

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

"EVALUACIÓN DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS DE LA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA Y PROPUESTA DE UN
PROGRAMA"

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL
HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO DE LA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

JULIO ESTUARDO ARCHILA CASTAÑEDA

PREVIO A OPTAR EL TITULO DE

PSICÓLOGO

EN EL GRADO ACADEMICO DE

LICENCIATURA

GUATEMALA, OCTUBRE DE 2,004

CONSEJO DIRECTIVO

Licenciado Riquelmi Gasparico Barrientos
DIRECTOR ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Licenciada Karla Emy Vela Díaz de Ortega
SECRETARIA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Licenciada María Lourdes Gonzáles Monzón
Licenciada Liliana del Rosario Álvarez de García
REPRESENTANTES DEL CLAUSTRO DE CATEDRÁTICOS
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Licenciado Evodio Juber Orozco Edelman
REPRESENTANTE DE LOS PROFESIONALES EGRESADOS
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Estudiante Elsy Maricruz Barrillas Divas
Estudiante José Carlos Argueta Gaitán
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-15, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 485-1910 FAX: 485-1913 y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

c.c. Control Académico
CIEPs.
Archivo
REG. 172-2000
CODIPS 1390-2004

**DE ORDEN DE IMPRESIÓN INFORME
FINAL DE INVESTIGACIÓN**

03 de noviembre de 2004

Estudiante
Julio Estuardo Archila Castañeda
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO SÉPTIMO (17º), del Acta CINCUENTA Y OCHO DOS MIL CUATRO (58-2004), de la sesión del Consejo Directivo del 29 de octubre de 2004, que copiado literalmente dice:

"DÉCIMO SÉPTIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación titulado: **"EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA INSCRITOS AL 2003 DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA"**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

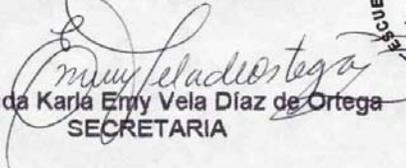
JULIO ESTUARDO ARCHILA CASTAÑEDA

CARNET No. 9310947

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Rosa Pérez de Chavarría y revisado por el Licenciado Marco Antonio García Enríquez. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del informe final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para la Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

ID Y ENSEÑAD A TODOS


Licenciada Karla Emy Vela Díaz de Ortega
SECRETARIA



/Rosy



Guatemala, 22 de octubre de 2004

INFORME FINAL

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUM/USAC



SEÑORES
CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
EDIFICIO

SEÑORES CONSEJO DIRECTIVO:

Me dirijo a ustedes para informarles que el Licenciado Marco Antonio García Enríquez, ha procedido a la revisión y aprobación del INFORME FINAL DE INVESTIGACION, titulado:

“EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA INSCRITOS AL 2003 DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA”

ESTUDIANTE: **Julio Estuardo Archila Castañeda** CARNÉ No. **93-10947**

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Agradeceré se sirvan continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

LICENCIADA MAYRA LUNA DE ALVAREZ
COORDINADORA

CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA -CIEPs.- "Mayra Gutiérrez"

c.c. Revisor/a
Archivo

MLDA/edr





ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO - CUM-

7a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 485-1310 FAX: 485-1913 y 14
e-mail: ucopnico@usac.edu.gt

CIEPs. 142-2004

Guatemala, 22 de octubre de 2004.

LICENCIADA
MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ, COORDINADORA
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA
CIEPs. "MAYRA GUTIÉRREZ"
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

LICENCIADA DE ÁLVAREZ:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del **INFORME FINAL DE INVESTIGACION**, titulado:

"EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA INSCRITOS AL 2003 DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA"

ESTUDIANTE:

Julio Estuardo Archila Castañeda

CARNÉ No.

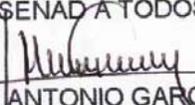
93-10947

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE**, y solicito continuar con los trámites respectivos.

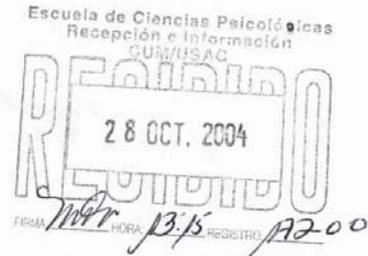
Atentamente,

"ID Y ENSEÑAR A TODOS"


~~LICENCIADO MARCO ANTONIO GARCÍA ENRÍQUEZ~~
~~DOCENTE REVISOR~~

c.c.: Archivo
Docente Revisor/a

MAGE/edr



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS
DE GUATEMALA



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9ª Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 2485-1916 FAX: 2485-1913 y 14
e-mail: metpsic@unesc.edu.gt

Guatemala, 20 de agosto de 2003

Licda.
Mayra Luna de Alvarez
Coordinadora CIEPs
Centro de Investigaciones en Psicología
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano

Licda. Luna de Alvarez:

Le saludo cordialmente y al mismo tiempo me permito remitirle el Informe Final de Investigación titulado:
"Evaluación de la Inteligencia Emocional en estudiantes del Primer Año de la Licenciatura en Psicología, inscritos al 2003 en la Universidad de San Carlos de Guatemala".

Dicho trabajo fue preparado por el estudiante **Julio Estuardo Archila Castañeda** con carné No. **9310947** de la Carrera de Licenciatura en Psicología; trabajo que a mi criterio reúne los requisitos establecidos por su departamento y que en mi calidad de asesora he procedido a revisar, enviándolo para que continúe con los trámites respectivos.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licda. Rosa Pérez de Chavarría
Asesora
Col. No. 3,452



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 485-1910 FAX: 485-1913 y 14
e-mail: usapsic@usac.edu.gt

c.c. Control Académico
CIEPS
Archivo
Reg.172-2000
CODIPS 839-2003

**DE APROBACION DE PROYECTO DENVESTIGACIÓN
Y NOMBRAMIENTO DE ASESOR**

19 de octubre de 2004

Reposición

Estudiante
Julio Estuardo Archila Castañeda
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante Archila:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto UNDÉCIMO (11º), del Acta VEINTIOCHO DOS MIL TRES (28-2003), de la sesión del Consejo Directivo de fecha uno de agosto de 2003, que copiado literalmente dice:

UNDÉCIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Investigación titulado: **"EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS DE LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA"**, de la Carrera: **LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**, presentado por:

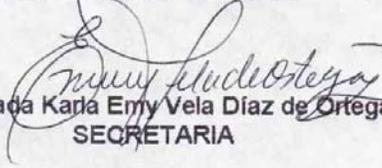
JULIO ESTUARDO ARCHILA CASTAÑEDA

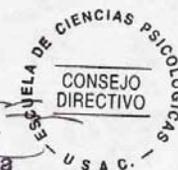
CARNÉ No. 9310947

El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Centro de Investigaciones en Psicología-CIEPs., resuelve aprobarlo y nombrar como asesora a la Licenciada Rosa Pérez de Chavarría y como revisor al Licenciado Marco Antonio García Enríquez."

Atentamente,

ID Y ENSEÑAD A TODOS


Licenciada Karla Emy Vela Díaz de Ortega
SECRETARIA



/Rosy

PADRINOS

Dr. Oswaldo Archila Illescas
MEDICO Y CIRUJANO
Colegiado 4352

Licda. Rosa Pérez de Chavarría
PSICÓLOGA
Colegiado 3452

ACTO QUE DEDICO:

A DIOS:

Mi Señor, mi Padre, mi Amigo y Consejero.

A MIS PADRES:

Aníbal René Archila Illescas

María del Carmen Castañeda de Archila

Infinitas gracias por su sacrificio incondicional, comparto con ustedes mi triunfo.

A MIS HERMANOS:

José Humberto, Héctor Mauricio y Amanda Alicia

Por su apoyo moral y cariño sincero que me han demostrado.

A MI TIA CLEMEN CASTAÑEDA:

Que ha sido para mi, como una segunda madre,

Gracias por su apoyo y consejos.

A MIS TIOS PATERNOS:

Orlando, Vilma, Gladis, Esperanza y Zoilita

Con especial cariño.

A MIS SOBRINOS:

Diego José, Juan Fernando, Pablo Andrés, Adriana María y José Julián

Porque son la luz de mis ojos y ejemplo para su futuro

A MIS PADRINOS:

Héctor Eliseo Archila y Toyita de Archila

Porque me han fortalecido con sus oraciones.

A MIS PADRINOS DE GRADUACIÓN:

Doctor: Oswaldo Archila y Rosita de Chavarría

Por compartir conmigo el triunfo obtenido.

A MIS CUÑADAS:

Mariela del Rosario y Arely

Con especial cariño y admiración.

A LICENCIADOS:

ROSITA DE CHAVARRIA y MARCO ANTONIO GARCIA ENRIQUEZ

Por haberme guiado y asesorado técnica y científicamente en mi proyecto de investigación, infinitas gracias.

AGRADECIMIENTO

A la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, por haberme brindado los conocimientos científicos y prácticos en el desarrollo de mi formación profesional

INDICE

PROLOGO	1
RESUMEN	2
INTRODUCCIÓN	3
CAPITULO I Marco Teórico	5
Premisas	26
Hipótesis e Indicadores	27
CAPITULO II Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	28
Técnicas de Análisis Estadístico e Interpretación de Datos	29
CAPITULO III Presentación, Análisis e Interpretación de Resultados	30
CAPITULO IV Conclusiones y Recomendaciones	36
Bibliografía	38
ANEXO	39
GLOSARIO	42
RESUMEN	43

PROLOGO

El presente trabajo de investigación se ha denominado Evaluación de la Inteligencia Emocional en Estudiantes del Primer Año de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de San Carlos de Guatemala, inscritos al año 2,003.

Inteligencia Emocional es un tema nuevo, del cual hasta nuestros días se conoce muy poco o nada. De allí parte la necesidad y motivación de realizar un trabajo investigativo en donde se profundice el tema de Inteligencia Emocional y se evalué por medio de un instrumento que incluya las áreas de la inteligencia emocional: auto conocimiento, autorregulación, auto motivación, empatía y relaciones interpersonales; conociendo las fortalezas y debilidades de los estudiantes, para potencializar las unas y superar las otras, permitiendo con esto una auto evaluación y proponer el desarrollo de las competencias en determinadas áreas.

Estudios recientes sobre inteligencia emocional han demostrado que existe un cociente intelectual y un cociente emocional, por lo que es necesario estimular, conocer y desarrollar ambos aspectos de la inteligencia, con el fin de mejorar nuestro estado emocional personal, motivando e interesando al estudiante de Psicología, Psicólogos, maestros, orientadores profesionales y todo tipo de personas relacionadas con la salud mental, a ampliar sus conocimientos teóricos sobre inteligencia emocional.

El poseer un cociente intelectual elevado, no nos garantizará una vida plena y satisfactoria, o acaso poseer la capacidad intelectual sin el manejo de las emociones, garantizara tener éxito en la vida, la combinación de ambas, serán los mejores ingredientes para el equilibrio.

Cuando mejor manejemos nuestras emociones, mejores serán los resultados personales, el equilibrio emocional, que es y ha sido constante a lo largo del desarrollo humano, será entonces fruto de esta capacidad.

Vivimos en un mundo interdependiente donde todos estamos propensos a sufrir y a ser víctimas de violencia, agresión, estados emocionales negativos, rompimiento de normas, situaciones que afectan considerablemente nuestro estado afectivo emocional, por lo que debemos manejar las emociones adecuadamente, para afrontar y superar las consecuencias de estos problemas. El estudiante de Psicología debe reflexionar acerca de la importancia que tiene el buen manejo de la inteligencia emocional incorporándola a su conocimiento

científico que le permita ejercer su función profesional en beneficio personal y de la población.

El aprendizaje de éste trabajo ha sido de gran utilidad, tanto a nivel personal como para quienes participan en esta investigación, permitiendo conocer como incrementar inteligentemente nuestras emociones. Queda pues, la inquietud para todo profesional y no profesional del campo de la salud mental para que investiguen y se interesen más sobre el tema para su propio beneficio y de los que demandan sus servicios; los que tienen relación con él ó ella, por diversas circunstancias, así mismo la propia relación consigo mismo (a), brindando además a quienes ejercen funciones educativas material sobre técnicas que permitan incrementar la inteligencia emocional.

INTRODUCCIÓN

Inteligencia Emocional es un término nuevo, que aparece en contraposición a la idea del cociente intelectual, constituyendo este un tema valioso e interesante, del cual hasta nuestros días se conoce muy poco. La idea de evaluar la Inteligencia Emocional en estudiantes de psicología del primer año, nace de la preocupación, que como profesionales de la salud mental, debemos manejar inteligentemente nuestras emociones, para lograr con esto, una proyección hacia las demás personas en un clima de confianza y aceptación.

