99	34 – 38	No presenta