Esta evaluación nos permitió obtener información sobre la inteligencia emocional, puesto que el profesional en el campo de la Psicología debe poseer capacidad intrasíquica y destrezas interpersonales, para poder desempeñar con éxito el proceso terapéutico, conociendo sus propias emociones, manejándolas adecuadamente, desarrollando la empatía y manifestando buenas relaciones humanas, todo esto me ha llevado a plantear la necesidad de aportar datos teóricos en el tema de inteligencia emocional a la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, considerándola una de las herramientas importantes, en la formación del psicólogo, y por ende de todos los profesionales en el área de la Salud Mental.

Al hablar de Inteligencia Emocional de una manera retrospectiva vemos que la búsqueda del equilibrio emocional ha sido una constante a lo largo del desarrollo humano. Las ciencias sociales y la psicología en particular, donde el término sabiduría y /o madurez es producto del crecimiento personal y del paso del tiempo, de procesos correctivos y rehabilitadores de haber vivido un proceso psicoterapéutico, o haber estado en contacto con experiencias emocionales correctivas. He aquí el valor de la inteligencia emocional en la formación de psicólogos, pues quien conoce sus emociones es capaz de canalizarlas adecuadamente y desarrollar sus habilidades, en su propio beneficio y en el de otras personas propiciando el desarrollo humano y la construcción de nuevos proyectos de vida. Evaluar la Inteligencia Emocional en estudiantes del primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología, permitió explorar y desarrollar nuevas posibilidades para ampliar la conciencia a través de la sensación física y mejorar el cambio emocional, en los diferentes trabajos del campo de la salud mental: consultas de médicos, clínicas, hospitales, programas de formación, talleres, seminarios, trabajos de obras sociales, etc., que permitan desarrollar nuevas habilidades emocionales, para incrementar un nivel de vida más óptimo.

Es importante reconocer que el conocimiento emocional y el saber nos permiten recuperar nuestra vida y salud, preservar nuestras metas y objetivos, fortalecer nuestra familia, entablar relaciones amorosas y duraderas y tener buenos resultados en el trabajo.

El conocer y manejar adecuadamente nuestras emociones, nos garantizará, mejorar tanto para nosotros mismos como para quienes solicitan de nuestra atención, a la vez mejorar las actividades y los resultados, propiciar motivación, entusiasmo, control y persistencia, permitiéndonos experimentar de una forma practica nuestra capacidad de sentir junto con nuestra habilidad de pensar. El manejar adecuadamente nuestras habilidades emocionales nos permitirá desarrollar nuevas técnicas educativas motivando e interesando al estudiante de psicología, profesionales de la misma, orientadores y todo tipo de personas que se relacionen con la salud mental, a ampliar los conocimientos teóricos y prácticos del tema proporcionando además información de una investigación científica que contempla las áreas de la Inteligencia emocional.

Evaluar la Inteligencia Emocional en estudiantes de psicología del primer año de la carrera, por medio de un instrumento permitió obtener resultados significativos sobre las fortalezas y debilidades que el estudiante manifiesta respecto al manejo de sus emociones, lo que me motiva a plantear la necesidad de incorporar el tema de la inteligencia emocional como temática en el pensum de estudios de la carrera, incorporando a lo largo de la misma una formación teórico-práctico a los futuros profesionales capacitados en el área de la salud mental. El ser facilitadores de cambios de conductas negativos hacia cambios positivos demuestra la responsabilidad y conciencia de uno mismo hacia el bienestar de la población que demanda los servicios; como estudiantes de psicología y profesionales en psicología debemos incluir en nuestra vida cotidiana un control de las emociones que permita a las personas que se encuentran en determinados momentos de su vida en circunstancias desfavorables, es decir, a quien brindamos el apoyo, reconocer sus emociones, que unidas a su capacidad reflexiva y de juicio, permitan tener una vida más plena y satisfactoria.

CAPITULO I

MARCO TEÓRICO

Vivimos en un mundo globalizado donde los medios de comunicación, la industria del entretenimiento, las diferencias familiares y económicas, y la ausencia de valores, generan violencia, agresión, rompimiento de normas, comisión de delitos, estados emocionales negativos (depresión-ansiedad), adicciones, etc., situaciones que inciden negativamente en la salud mental del individuo y corresponde al profesional en psicología, manejar adecuadamente sus propias emociones y mediar ese aprendizaje en sus pacientes.

La desigualdad en la distribución de la riqueza económica, los problemas sociales y familiares, las relaciones inadecuadas, altas tasas de divorcio, presencia de madres solteras, altos índices de violencia intra doméstica y maltrato infantil (abuso físico, sexual, emocional y negligencia), niños con problemas de aprendizaje y conducta, jóvenes vinculados a pandillas o "maras", aumento en el consumo de drogas legales e ilegales, el crimen organizado, crímenes sexuales, delitos, prostitución infantil, desviaciones sexuales, alteraciones de estado de ánimo, ausencia de seguridad, reacciones al estrés, presencia de enfermedades psicosomáticas, son evidencias dramáticas y reales de un manejo inadecuado de cómo las emociones humanas afectan la salud mental en los individuos, grupos y sociedad en el contexto de diferentes realidades, vividas de manera distinta.

Para corroborar lo anterior basta ver un noticiero o leer un periódico o conversar con el vecino de al lado o personas que se mueven en diferentes contextos o leer información sobre la problemática social del país, lo que me motiva a plantear como una alternativa de salud mental, la inteligencia emocional; que promueve la estabilidad emocional, la convivencia familiar en términos de relaciones cálidas y gratificantes, en una sociedad pacífica que a su vez impulsa el desarrollo social, individual y colectivo en sus miembros y en contextos académicos, se impulse el tema y se habilite a su conocimiento y aplicación.

Las emociones constituyen cualquier estado mental intenso vehemente y de breve duración, que sigue como una respuesta adaptativa a diferencia de los estados animo que son más apagados y que duran mucho más tiempo que una emoción en lo que se refiere al temperamento, como característica personal, este es producto de la constitución fisiológica, determinada por el patrimonio hereditario y en parte determinado por el desarrollo y el ambiente.

A diferencia de los trastornos emocionales que incluyen estados negativos que alteran la vida y afectan diferentes esferas de la vida del sujeto. Las emociones básicas como la ira, la tristeza, el temor, el disgusto, la vergüenza, el placer, el amor y la sorpresa, pueden incluir la furia, la cólera, la hostilidad, el pesar, el pesimismo, la desesperación, la ansiedad, la preocupación, el miedo, el desprecio, la aversión, el disgusto, la culpabilidad, el remordimiento, la mortificación, la felicidad, la alegría, la diversión, la simpatía, la afinidad, la

confianza, la conmoción y el desconcierto. Las emociones en grado patológico, constituyen entonces la violencia y el odio, la depresión grave, la fobia y el pánico.

La universalidad de las emociones estudiadas por Ekman mostradas mediante la expresión facial son cuatro: temor, ira, tristeza y placer. La emoción es una respuesta rápida que descarta la reflexión de la mente pensante, que surge a partir de una preparación veloz, con respuesta automática que no entra en la conciencia: la emoción se expresa por cambios sutiles en la expresión facial, en el flujo sanguíneo y en el ritmo cardíaco y constituyen el primer impulso de una situación que activa los sentimientos, aunque también los pensamientos pueden provocar reacciones emocionales. Las emociones se reflejan en la conducta como producto de experiencias subjetivas del individuo, y en la evolución humana fueron auxiliares para ayudarnos a enfrentar situaciones de urgencias y el desarrollo de habilidades cognoscitivas. Las emociones son también aprendidas al ser transmitidas de un individuo a otro, o de un individuo a un grupo, los temores, sentimientos, religiones, patriotismo, lealtad de grupo, son formas aprendidas de expresar emociones y que varían de una cultura a otra. La familia es el grupo socializador primario donde la dinámica de las relaciones establece pautas de convivencia que posteriormente las complementa la escuela, las relaciones de grupo y la sociedad establecen normas de conducta.

La Inteligencia Emocional incluye las inteligencias personales como son: la capacidad intrapsíquica y las destrezas interpersonales; la inteligencia interpersonal, incluirá cuatro habilidades distintas: el liderazgo, la capacidad de cultivar relaciones manteniendo amistades, la capacidad de resolver conflictos y la destreza en el análisis social. La capacidad intra psíquica sería una capacidad correlativa hacia el interior de uno mismo, para formar un modelo preciso y realista para que opere adecuadamente en la vida, con acceso a los propios sentimientos, la capacidad de distinguirlos y usarlos como guías.

En el curso de la terapia la gente puede responder ante las circunstancias mediante una reacción emocional, por lo que la intervención estaría orientada a hacer cambios en su reacción emocional, que incluirá la percepción de sus propios sentimientos y disparadores, así como los pensamientos asociados a las emociones para entonces provocar una adaptación adecuada en función de su salud mental.

El terapeuta debe poseer identidad profesional establecida, además de rasgos positivos de personalidad pero sobre todo, buen sentido común, humor alegre, carácter socio afectivo sano y atractivo, adecuadas a relaciones interpersonales saber controlar y manejar sus estados emocionales en una actitud creativa y constructiva a partir de sus experiencias personales y profesionales, para validarlo en el ejercicio de su profesión, desarrollo personal armónico e integral que incluya una formación curricular (yo teórico) y una experiencia práctica (yo empírico) lo que nos lleva a considerar importante que el estudiante de psicología debe poseer inteligencia emocional con sus respectivos ingredientes: autoconciencia, equilibrio anímico, motivación, control de impulsos y sociabilidad;

lo que permitiría ejercer el trabajo psicoterapéutico con beneficio múltiple: del propio profesional y de quienes demandan sus servicios. La inteligencia emocional como tema surge a partir de los años noventa con mas fuerza, a raíz de una reflexión orientada a plantear que el cociente intelectual no era la condición idónea para tener éxito en la vida, la necesidad de trabajar el tema de inteligencia emocional como una herramienta que permita al estudiante de psicología integrar conocimientos teóricos al tema, que se traduzcan en acciones y vivencias que contribuyan a su formación tanto profesional como personal, lo que se podrá multiplicar en el trabajo individual, grupal o colectivo.

Al evaluar la inteligencia emocional en una muestra de estudiantes universitarios de la carrera de psicología se podrá detectar las limitaciones, dificultades y necesidades alrededor de este tema, para entonces proponer una serie de contenidos sobre la inteligencia emocional para la información y formación de los estudiantes.

Esta información se obtuvo por medio de un instrumento de inteligencia aplicada a una muestra de cien estudiantes del primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología que fueron evaluados en veintitrés competencias de las cinco áreas de la inteligencia emocional que son: autoconciencia, autorregulación, auto motivación, empatía y relaciones interpersonales. Las tres primeras áreas (autoconciencia, autorregulación y auto motivación) corresponden a la capacidad intrapsíquica y las competencias son: conciencia emocional, autoestima, confianza, autocontrol, confiabilidad e integridad, iniciativa y optimismo. Las dos últimas áreas (empatía y relaciones interpersonales) corresponden a las habilidades sociales y sus competencias son: comprensión de los demás, orientación hacia el servicio, conciencia política, influencia, comunicación, solución de conflictos, liderazgo, catalizadores de cambio, cooperación y trabajo en equipo.

Con los resultados del instrumento, se buscó establecer el cociente emocional de los estudiantes evaluados en el desarrollo de su inteligencia emocional. Al haber aplicado el instrumento a los estudiantes, la información obtenida será insumo que permita proponer, la temática de inteligencia emocional, como aprendizaje teórico y vivencial que motive a los estudiantes a identificar sus fortalezas y debilidades para trabajar con ellas.

Evaluar el cociente emocional en estudiantes de psicología podrá orientarnos en el sentido de trabajar los componentes en una temática o asignatura específica con metodología participativa y técnicas grupales. La psicología como ciencia se ha enfocado en determinar la actividad psíquica, el carácter, la personalidad y las capacidades del ser humano, entre otras; dándole énfasis al cociente intelectual. La nueva psicología se enfoca en reconocer que las inteligencias son múltiples y que las emociones juegan un papel importante en la vida, puesto que la habilidad para resolver problemas utilizando la inteligencia e incorporando la afectividad, son componentes que ayudan a dirigir adecuadamente el comportamiento del ser humano, donde la felicidad personal y la convivencia social son resultados de la capacidad para aplicar la inteligencia

emocional. De allí surge la necesidad de complementar la inteligencia “intelectual” con la inteligencia “emocional”, para experimentar una vida más plena y más humana.

“Para poder comprender el término emoción se debe de tener claro su significado, este se deriva de la palabra “emovere” que significa remover, actuar o agitar. Existen muchas palabras en cada lenguaje, para describir lo que generalmente designamos con el nombre de emoción. Todos hemos experimentado miedo, cólera, pena, culpabilidad, alegría, amor y odio, y hemos observado estas emociones en otras personas, pero exactamente ¿Qué queremos decir con término emoción? La palabra emoción con frecuencia depende de la conciencia que tiene el organismo de la importancia de una situación, y de esta manera intervienen los procesos cognoscitivos de percepción y pensamiento, de allí la aparición de vivencias emocionales positivas o negativas, también se debe incluir dentro de las emociones las reacciones afectivas relacionadas con las sensaciones. Las emociones siempre tienen un carácter circunstancial, se motivan por una situación creada en un momento dado, se debilitan relativamente pronto y después desaparecen totalmente al cambiar la situación.

Como se sabe el cerebro es la clave primordial de las emociones, ya que por medio de él, se activan y regulan los aspectos fisiológicos de las emociones, tanto la división simpática como la parasimpática del sistema nervioso autónomo son controladas y reguladas por los centros ubicados en el cerebro.

En uno de los descubrimientos sobre las emociones más reveladoras de la última década de la obra de Le Douarin, éste demostró como la arquitectura del cerebro concede a la amígdala del hipotálamo una posición privilegiada como centinela emocional, capaz de “asaltar” el cerebro. Sus investigaciones han demostrado que las señales sensoriales del ojo y del oído viajan primero del cerebro al tálamo y luego mediante una única sinapsis a la amígdala. Una segunda señal del tálamo se dirige a la neocorteza, que es el cerebro pensante. Las investigaciones de Le Douarin son revolucionarias para la comprensión de la vida emocional porque es la primera que encuentra vías nerviosas para los sentimientos que evitan la neocorteza¹. Entre los sentimientos que toman la ruta directa a través de la mente se incluyen los más primitivos y potentes, este circuito hace mucho por explicar el poder de la emoción para superar la racionalidad.

“Entonces ¿qué podemos decir sobre las emociones? Las emociones deben ser consideradas, al hablar de las motivaciones como una parte de sus raíces más profundas. Los sentimientos son mucho más complejos que los estímulos biológicos, aunque no haya en ellos una delimitación precisa.

Los sentimientos comparten una fuerte carga de afectos. Una fuerza que impulsa a actuar a la persona, a hacer algo en un determinado sentido. Pueden considerarse como emociones agradables, el amor y la amistad, que proporcionan

¹ Moro, Mario. Psicobiología, Editorial Piedra Santa, Guatemala 1986. Página 222

a la gente una sensación de bienestar y suelen manifestarse socialmente por la risa y por la sonrisa. Por otra parte, las tristezas son consecuencias del dolor, del miedo o de la ira. Las emociones de este tipo, cuando son intensas llegan a conmover y hasta causar estados de ansiedad”².

“La conducta emocional es una conducta motivada, caracterizada por intentos de alejamiento, acercamiento, ataques, etc., los estados afectivos también se caracterizan por la participación muscular, por su persistencia por la amplia gama de variaciones corporales que tienen lugar en el estomago, glándulas, músculos y sistemas circulatorio y respiratorio.

Los cambios orgánicos, debido a situaciones emocionales, son los intensos sentimientos de los que se es conciente en momentos de excitación, van acompañados de cambios muy complejos en el organismo: “mariposas en el estomago” “flojera en las rodillas” y “parece que nos hundimos” son, en realidad sensaciones motivadas por estímulos del sistema nervioso. Por ejemplo, cuando se es conciente de un enemigo real o imaginario, una parte del sistema nervioso, considerado como autónomo entra en actividad; las fibras nerviosas que inervan el corazón se estimulan, otras fibras del mismo tipo, conectadas a las glándulas suprarrenales, hacen que están produzcan una descarga de adrenalina que penetra en el torrente sanguíneo. Este producto químico eleva la presión arterial, contribuye a la coagulación de la sangre, y hace que el hígado libere energía a partir de los hidratos de carbono.

Se ha definido lo que se entiende por emoción, pero ¿qué diferencia existe entre las emociones y los impulsos biológicos? Las emociones difieren de otros impulsos como el hambre y el sueño, en que estos últimos son de más corta duración y se originan independientemente de las experiencias de la vida cotidiana de una persona.

Los sentimientos o emociones implican una respuesta generalizada a cualquier estímulo de satisfacción o frustración. Por ejemplo, si tiene sed y un obstáculo se interpone entre usted y el agua, se disgustara sin duda. Por otra parte, si el agua esta al alcance, la satisfacción de sus necesidades físicas le producirá bienestar. El bienestar en este caso, es el resultado de haber logrado una meta (el agua), que ha satisfecho una necesidad biológica.

Ciertos sentimientos representan un producto natural de la satisfacción o insatisfacción de las necesidades biológicas. Los sentimientos o emociones también tienen que ver, en otro sentido, con los impulsos biológicos. Cuando usted siente la fuerte necesidad de algo, como alimento, agua o sueño, y esa necesidad no se satisface (el obstáculo puede ser real o imaginario) su organismo moviliza una mayor cantidad de energía para vencer el obstáculo que interfiere con la satisfacción de su necesidad. Por ejemplo, si un padre esta ansioso por conseguir la seguridad de sus hijos, es posible que intente buscar un trabajo, o trabaje mayor

² Goleman, Daniel. La Inteligencia Emocional, Editorial Buenos Aires Argentina, 1996. Página 397

número de horas, para proveer a su familia de las comodidades que el cree que necesitan. Los sentimientos, pueden estar al servicio de impulsos instintivos”³. La relación entre ambos, funciona de otro modo. Por ejemplo una vez que se ha experimentado el dolor corporal de una ocasión concreta, el sentimiento de miedo le torna más cauteloso cuando dicha situación se repite.

“Hay que reconocer que las emociones, como tal, son impulsos instintivos en nuestra vida, es de mucha importancia reconocer los diferentes tipos de emociones, entre los cuales se pueden mencionar los siguientes:

- Miedo: casi todo el mundo ha experimentado miedo de una forma u otra. El miedo suele ser saludable, porque sirve para protegernos de muchos peligros. En el hombre primitivo, el miedo era básico para poder sobrevivir entre los animales salvajes y la casi siempre desfavorable naturaleza. La civilización ha reducido los peligros físicos, pero ha introducido otros, que atañen a la seguridad personal. La aparición del miedo tiene lugar cuando lo súbito y desconocido de una situación hace que sea difícil tomar una actitud adecuada. En la vida diaria aprendemos también a tener miedo de muchas cosas de nuestro alrededor que son dañinas, o perjudican nuestro bienestar. La reacción mas corriente, cuando se siente miedo, es la huida.
- Ansiedad: Al contrario que el miedo, provocado por una situación real, la angustia tiene un carácter previo. Por ejemplo, nosotros experimentamos ansiedad cuando imaginamos el dolor que sentiremos cuando vayamos al dentista. La ansiedad es difícil de superar, ya que no estamos seguros de lo que va a ocurrir. Cuando tenemos miedo aun perro feroz, podemos correr o quedar paralizados cuando estamos en un estado de angustia, nos sentimos intranquilos e incómodos. Aunque nos sintamos impulsados a hacer algo, no sabemos exactamente qué, la ansiedad por futuro bienestar es frecuente. En la vida diaria se padece estados ligeros de ansiedad.
- Preocupación: Se diferencia de la ansiedad, principalmente en el grado, y se deriva del miedo. Casi todo el mundo se preocupa mas o menos sin que ello llegue a ser un impedimento en su vida diaria. El individuo preocupado suele encontrar difícil exponer sus problemas a los demás y pedir ayuda. Las preocupaciones por un miembro de la familia, o de dinero suelen decrecer cuando desaparecen las causas; pero la preocupación por las relaciones sociales o por la propia estimación es mas persistente. Es obvio que para tratar positivamente el miedo, la ansiedad y la preocupación, hay que buscar activamente una solución. El conceder mayor importancia a ciertas trivialidades, suele traer como resultado una gran ofuscación.
- Ira: Suele estar relacionada con motivos de tipo social, tales como la necesidad de destacar, de tener éxito y de dominar, no sólo las situaciones, sino determinadas personas. Aparece cuando estas necesidades se ven

³ OP.CIT., Moro, Mario, Página 223

frustradas. El que la manifestación de la ira sea constructiva o destructiva, dependerá de lo que el individuo haga cuando se encuentre en ese estado emocional, por ejemplo, la gente que da salida a sus emociones o sentimientos dando una patada a un perro, ofendiendo a sus superiores u obteniendo satisfacciones morbosas humillando a los demás no ha progresado mucho con respecto a las rabietas propias del temperamento infantil. Por otra parte, el equilibrio emocional tampoco se consigue por la simple supresión de los sentimientos. Este puede acarrear formas de conducta anómala y enfermedades mentales. El propio control es la clave para evitar las expresiones exageradas de ira, así como otros estados emocionales intensos. El control de la ira implica la reestructuración de los sentimientos agresivos en algún esquema constructivo de conducta que impida la relación de los derechos propios y ajenos. La ira y el temor pueden ser experiencias emocionales que faciliten una mejora en la capacidad de relaciones humanas. En grado menor pueden impulsarnos a mejorar nuestras pautas de estudio.

- Amor: el amor y el cariño son respuestas emocionales que se desarrollan desde las primeras manifestaciones infantiles de alegría. Aunque las expresiones de amor están influidas por la educación, este aprendizaje suele seguir las pautas de conducta admitidas por la sociedad en que vivimos. El amor, como los anteriores sentimientos de miedo o de ira, pueden expresarse de un modo constructivo, o de tomar un cariz destructivo. Cuando se encausan de un modo positivo o afirmativo, constituye la estructura básica de alguno de los mejores logros humanos. Puede observarse su influencia en las legislaciones que traten de igualar, aunque solo sea en parte, de las grandes diferencias económicas, sociales y culturales que se observan en la sociedad. Por otra parte, usado negativamente el amor, tiene una tremenda fuerza destructiva. Dirigido hacia uno mismo se convierte en vanidad, egocentrismo y orgullo. ; Distorsionado, se puede transformar en odio, unido al miedo, suele ser el causante de los celos.”⁴

Brevemente, podemos afirmar que la expresión de las emociones como el habla, es la manera más inequívoca y franca de comunicarlas, diciendo lo que uno siente y piensa. La comunicación no verbal juega un papel muy importante en este tipo de manifestaciones tanto la manera de comportarse como la expresión facial, serán un reflejo de las emociones difícilmente controladas, incluso en los momentos en que se pretenden disimular, pues nuestro comportamiento nos delata. De la misma manera, solo con mirar una fotografía podríamos determinar el estado emocional de una persona sin necesidad de saber que hace o dice, únicamente por el rictus de su cara, conocemos si esta enojada, alegre, sorprendida, asustada, etc.

⁴ A. Esfera, Wright, Rice. Personalidad y Relaciones Humanas, México 1996, páginas 16-17

“El conocimiento de los científicos les permite diferenciar entre las emociones reales y fingidas con el único análisis de la musculatura de la cara o el grado de arqueado de las cejas y la tensión de la comisura labial o la profundidad de las arrugas orbiculares, permiten discernir con relativa exactitud, que emoción se está expresando, su intensidad y hasta su autenticidad.

Un buen manejo de emociones como la ira, el miedo, la depresión son automatismos biológicos y están profundamente arraigados en la historia de la evolución, constituyendo un componente fijo de nuestro programa de comportamiento. Hace miles de años estas asumían funciones vitales en la adaptación del organismo en su entorno. Daniel Goleman, especialista en Inteligencia Emocional, afirma que las emociones forman familias grandes, entre las cuáles considera las más importantes: la ira, la tristeza, el miedo, la alegría, el amor, la vergüenza, etc. Como parte de nuestro repertorio emocional, cada emoción juega un papel importante y singular en nuestra vida psíquica. Las familias de emociones tienen sus diferentes expresiones, siendo estas:

<i>EMOCIÓN</i>	<i>EXPRESIÓN</i>
IRA:	Furia, Exasperación, rabia irritabilidad, animosidad, indignación, en caso extremo odio y violencia.
TRISTEZA:	Aflicción, pena, desconsuelo, pesimismo, melancolía, soledad, desaliento, desesperación, y en caso patológico depresión.
MIEDO:	Ansiedad, aprensión, temor, preocupación, incertidumbre, nerviosismo, angustia, susto, temor, desasociado, y en caso patológico fobia y pánico.
ALEGRIA:	Felicidad, gozo, tranquilidad, contento, deleite, diversión dignidad, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, euforia, éxtasis, y en caso extremo manía.
AMOR:	Aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, enamoramiento ágape.
SORPRESA:	Sobresalto, asombro, desconcierto, admiración.
AVERSIÓN:	Desprecio, desdén, asco, antipatía, disgusto, repugnancia.
VERGÜENZA:	Culpa, perplejidad, remordimiento, humillación, pesar, aflicción.” ⁵

⁵ Idem, A. Esfera Wright Rice, página 18

“En la fisiología de las emociones, en el cerebro primitivo podemos establecer que para captar mejor el poderoso dominio de las emociones, sobre la mente pensante y por qué sentimiento o razón están tan prontos a la guerra, consideremos como evoluciono el cerebro. El cerebro humano con su casi kilo y medio de células y jugos nerviosos, tiene un tamaño aproximadamente tres veces mayor que el de nuestros parientes mas cercanos en la escala evolutiva, los primates no humanos. En el curso de millones de años de evolución, el cerebro, a crecido de abajo hacia arriba, y sus centros mas elevados se desarrollaron como elaboraciones de partes mas inferiores y mas antiguas.”⁶ (el crecimiento del cerebro en el embrión humano reconstruye aproximadamente este curso evolutivo). “La parte mas primitiva del cerebro, compartida con todas las especies que tienen mas de un sistema nervioso mínimo, es el tronco cerebral que rodea la parte superior de la medula espinal. Esta raíz cerebral regula las funciones vitales básicas como la respiración y el metabolismo de los otros órganos del cuerpo, además de controlar las acciones y movimientos estereotipados. No se puede decir que este cerebro primitivo piense y aprenda, mas bien es un conjunto de reguladores pre-programados que mantienen el organismo funcionando como debe.

La raíz mas primitiva de nuestra vida emocional es el sentido del olfato o mas precisamente, en el lóbulo olfativo, las células que toman y analizan los olores. Cada entidad viviente, ya sea nutritiva, venenosa, compañero sexual, depredador o presa, tiene una sintonía molecular definitiva que puede ser transportada en el viento. En esos tiempos primitivos, el olor se convirtió en el sentido supremo para la supervivencia.

A partir del lóbulo olfativo empezaron a evolucionar los antiguos centros de la emoción, haciéndose por fin lo suficientemente grandes para rodear la parte superior del tronco cerebral. En sus etapas rudimentarias, el centro olfativo estaba compuesto por poco más que delgadas capas de neuronas reunidas para analizar el olor. Una capa de células tomaba lo que se olía y lo separaba en las categorías más importantes: comestible o tóxico, sexualmente accesible, enemigo o alimento.

La neocorteza del homosapiens, mucho mas grande que en ninguna otra especie, ha añadido todo lo que es definitivamente humano. La neocorteza en el asiento del pensamiento, contiene los centro que comparan y comprenden lo que perciben los sentidos. Añade a un sentimiento lo que pensamos sobre él, y nos permite tener sentimientos con respecto a las ideas, el arte, los símbolos y la imaginación. En la evolución, la neocorteza permitió una juiciosa afinación que sin duda ha creado enormes ventajas en la capacidad de un organismo para sobrevivir a la adversidad, haciendo mas probable que su progenitor transmitiera a su vez los genes que contienen ese mismo circuito nervioso. Esta ventaja para la supervivencia se debe al talento de la neocorteza para trazar estrategias, planificar a largo plazo y desarrollar otras artimañas mentales. Más allá de eso, el triunfo del arte, de la civilización y la cultura son frutos de la neocorteza. La neocorteza

⁶ Sandoval de Maldonado, Ana María. Psicología General, Editorial Kapeluz, 1986, página 107

permite la sutileza y complejidad de la vida emocional, como la capacidad de tener sentimientos con respecto a nuestros sentimientos. Pero estos centros mas elevados no gobiernan toda la vida emocional en asuntos cruciales del corazón, y mas especialmente en emergencias emocionales, se puede decir que se remiten al sistema límbico debido a que muchos de los centros elevados al cerebro crecieron a partir de la zona límbica o ampliaron el alcance de ésta, el cerebro emocional juega un papel fundamental en la arquitectura nerviosa.”⁷

INTELIGENCIA EMOCIONAL.

“Para tener una comprensión clara acerca de las emociones inteligentes, hay que recurrir a grande teóricos, que siguen los lineamientos intelectuales de Howard Gardner, uno de los mas importantes psicólogos que ha contribuido a enriquecer nuestras emociones es Peter Salovey, psicólogo de Yale, que ha descrito en grande detalle las formas en que podemos aplicar inteligencia a nuestras emociones, cabe mencionar a otro teórico, E. L. Thorndike, un eminente psicólogo que también tuvo gran influencia en la popularización de la idea de cociente intelectual. En los años veinte y treinta, planteo un artículo sobre: inteligencia emocional- inteligencia social, capacidad para comprender a las demás personas y actuar prudentemente en las relaciones humanas. Pero la inteligencia emocional no debería ser pasada por alto, sobre todo por su sentido común e intuitivo.

Una investigación mas sistemática llevada a cabo por Sternberg llevo a la conclusión a Thorndike que: la inteligencia social es distinta de las capacidades académicas y, al mismo tiempo, es una parte clave de lo que hace que a la gente le vaya bien en el aspecto práctico de la vida.

En los últimos años un grupo cada vez mas grande de psicólogos han llegado a conclusiones similares, coincidiendo con H. Gardner en que los antiguos conceptos de cociente intelectual giraban en torno a una estrecha franja de habilidades lingüísticas y matemáticas, siendo estas un medio para predecir el éxito en el aula.

La inteligencia emocional es la capacidad que tiene el ser humano para responder de la mejor manera a las exigencias que se nos presentan en el mundo.”⁸ “El término de inteligencia emocional fue utilizado por primera vez en 1,900 por los psicólogos Peter Salovey de la Universidad de Harvard y John Mayer de la Universidad de New Hampshire, para acuñar la inteligencia interpersonal e intrapersonal. Se empleo para describir las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito. Estas pueden incluir: la empatía, la expresión y comprensión de nuestros sentimientos, el control de nuestro genio, la independencia, la capacidad de adaptación, la simpatía, la capacidad de poder

⁷ Goleman Daniel. La Inteligencia Emocional. Editorial Buenos Aires Argentina, 1996. Páginas 29-30

⁸ Idem, Goleman, Daniel. Página 63.

resolver los problemas en forma interpersonal, la persistencia, la cordialidad, la amabilidad, el respeto, etc. La inteligencia emocional constituye una habilidad para responder de manera adecuada un manejo ideal de las emociones en las diferentes circunstancias de la vida. Las principales cualidades que constituyen la inteligencia emocional son: Conciencia de uno mismo (auto cognición), equilibrio anímico (motivación), optimismo y entusiasmo (control de impulsos), autodominio y sociabilidad (relaciones interpersonales) y empatía.”⁹

El término “Inteligencia Emocional según Daniel Goleman se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y motivar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos. Se trata de un término que engloba habilidades muy distintas, aunque complementarias a la inteligencia académica. El poseer un elevado cociente intelectual no garantiza el éxito personal, familiar o económico en la vida, mucho menos la prosperidad y el prestigio o la felicidad. Dos son los tipos de inteligencia, la intelectual, que es mas bien la académica, y la emocional, que es el control de nuestras emociones de una manera satisfactoria. La inteligencia intelectual se basa exclusivamente en el funcionamiento del neocórtex, el estrato mas reciente evolutivamente, que recubre la superficie del cerebro, mientras que los centros de las emociones ocupan un lugar inferior en la región sub cortical más antigua.

La vida emocional es un ámbito que, al igual que las matemáticas y la lectura, pueden manejarse con mayor o menor destreza y requieren un singular conjunto de habilidades, y saber hasta qué punto en la vida una persona es experta en ellas, es fundamental para comprender porque triunfa en la vida, mientras otra con igual capacidad intelectual acaba en un callejón sin salida: la aptitud emocional es una meta-habilidad, y determina lo bien que podemos utilizar cualquier otro talento, incluido el intelecto puro. Mientras contamos con una serie de habilidades o cualidades propias de la naturaleza humana poco o nada explotadas, que conociéndolas, puliéndolas y practicándolas se puede obtener beneficio. Esto es la inteligencia emocional, que pone de manifiesto cualidades humanas, constituye el factor común de las aptitudes emocionales, personales y sociales determinantes del éxito.

La moderna investigación de la inteligencia atribuye un importante papel al conocimiento de uno mismo y a la sensibilidad frente a otros, lo que Gardner denomina inteligencia intrapersonal o interpersonal, tanto en la vida privada como social.

Gardner se plantea si no debería incluso situarse por encima de otras formas de inteligencia. A principios de los años noventa, el psicólogo Peter Salovey y su colega John Mayer dieron para la inteligencia interpersonal e intrapersonal el grafico nombre de Inteligencia Emocional.

⁹ Shapiro, Lawrence. Cociente Emocional, México, 1996, página 25

Daniel Goleman, hace referencia a cinco grandes dimensiones o áreas de la inteligencia emocional: Conciencia de uno mismo, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales, existe una relación entre estas cinco dimensiones y las competencias emocionales, que es la “capacidad adquirida basada en la inteligencia emocional que da lugar a un desempeño sobresaliente en la vida”. Goleman hace referencia en cada una de sus cinco dimensiones o áreas así:

1º. Conocer las propias emociones: La conciencia de uno mismo, el reconocer un sentimiento mientras ocurre, es la clave de la inteligencia emocional. La capacidad de controlar sentimientos de un momento a otro es fundamental para la penetración psicológica y la comprensión de uno mismo. La incapacidad de advertir nuestros auténticos sentimientos nos deja a merced de los mismos. Las personas que tienen mayor certidumbre con respecto a sus sentimientos son mejores guías de su vida y tienen una noción mas segura de lo que sienten realmente con respecto a las decisiones personales; desde con quién casarse hasta qué trabajo aceptar.

2º. Manejar las emociones: Manejar los sentimientos para que sean adecuados, es una capacidad que se basa en la conciencia de uno mismo. Las personas que carecen de esta personalidad luchan constantemente contra los sentimientos de aflicción, mientras que aquellas que la tienen desarrollada pueden recuperarse con mucha rapidez de los reveses y trastornos de la vida.

3º. La Propia Motivación: Ordenar las emociones al servicio de un objetivo es esencial para prestar atención, para la motivación, el dominio y la creatividad. El autodomínio emocional, postergar la gratificación y contener la impulsividad sirve de base a toda clase de logros, ser capaz de internarse en un estado de “fluidez” permite un desempeño destacado en muchos sentidos. Las personas que tienen esta capacidad suelen ser mucho mas productivas y eficaces en cualquier tarea que emprendan.

4º. Reconocer Emociones en los Demás: Otra capacidad que se basa en la autoconciencia emocional, es la “habilidad” fundamental de las personas para reconocer en otras, emociones. Las personas que tienen empatía están mucho mas adaptadas a los sutiles señales sociales que indican lo que otros necesitan o quieren. Esto los hace mejores en profesiones tales como: la enseñanza, las ventas y la administración y especialmente para la psicología.

5º. Manejar las Relaciones: El arte de las relaciones es, en gran medida la habilidad de manejar las emociones de los demás. Estas son las habilidades que rodean la popularidad, el liderazgo y la eficacia interpersonal. Las personas que se destacan en estas habilidades se desempeñan bien en cualquier cosa que dependa de la interacción serena con los demás; son estrellas sociales”¹⁰. Por supuesto, las habilidades de las personas en cada una de estas esferas son diferentes; algunos de nosotros podemos ser muy expertos para manejar nuestra

¹⁰ Op. Cit. Goleman, Daniel, página 65-66

propia ansiedad, pero relativamente ineptos para aliviar los trastornos de otros. La base subyacente de nuestro nivel de capacidad es, sin duda, nerviosa; pero como veremos, el cerebro es notablemente flexible y aprende constantemente. Los errores de las habilidades emocionales pueden ser remediados: en gran medida, cada una de estas esferas representa un cuerpo de hábito y respuesta que, con el esfuerzo adecuado, puede mejorarse.

Según Daniel Goleman, cada una de las áreas o dimensiones está representada por las competencias siguientes:

- Conocer las propias emociones (autoconocimiento). COMPETENCIAS: Conciencia emocional, valoración adecuada y confianza en si mismo.
- Manejar las emociones (autorregulación). COMPETENCIAS: Autocontrol, confiabilidad, integridad, innovación y adaptabilidad.
- La propia motivación (auto motivación). COMPETENCIAS: Logro, optimismo, compromiso e iniciativa.
- Empatía. COMPETENCIAS: Comprensión de los demás, orientación hacia el servicio, desarrollo de los demás, aprovechamiento de la diversidad y conciencia política.
- Manejar las relaciones (relaciones interpersonales). COMPETENCIAS: Influencia, comunicación, gestión de conflictos, liderazgo, catalizadores de cambio, establecer vínculos, cooperación y colaboración, y capacidad de trabajo en equipo.

El cociente intelectual y la inteligencia emocional no son conceptos opuestos, sino mas bien distintos. Todos mezclamos intelecto y agudeza elevada con cociente intelectual, pero una inteligencia emocional escasa o un bajo cociente intelectual y una elevada inteligencia emocional son, a pesar de los estereotipos, relativamente pocas. En efecto, existe una ligera correlación entre cociente intelectual y algunos aspectos de la inteligencia emocional, aunque lo suficientemente bajo para que resulte claro que estas son entidades totalmente independientes. A diferencia de las conocidas pruebas de cociente intelectual hasta ahora no se conoce ningún instrumento escrito que proporcione una "puntuación de inteligencia emocional", y sobre cada uno de sus componentes, alguno de ellos como lo empatía, se analiza mejor probando la habilidad real de una persona para la tarea que realice en las diferentes esferas de la vida. Los hombres con una inteligencia intelectual en contraste con los hombres que tienen una inteligencia emocional elevada son parcialmente equilibrados, sociables y alegres, no suelen compensar las cosas una y otra vez, poseen una notable capacidad de compromiso con las personas o las causas de asumir responsabilidades y de alcanzar una perspectiva ética. Son solidarios y cuidados

de las relaciones, su vida emocional es rica y apropiada, se sienten cómodos con ellos mismos, con los demás y con el universo donde viven.

En contraste, las mujeres emocionalmente inteligentes suelen ser positivas y expresan sus sentimientos positivos con respecto a ellas mismas, para ellas la vida tiene significado, al igual que los hombres, son sociables y expresan sus sentimientos de manera adecuada, más que en estallidos de los cuáles podrían arrepentirse mas tarde, se adapta muy bien a la tensión, su aplomo social les permite comunicarse fácilmente con personas nuevas y se sienten lo suficientemente cómodas con ellas mismas para ser alegres, espontáneas y abiertas a la experiencia sensual.

La adquisición de la inteligencia tanto para hombres como para mujeres, adultos, niños, etc., depende tanto de factores genéticos como ambientales.

LA CIENCIA PSICOLOGICA, SU LABOR Y LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS.

“El estudio de la Psicología en Guatemala, no surge con la fundación de la Facultad de Humanidades en 1,945. “Se inicio en nuestro país en el año de 1,946 y fue el psicólogo español doctor Antonio Román Durán que tuvo a su cargo impartir las primeras cátedras de psicología general en el primer cursillo sobre psicoanálisis” el 7 de octubre de 1,946.

En esta época la cátedra de psicología general le servía a los estudiantes de psicología del segundo año de las cuatro secciones de la mencionada Facultad de Filosofía, Pedagogía, Historia y Letras. Posteriormente con la llegada de nuevos profesores se incluyeron las cátedras de psicología de la niñez y del adolescente y psicología experimental pedagógica, las que se servían únicamente en la sección de pedagogía.

Durante el transcurso del mismo año, Rosa Warna impartió una conferencia sobre psicología del pensamiento mágico y Jaime Barrios Peña dictó otra conferencia sobre Pierre Jeannette, Sigmund Freud y el Inconsciente; en este punto hay que hacer constar que ambos conferencistas eran estudiantes de la Universidad Autónoma de México. Durante el año 1,947 no hubo movimientos significativos en psicología, siendo hasta en el año 1,948, cuando se procedió a la fundación del Instituto de Psicología e Investigaciones Psicológicas. Este Instituto fue creado no solo por la iniciativa de la Facultad de Humanidades, sino por la demanda de varias instituciones estatales que consideraban en aquella época, que dicha disciplina era necesaria para coadyuvar en el buen cumplimiento de su proyección social y que por lo tanto resultaba imperativo formar profesionales en esa ciencia. Desde sus inicios la dirección del Instituto de Psicología estuvo a cargo del Doctor Antonio Román, quién en ese entonces tenía a su cargo las cátedras de Psicología General e Introducción al Psicoanálisis, así como un cursillo de Psicología Jurídica. En ese mismo año estuvo en Guatemala el doctor Emilio Mira y López, quien dictó una serie de conferencias. Sin embargo no fue

sino hasta en el año de 1,950, cuando empezó a trabajarse en una forma sistemática y es aquí donde encontramos ya el primer plan de estudios que contempla desde el profesorado de enseñanza media en psicología hasta la licenciatura. Posteriormente dicho plan de estudios sufrió algunas modificaciones, algunos cursos cambiaron de nombre, otros desaparecieron, siendo sustituidos por nuevos cursos hasta llegar al año 1,959, en donde se estableció un listado de cursos que no vario sustancialmente en dos sentidos, en primer lugar no se alejo mucho del primer de estudios, y en segundo lugar mantuvo su vigencia hasta el año de 1,974. Dicho plan de estudios aunque aparentemente ofrecía una atractiva titulación por cursos, no reunía los requisitos pedagógicos, didácticos y prácticos, siendo su diseño adecuado únicamente para la realización de cátedras de tipo magistral y su contenido de tipo narrativo, unidireccional y solamente informativo”¹¹.

Actualmente el pensum de estudios de la Licenciatura en Psicología de la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, es el siguiente:

“LINEA CURRICULAR	PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO	TERCER GRADO	CUARTO GRADO	QUINTO GRADO
Psico-sociolaboral	001. Antropología Sociocultural	011. Sociología	021. Psicología Social	031. Psicología del Trabajo	041. Psicología Institucional
Psicológico Educativa	003. Psicología General	013. Psicología Evolutiva	033. Psicología Educativa	023. Psicopedagogía	043. Psicoterapia Infantil
Bio-psicopatológica	005. Bases Biológicas de la Conducta	015. Psicofisiología	025. Psicología de la Salud	035A. Psicopatología General 035B. Psicopatología Infantil	045. Psico-farmacología
Psicológico Terapéutica	007. Filosofía	017. Corrientes Psico-contemporáneas	027. Psicología de la Personalidad	037. Sistemas de Psicoterapia	047. Técnicas de Psicoterapia
Psicométrico Diagnostica	009. Técnicas de Evaluc. Psicológica I	019. Técnicas de Evaluc. Psicológica II	029. Tecs. de Eval. Y Diagnóstico Psic. I	039. Tecs. de Eval. Y Diagnóstico Psic. II	049. Tecs. de Eval. Y Diagnóstico Psic. III
Metodológico Investigativa	010. Metodología de la Ciencia	020. Metodología de la Ciencia Psicológica	030. Investigación III	040. Investigación IV	Investigación V
Practico-Psicológica	081. Práctica Psicológica I	181. Práctica Psicológica II	281. Práctica Psicológica III	038. Práctica Psicológica IV	048. Práctica Psicológica V” ¹²

Los factores que determinan la elección del psicólogo de una disciplina se encuentran íntimamente vinculados con las habilidades, aptitudes, intereses, valores y rasgos de personalidad del individuo que no toma una decisión vocacional.

¹¹ Villatoro, Norberto, Vallejo, Luis Alberto. Tesis El Movimiento de Transformación de Psicología., Guatemala, páginas 24-26.

¹² Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Pensum de Estudios de la carrera de Licenciatura en Psicología (Código 001) Enero 2,000

“Coan (1979), señala que existe la idea de que las personas que eligen la Psicología como carrera, lo hacen porque tienen problemas emocionales y esperan encontrar en este campo el camino para resolverlos. Conviene distinguir dos aptitudes diferentes posibles: una, el individuo que experimenta conflictos emocionales y por ello se siente motivado a mirar dentro de si mismo, y trata de preguntarse qué es lo que le impulsa a convertirse en psicólogo. La otra, el tipo de individuos que también experimentan conflictos emocionales pero que tienden a proyectar sus disturbios en la sociedad, en el prójimo y que no pueden confrontar su propia patología.

Cualquier persona es susceptible a retener problemas emocionales de una clase u otra. El psicólogo durante su formación es confrontado con sus propios problemas; sin embargo, pueden manejarlos con un estilo especial de proyección e intelectualización, o bien con honestidad, autoconciencia y responsabilidad. La mayoría de los individuos que se forman en la disciplina psicológica empiezan con el interés por el conocimiento de la conciencia humana, por lo que en última instancia esta ligado a una preocupación por su propia conciencia, aunque no se percate de ello.

Obviamente, un examen de la disciplina psicológica en si aporta algunos datos acerca de la gente que se forma como psicólogo, pero aún así quedan muchas preguntas sin contestar”¹³.

“Se considera que los orígenes mágicos, filosóficos y médicos de la psicología han conformado por muchos años un problema de confusión de identidad profesional del psicólogo. Por mucho tiempo los psicólogos ya en su trabajo profesional, han colaborado con psiquiatras, psicoanalistas, neurólogos y pediatras en el área clínica, invadiendo así los campos respectivos; han prestado su ayuda en las escuelas, en el área educativa, confundiendo con los pedagogos; han participado en las empresas entrelazando sus labores con las disciplinas de administración y relaciones industriales. Se considera que la actividad profesional básica del psicólogo se orienta a la promoción del desarrollo de los seres humanos, a través de la reeducación con base en la realidad, sus patrones de conducta, así como optimar sus funciones, sea en el campo clínico, educativo, laboral, experimental o social. Al optimar las potencialidades, se incrementa y promueve la productividad, la creatividad, la libertad y la autorregulación. Lo anterior brinda la posibilidad de satisfacer las propias necesidades y de tomar conciencia y responsabilidad de las necesidades de los demás”.¹⁴

“Hasta hoy en día el psicólogo ha dirigido su trabajo profesional al sector de la población que recibe mayor número de bienes y servicios, no obstante que el número de los que componen esa capa privilegiada es sumamente escasa”¹⁵.

¹³ Harrsch, Catalina. Identidad del Psicólogo. Educación Pearson México, 1988. Página 167

¹⁴ Op. Cit. Harrsch, Catalina. Páginas 175-176

¹⁵ Ibid. Harrsch, Catalina. Página 176

Para definir el perfil profesional de psicólogo, es necesario hacer una clasificación de los problemas considerados en sectores generales, que a su vez constituyen las áreas a las que debe dirigirse la acción profesional, y por otro lado, se debe de hacer una clasificación de aquellas funciones que un profesional y en particular un psicólogo debe llevar a cabo a fin de contribuir a la solución de dichos problemas; a través del análisis y la ponderación de las acciones que hasta ahora ha desempeñado el psicólogo y la determinación de las que sería necesario que desempeñara para resolver los problemas detectados. Entre las características que deberá poseer un profesional de la salud mental (psicólogo) están las siguientes:

- Poseer instrumentos conceptuales y habilidades practicas, que lo capaciten para un ejercicio profesional de alto nivel académico.
- Tener conocimiento global de la disciplina, manejar las principales técnicas de evaluación, planeación e intervención en los diferentes campos de la psicología aplicada.
- Ser capaz de manejar diversas metodologías, según la naturaleza y el planteamiento de la tarea.
- Rigor científico en la intervención, actitud de servicio y apertura.
- Mantener un contacto con el estudio y la observación sistemática de la realidad, capaz de integrar y poner a prueba, con rigor científico sus conocimientos sobre el comportamiento humano, comprometiéndose con los conocimientos al servicio de la comunidad.
- Poseer una actitud ínter disciplinada y de dialogo.
- Calidad profesional.
- Compromiso social.”

“Los trabajos del Consejo Nacional para la Enseñanza e Investigación en Psicología en México según Acle Tomasini, se pueden resumir así:

Define al psicólogo como un profesional universitario cuyo objeto de estudio es el comportamiento humano individual y social, a partir de la investigación de los procesos cognoscitivos-afectivos y de su interacción. Con el entorno, es un promotor del desarrollo humano, conciente de su responsabilidad ética para consigo mismo y para con la sociedad.

Sugiere eliminar el concepto de área profesional que fracciona el quehacer del psicólogo, considerando mas bien, campos o sectores de aplicación en los que converjan diferentes áreas de la psicología. Indica que las funciones profesionales del psicólogo serán las de detectar, evaluar, planear, investigar e intervenir. Como señala Díaz Guerrero (1889) es probable, que en ninguna otra profesión, tanto en la psicología es necesario tener una clara proyección de la conciencia. La proyección es un proceso psicológico a través del cual atribuimos nuestras propias necesidades, características, aptitudes, y/o procesos subjetivos a otros. Es decir el proceso mediante el cual casi todo lo que forma nuestra propia e individual idiosincrasia es utilizado constantemente, parcial conciente y parcial inconsciente,

para afirmar, juzgar, comparar y en suma para decidir y hacer todo lo que decidimos y hacemos en relación a otros seres humanos.”¹⁶

La psicoterapia es un campo definido de acción dentro de la psicología. La psicología es el estudio científico del comportamiento de los organismos vivos, por ello sus límites se extienden a todos los aspectos del comportamiento: animal y humano, físico y mental, instintivo e intencional, normal o anormal, individual y social. Dado lo anterior la psicoterapia puede revestirse en dos formas básicas amplias: La primera se aplica a comportamientos normales del desarrollo humano; es decir a comportamientos exhibidos no alta o gravemente disfuncionales ni alterados, sin patología aguda o severa. La finalidad de esta forma de psicoterapia es poner énfasis en el desarrollo del potencial humano creativo y constructivo, aumentando más que centrarse en la capacidad destructiva del comportamiento. A esta forma de psicoterapia se le llama Orientación Psicológica y a los profesionales que la ejercen, reciben el nombre de Orientadores o Consejeros Psicológicos. La segunda forma se enfoca al comportamiento humano, con problemas graves o moderadamente disfuncionales, con cierto rango o grado de patología, y a la solución de problemas psicológicos o conductuales que afectan al individuo y/o a los demás.

“Las definiciones de psicoterapia a menudo emanan diversos enfoques de los campos profesionales en los que se utiliza: la psiquiatría, la psicología clínica, el trabajo social, la educación, el servicio pastoral de sacerdotes o ministros de culto, por lo anterior, se comprenden diversas definiciones que involucran diferentes teorías y técnicas propias para cada profesión.

La definición de psicoterapia que aquí se ofrece es amplia y aplicable a diversos enfoques teóricos y niveles de tratamiento. Psicoterapia en la definición de Wolberg, es de naturaleza emotiva, en la cual una persona entrenada deliberadamente establece una relación profesional con el paciente, con el objeto de remover, modificar o aminorar los problemas que existen, actuar en los esquemas perturbadores de comportamiento, promover un crecimiento y desarrollo positivo de la personalidad. La psicoterapia es ejercida por tres tipos de profesionales entrenados específicamente para ello: los psiquiatras, los psicoanalistas y los psicólogos clínicos.

El Psiquiatra es un doctor en medicina que ha completado al menos tres años de entrenamiento residencial en psiquiatría, se especialista en diagnóstico, tratamiento y prevención de desordenes mentales y emocionales.

El psicoanalista es un psiquiatra, o psicólogo clínico con grado doctoral en psicología clínica, que ha recibido entrenamiento adicional en la técnica psicoanalítica y ha sido analizado por un psicoanalista certificado por la asociación psicoanalítica.

¹⁶ Op. Cit. Harrsch, Catalina. Páginas 180-181

El psicólogo clínico debe poseer un grado académico en Psicología Clínica. El psicólogo clínico, necesita antes que nada establecer su propia identidad profesional por medio de: una formación curricular sólida y adecuada en una institución de reconocido prestigio, experiencias de practica supervisada por expertos, lo cual proporciona el yo empírico, el desarrollo personal armónico e integral de vida y trabajo, lo cual proporciona el yo individual.

El especialista en el campo de la salud mental “deberá poseer instrumentos conceptuales y habilidades prácticas que lo capaciten para un ejercicio profesional de alto nivel.

Obtendrá un conocimiento global de la disciplina y maneja las principales técnicas de evaluación, planeación e intervención en los diferentes campos de la psicología aplicada. Será capaz de manejar diversas metodologías, según la naturaleza y el planteamiento de la tarea y sabrá relacionar los aspectos psicológicos y sociales del comportamiento.

Pondrá sus conocimientos al servicio de las personas, no sólo para que comprendan mejor su propio mundo objetivo y subjetivo, sino para que puedan relacionarse mejor, entender la realidad social e impulsar una existencia cada día mas justa y más plena”¹⁷.

“Estará abierto al diálogo con otros profesionales de diferentes disciplinas, y se manifestará dispuesto a colaborar con ellos en tareas comunes.

Estará interesado en una cultura general y en el conocimiento del hombre más allá del que le proporcione su disciplina. Será una persona cada vez mas conciente de sus propios valores como profesional.

Identificado con su gremio profesional, respetará no sólo a las personas, sino a los planteamientos teóricos y el trabajo de sus colegas. Alcaraz (1988) señala que ayudar al hombre en su relación con el medio ambiente natural y social es tarea del psicólogo. Sin embargo agrega, que aún se llega a considerar a la psicología como ese conocimiento un tanto intuitivo que se tiene acerca de nuestros semejantes, y al psicólogo se le vislumbra como alguien que de un vistazo llega a enterarse hasta de nuestros más íntimos deseos, o bien, no se tiene idea alguna de lo que puede hacer.”¹⁸

“Se puede concluir que el sentimiento de identidad individual, el yo como psicólogo, se estructura en combinación con la identidad del grupo de psicólogos al que se pertenece y con la identidad social comunitaria a la que se dirige el ejercicio profesional de la psicología. El psicólogo sin comunidad no existe”¹⁹.

¹⁷ Op. Cit. Harrsch, Catalina. Página 178

¹⁸ Op. Cit. Harrsch, Catalina. Pàgina 179

¹⁹ Ibid. Pàgina 255

“El hombre sólo alcanza su esencia con el desarrollo de su conciencia, cuando pone en juego su libertad, en las realizaciones histórico-culturales. Sólo así se revela la esencia del hombre (Coreth 1961).

Lartigue (1978), cita a Salcedo, quien define la conciencia como la facultad por la que el ser se da cuenta de qué es, en el nivel que realiza la noción de ser; por lo tanto, el plano de la cualidad y por lo tanto también de su ser en proceso.

Desde Descartes, la experiencia interna es comúnmente llamada conciencia. Verneaux (1971) la define como un modulo muy especial de conocimiento: la experiencia que el sujeto tiene de sí mismo. Así, la mejor forma de entender la propia identidad como un sí mismo es dirigir una mirada introspectiva a la experiencia propia. En la medida que el hombre realiza sus potencialidades como persona experimenta la alegría más profunda a la que el ser humano pueda llegar.

Ser uno mismo no es una meta fija y sólo se da cuando se está abierto a la percepción de lo que existe. La experiencia de ser consciente y responsable de lo que se es, ocurre cuando se tiene el coraje de ser, de vivir según los valores internos y de expresarse de manera personal. Conocer, sentir y querer es la experiencia humana, vivenciarla es cumplir con la responsabilidad más profunda del hombre, es decir, estar en proceso de llegar a ser, de convertirse en persona (Rogers 1961).

Erikson (1967) señala que la identidad profesional se basa en experiencias de aprendizaje decisivas durante los años formativos de la primera vinculación con el campo elegible.

Con el objeto de explicar como se desarrolla el proceso de formación de la identidad profesional, se tomó como base el marco teórico de Erikson (1978), pues su conceptualización sobre el proceso evolutivo de la personalidad es, el mas adecuado por su paralelismo con el proceso de formación profesional, ya que aquí se intenta integrar los elementos históricos y sociales que constituyen el desarrollo de los individuos psicológicos.”²⁰

²⁰ Op. Cit. Harrsch, Catalina. Páginas 223-224

PREMISAS

1. La Inteligencia Emocional es la clave en la vida total de la persona.
2. El estudiante de psicología tiene que apropiarse de la inteligencia emocional y manejarla adecuadamente, para satisfacer su estado afectivo.
3. El estudiante de psicología tiene que ver la inteligencia emocional de forma retrospectiva, vinculada a otros temas y nombres, ya que la búsqueda del equilibrio emocional ha sido constante a lo largo del desarrollo humano.
4. Los profesionales del campo de la salud mental, deben poseer y manejar instrumentos psicométricos, sobre el tema de inteligencia emocional.
5. Se considera importante que la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala incluya dentro del pensum de estudios una temática que permita incrementar la inteligencia emocional en estudiantes de la Licenciatura en Psicología.
6. Los nuevos retos y problemas de la realidad nos hacen tornar la mirada al tema de la Inteligencia Emocional para propiciar el desarrollo humano.
7. La Inteligencia Emocional como tema de reciente impulso debe ser investigado, propuesto y operativizado en todos los campos de la vida.

HIPÓTESIS:

Para la aplicación del instrumento de inteligencia emocional en estudiantes del primer año de la licenciatura en psicología, inscritos al año dos mil tres, se planteó la siguiente hipótesis de investigación.

Hipótesis de Investigación:

Los estudiantes del primer año de la licenciatura en psicología, poseen un cociente emocional en términos normales, predominando principalmente dos de las cinco áreas de la inteligencia emocional: autorregulación y automotivación.

Variable Independiente:

Cociente Emocional: Se entiende por cociente emocional a las cualidades emocionales interpersonales e intrapersonales, la capacidad que tiene el ser humano para responder de la mejor manera a las exigencias del mundo.

Variable Dependiente:

Grado Académico.

INDICADORES :

Variable Independiente:

- Auto conocimiento,
- Autorregulación,
- Motivación,
- Empatía,
- Habilidades Sociales.

Variable Dependiente:

- Mejora la conciencia emocional,
- Mejor control de impulsos, mayor confiabilidad de si mismo,
- Obtendrá mejor confianza en si mismo, mejor logro, mayor optimismo,
- Buena comprensión y desarrollo hacia los demás, adecuada conciencia política,
- Comunicación adecuada, buena cooperación, liderazgo de grupo y trabajo en equipo, compromiso e iniciativa propia y un buen auto control, además de buena innovación e integridad personal.

CAPITULO II

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Del total de 654 estudiantes inscritos al año 2,003 del primer año de la Licenciatura en Psicología se tomó una muestra de 100 en estudiantes equivalente al 15.29% del total de la población, que aceptaron y mostraron disponibilidad para la aplicación del instrumento de inteligencia emocional en el que se incluyeron las 5 áreas, relacionadas con las 24 competencias; distribuidas en 75 preguntas.

Áreas	Tabulación de Resultados: Competencias	Número de Pregunta
Auto conocimiento	Conciencia Emocional	1, 6, 16
	Valoración Adecuada	25, 51, 58
	Confianza en sí mismo	11, 46, 61
Autorregulación	Autocontrol	2, 26, 32
	Confiabilidad	7, 12, 21
	Integridad	17, 52, 74
	Innovación	22, 39, 59
	Adaptabilidad	4, 27, 60
Auto motivación	Logro	8, 53
	Optimismo	28, 62
	Compromiso	13, 40, 44
	Iniciativa	18, 33, 35
Empatía	Compromiso de los demás	45, 48, 65
	Orientación hacia el servicio	14, 63, 75
	Desarrollo de los demás	50, 64, 72
	Aprovechamiento de la diversidad	41, 49, 73
	Conciencia política	23, 29, 34
Relaciones Interpersonales	Influencia	5, 30, 37
	Comunicación	10, 42, 55
	Gestión de Conflictos	15, 56, 68
	Liderazgo	20, 38, 66
	Catalizadores de cambio	24, 57, 67
	Trabajo en equipo	36, 43, 69
	Cooperación	70, 71

TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS DE TRABAJO

Se eligió una muestra de tipo investigativo al azar de 100 estudiantes del primer año de la carrera de la Licenciatura en Psicología inscritos al año 2,003, luego se procedió a distribuir el instrumento de inteligencia emocional a los estudiantes, el que contempla las 5 áreas de la inteligencia emocional con sus respectivas competencias; en el que los estudiantes respondieron.

TÉCNICAS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICO, DESCRIPCIÓN E INTERPRETACIÓN DE DATOS.

Para poder interpretar los resultados del instrumento primero se ordenó la información, luego se clasificó y tabuló adecuadamente los resultados, luego se realizaron las graficas para obtener un análisis cuantitativo seguidamente se interpretaron los datos para poder realizar un análisis cualitativo del instrumento aplicado a los estudiantes del primer año de la carrera de la licenciatura en psicología. Las gráficas que se utilizaron para su interpretación fueron diagrama de barras.

CAPITULO III

PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

La aplicación del instrumento de Inteligencia Emocional se realizó en las instalaciones de la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, ubicada en el Centro Universitario Metropolitano –CUM- Edificio “A”, 9na. Avenida 9-45 de la zona 11 de la ciudad de Guatemala, en donde el propósito principal es brindar a los alumnos una educación integral, que satisfaga las necesidades individuales en la formación profesional de psicólogos.

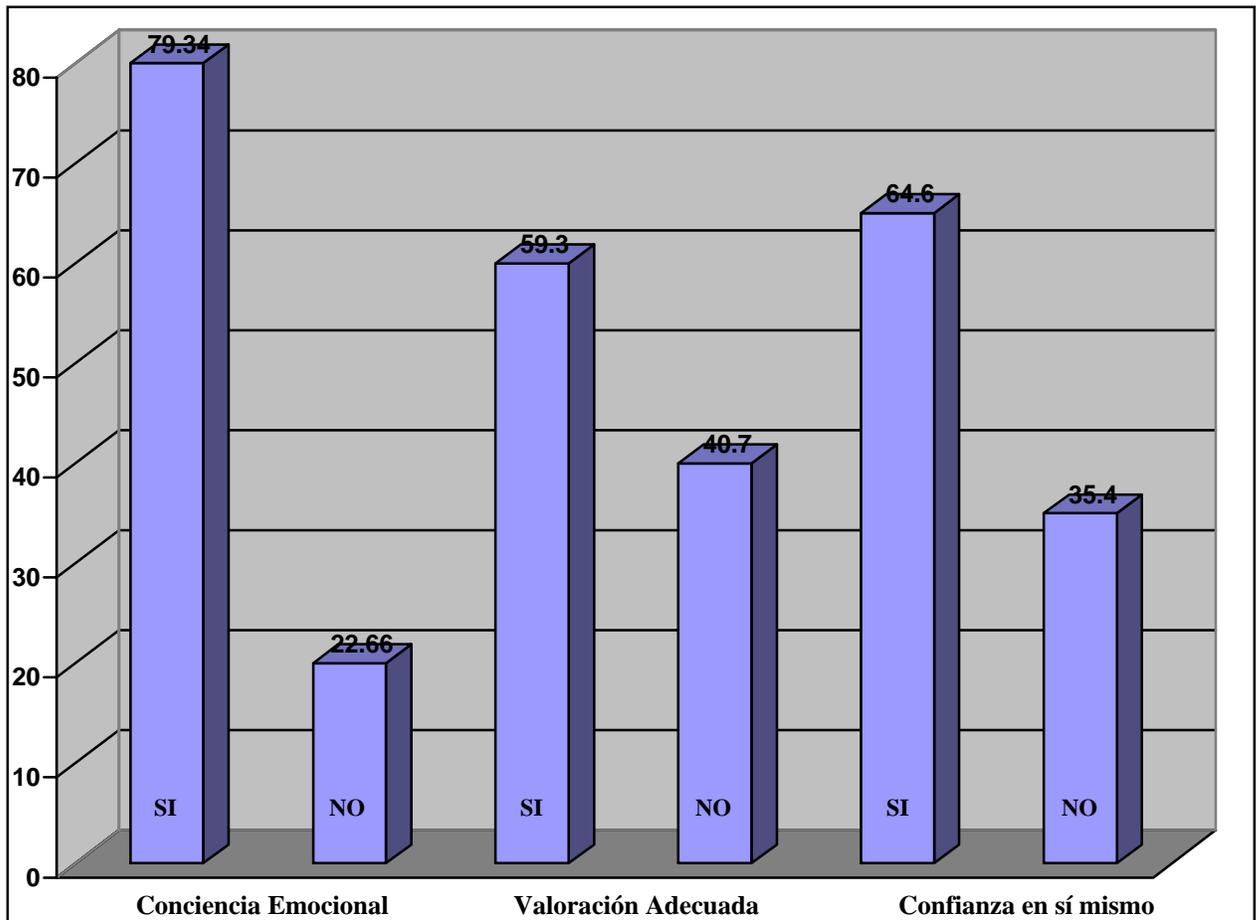
Participaron en la aplicación 100 estudiantes del primer año de la carrera de la Licenciatura en Psicología, jornada vespertina inscritos al año 2,003, en los cuales los estudiantes evidenciaron sus habilidades y capacidades en las cinco áreas de la inteligencia emocional: auto conocimiento, autorregulación, auto motivación, empatía y relaciones interpersonales.

Para realizar el análisis de los resultados de forma eficaz y objetiva se tabularon los resultados obtenidos en el instrumento que contempla setenta y cinco preguntas.

De acuerdo a los datos obtenidos en el instrumento de Inteligencia Emocional, hay evidencias que el estudiante maneja adecuadamente algunas de las áreas de la inteligencia emocional, por otra parte existen algunas debilidades, en donde se requiere que se trabaje y estimule estas áreas para poderlas fortalecer e incrementar en los estudiantes de psicología.

A continuación se presenta las graficas de los resultados obtenidos por los estudiantes en la aplicación del instrumento:

No. 1 Valoración del Instrumento de Inteligencia Emocional
Área de Autoconocimiento (A C)



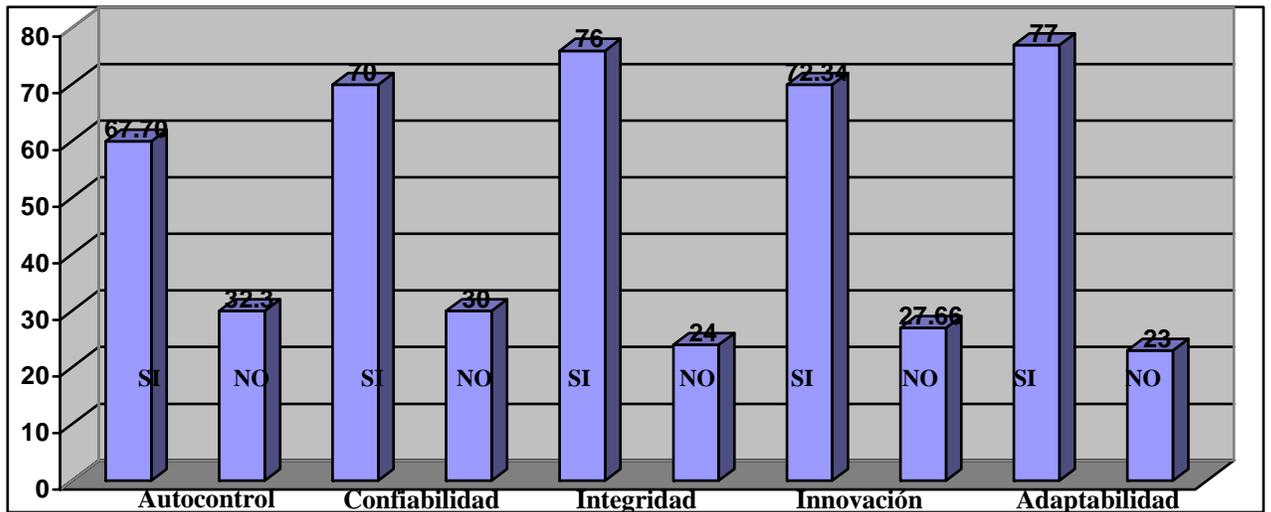
Fuente> Instrumento aplicado alumnos del primer año de la Licenciatura en Psicología inscritos al 2,003.

INTERPRETACIÓN:

Al evaluar las tres competencias del área e Autoconocimiento: conciencia emocional, valoración adecuada y confianza en si mismo, se observa que un 79.34% reporta tener conciencia de sus emociones; seguido de la confianza en si mismo en un 64% y la Autovaloración adecuada la reporta un 59.3%; de los cuales un 22.66% dice no tener conciencia de sus emociones, un 40.7% no tiene valoración adecuada de si mismo y un 35% no reporta confianza en si mismo.

Lo que nos lleva a concluir que se es consciente a las emociones en un buen porcentaje casi un 80%, para la autoevaluación adecuada y la confianza en si mismo no superan el 65% afirmativo en las respuestas obtenidas.

No. 2 Valoración del Instrumento de Inteligencia Emocional
Área de Autorregulación (A R)

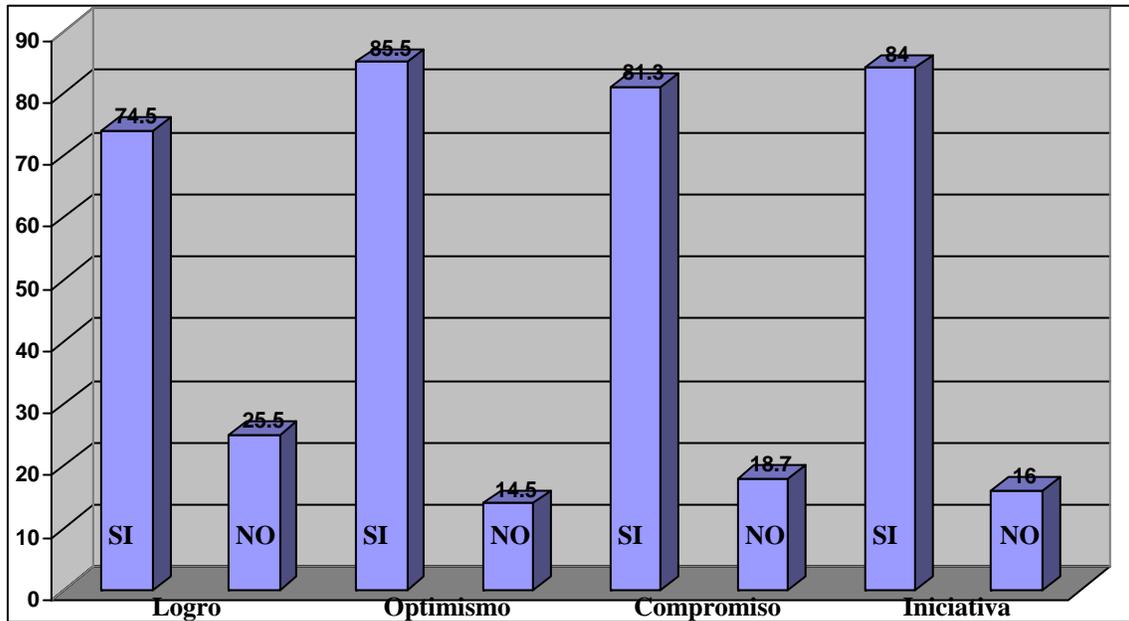


Fuente> Instrumento aplicado alumnos del primer año de la Licenciatura en Psicología inscritos al 2,003.

INTERPRETACIÓN:

En el área de autorregulación conformada por autocontrol, confiabilidad, el promedio de las respuestas afirmativas alcanza el 72.60% y el promedio de las respuestas negativas es de 27.39% lo que nos lleva a reflexionar que las competencias de esta área son una fortaleza en más del 70% de los estudiantes de Psicología.

No. 3 Valoración del Instrumento de Inteligencia Emocional
Área de Automotivación (A M)



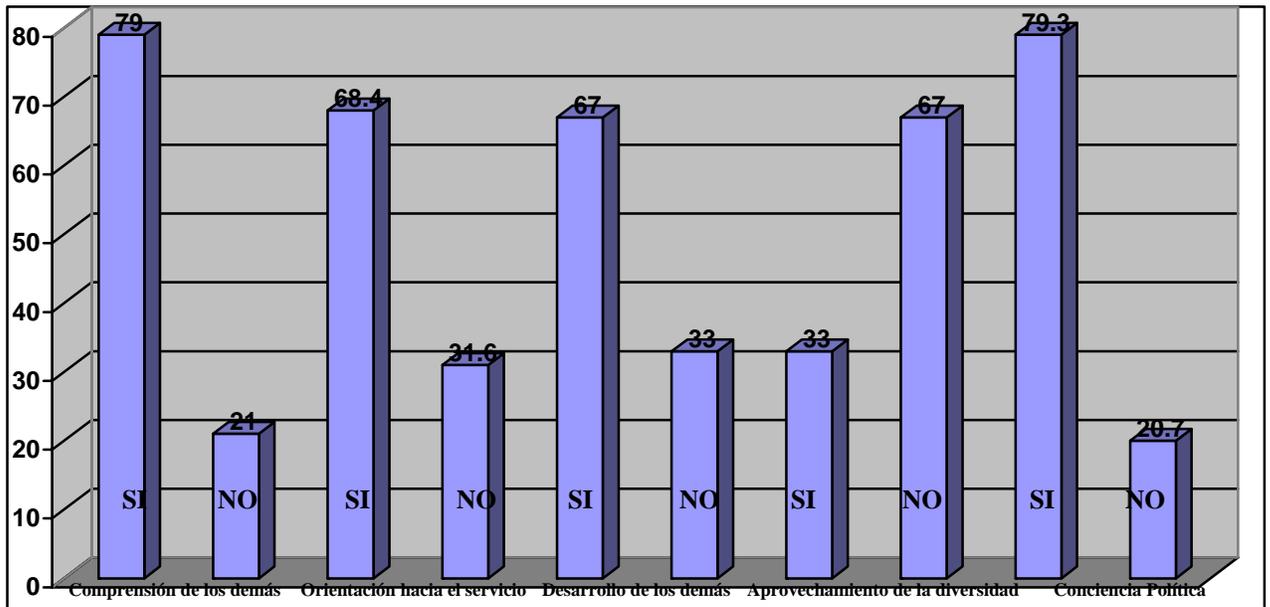
Fuente> Instrumento aplicado alumnos del primer año de la Licenciatura en Psicología inscritos al 2,003.

INTERPRETACIÓN:

El en área de la automotivación se observa optimismo en (85.5%) iniciativa (84%) compromiso (81.3%) logro (74.5%) lo que evidencia la actitud a los objetivos en el proyecto de vida unido a la productividad y al logro.

No. 4 Valoración del Instrumento de Inteligencia Emocional

Área de Empatía (E M)

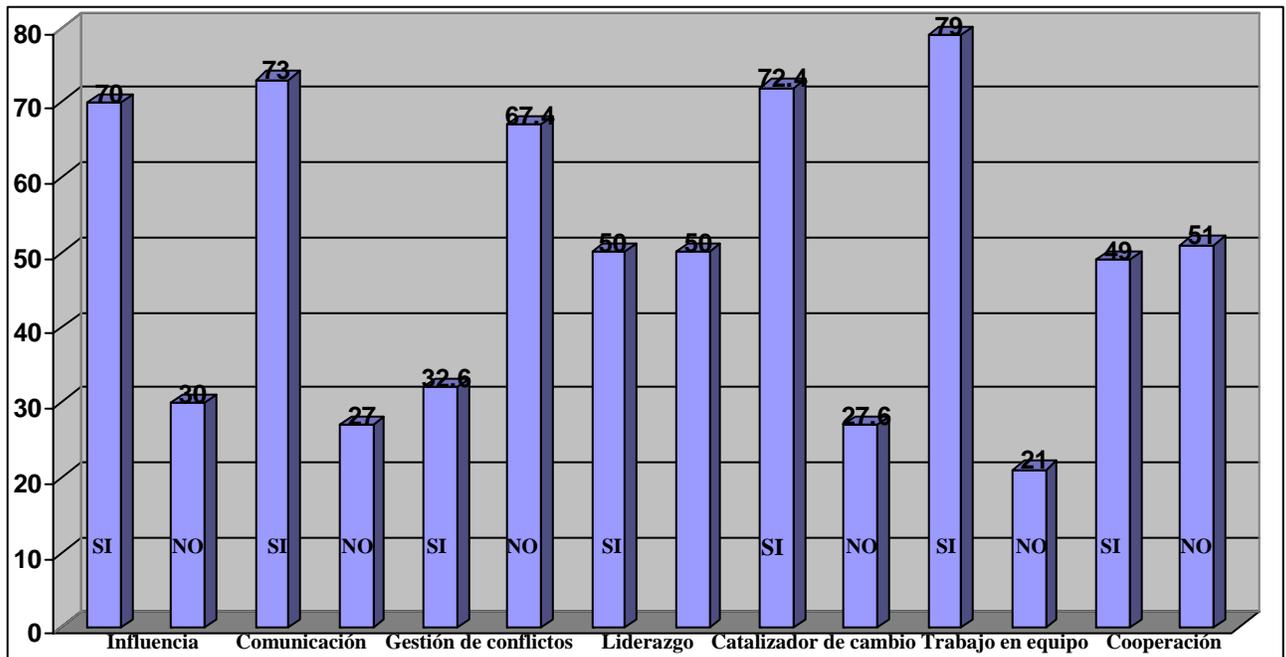


Fuente> Instrumento aplicado alumnos del prime año de la Licenciatura en Psicología inscritos al 2,003.

INTERPRETACIÓN:

El área de la empatía esta conformada por las siguientes competencias: comprensión de los demás, orientación hacia el servicio, desarrollo de los demás, aprovechamiento de la diversidad, conciencia política, constituyen características importantes en el trabajo psicologico. Se observan porcentajes positivos elevados mientras en la competencia; aprovechamiento de la diversidad, se observa que las respuestas negativas superó a las positivas, lo que nos lleva a pensar en componentes ideológicos de percepción de la realidad en la que no se valora y potencializa la realidad.

No. 5 Valoración del Instrumento de Inteligencia Emocional
Área de Relaciones Interpersonales (R I)

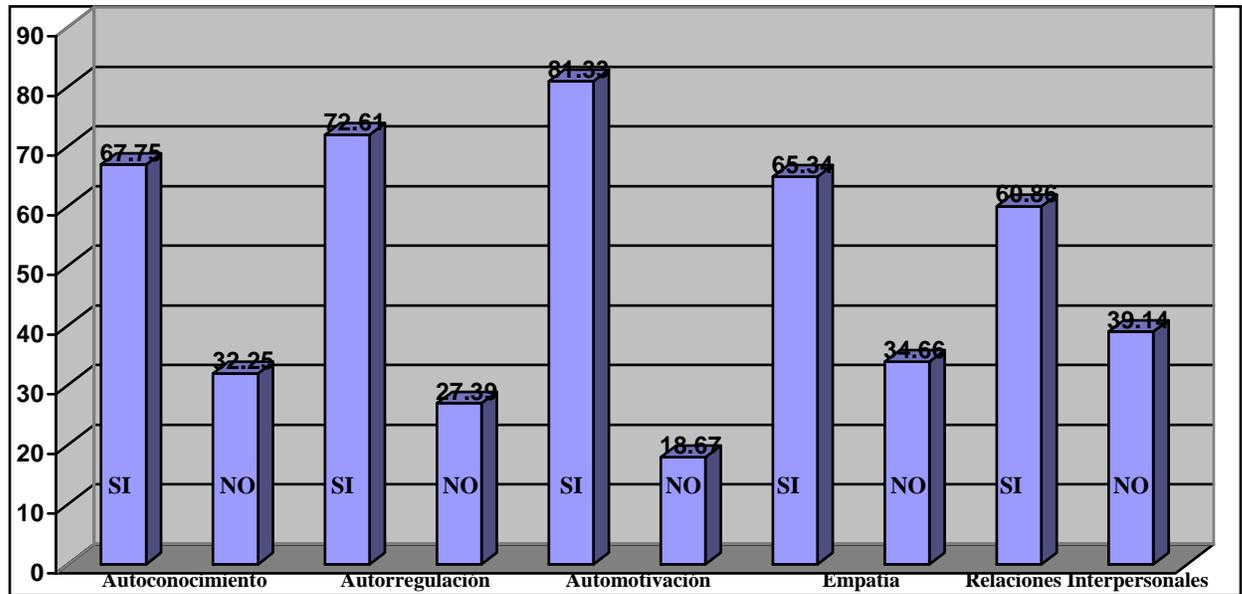


Fuente> Instrumento aplicado alumnos del primer año de la Licenciatura en Psicología inscritos al 2,003.

INTERPRETACIÓN:

El área de Relaciones interpersonales, revela ciertas discrepancias; por un lado se observan porcentajes positivos arriba del 70% en las competencias: trabajo en equipo (79%) comunicación (73%) catalizadores de cambio (72.4%) Influencia (70%) que contrastan con porcentajes distribuidos equitativamente con liderazgo (50% frente 50%) y cooperación (49% frente a 51%), esto nos sugiere que se manejan adecuadamente las relaciones de trabajo como equipo y comunicación, influencia y mediadores de cambio. No así habilidades más desiguales como el liderazgo. La cooperación que muestra una distribución de 49% a 51% es un indicador de las relaciones sociales donde la competitividad entre individuos o grupos no impulsa la cooperación.

No. 6 Valoración del Instrumento de Inteligencia Emocional en las cinco áreas: Autoconocimiento, Autorregulación, Automotivación, Empatía y Relaciones Interpersonales



Fuente> Instrumento aplicada a alumnos del primer año de la Licenciatura en Psicología, inscritos al dos mil tres.

Interpretación: Se puede observar en la gráfica número seis de las áreas de la Inteligencia Emocional, que los porcentajes más significativos le corresponden a dos áreas: automotivación (81.33%) lo que significa que el estudiante posee un autodominio emocional y sirve a todo goce de logros, suelen ser mucho más productivos a lo que realizan. La segunda le corresponde a la Autorregulación, los estudiantes controlan sus sentimientos de un momento a otro, son mejores guías en su vida, y tienen una noción mas segura de lo que sienten realmente con respecto a la decisión personal. El restante de las áreas ocupa un porcentaje del sesenta por ciento (60%) lo que nos hace reflexionar que se deben incrementar estas áreas en el estudiante de Psicología, ya que deben ser una fortaleza en el manejo adecuado de sus emociones.

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES:

1. Se comprueba la hipótesis: Los estudiantes del primer año de la Licenciatura en Psicología, poseen un cociente emocional en términos normales, predominando principalmente dos de las cinco áreas de la inteligencia emocional: autorregulación y automotivación.
2. Los estudiantes del Primer Año de la carrera de Licenciatura en Psicología, en un buen porcentaje manejan adecuadamente, el área de autoconocimiento, siendo esta una de las habilidades requeridas para el buen manejo de las emociones.
3. Los estudiantes de la Licenciatura en Psicología muestran una fortaleza respecto al área de auto motivación, manifestando una buena satisfacción hacia el logro, optimismo, compromiso e iniciativa, en lo que emprenden o realizan.
4. En el área de empatía los estudiantes mostraron una aceptación hacia todas sus competencias, excepto la competencia “aprovechamiento de la diversidad” aquí el estudiante no valora ni potencializa la diversidad, se debe concientizar al estudiante de la importancia que tiene ésta en el buen o mal desempeño en el campo profesional, incorporándola como una variedad en la tarea.
5. Los estudiantes del primer año de la carrera de la Licenciatura en Psicología, manejan adecuadamente sus habilidades y destrezas emocionales que junto con la inteligencia intelectual integran un equilibrio emocional en el ser humano.
6. Los estudiantes del Primer Año de la carrera de Licenciatura en Psicología, mostraron una actitud positiva de colaboración hacia la aplicación del instrumento de inteligencia emocional, permitiendo obtener datos significativos en la investigación.
7. Quien conoce sus emociones es capaz de canalizarlas adecuadamente y desarrollar sus habilidades en su propio beneficio, y en el de otras personas para la construcción de nuevos proyectos de vida.
8. El conocimiento emocional nos permite recuperar nuestra vida y salud, y preservar nuestras metas y objetivos, fortalecer nuestra familia, entablar relaciones amorosas y duraderas y tener buenos resultados en el trabajo.

9. Fortalecer el área de relaciones interpersonales, en los estudiantes de primer año de la carrera de licenciatura en psicología, con talleres motivacionales ya que fue esta una de las áreas más bajas de la inteligencia emocional.
10. Se hace necesario incorporar el tema de Inteligencia Emocional en el pensum de estudios de la carrera de Psicología a fin de habilitar y desarrollar las áreas y competencias que la conforman.

RECOMENDACIONES:

1. Incrementar y fortalecer por medio de talleres, conferencias, clases didácticas y todo material que incluya Inteligencia Emocional a estudiantes de Psicología, para obtener un beneficio motivacional y de quienes demandarán sus servicios en el futuro, lo que incluye a la institución de la Escuela de Ciencias Psicológicas como mediadora.
2. Propiciar en el estudiante una actitud investigativa, para que se interese más sobre el tema de inteligencia emocional y que la incluya en su formación profesional, tanto en forma autodidáctica como dirigida.
3. Proporcionar al estudiante de la carrera de Licenciatura en Psicología, material didáctico actualizado sobre el tema de inteligencia emocional por parte de la Escuela de Ciencias Psicológicas, ya que quien más conoce sobre este tema mejor maneja sus beneficios y obtiene mejores resultados a nivel personal y de grupo y por ende beneficia a las instituciones y a la sociedad guatemalteca.
4. Aplicar instrumentos de inteligencia emocional a estudiantes de psicología, para poder obtener datos que permita detectar, destrezas y habilidades así como deficiencias para poder superarlas en el transcurso de su proceso de formación profesional.
5. Incluir talleres motivacionales de inteligencia emocional en algunas de las temáticas del pensum de estudios de la carrera de Licenciatura en Psicología, para que el estudiante pueda tener la experiencia de obtener mejores resultados al incrementar la inteligencia emocional y propiciar estos aprendizajes, en los individuos, grupos, empresas e instituciones a los que se proyecte.
6. Incluir en el pensum de estudios de la Escuela de Ciencias Psicológicas las cinco áreas de la Inteligencia Emocional: autoconocimiento, autorregulación, automotivación, empatía y relaciones interpersonales, cada una con sus respectivas competencias.

BIBLIOGRAFÍA

- ❖ Aguilar Kubli, Eduardo.
DESCUBRE TUS EMOCIONES
Editorial Arbol, 1999 México Distrito Federal.
- ❖ Cerda, Enrique.
UNA PSICOLOGÍA DE HOY
Editorial Herder, 1977.
- ❖ Gispert, Carlos
ENCICLOPEDIA OCÉANO
Ediciones Océano, Barcelona España.
- ❖ Goleman, Daniel
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL
Edición Javier Vergara.
- ❖ Goleman, Daniel
LA PRACTICA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL
Editorial Kairos.
- ❖ Harrsch, Catalina
IDENTIDAD DEL PSICÓLOGO
Educación Pearson.
- ❖ Martín, Doris
¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?
Editorial Edof, Madrid España
- ❖ Nieto Ezequiel Cardozo
PSICOTERAPIA, PRINCIPIOS Y TÉCNICAS
Editorial Patx, México 1994
- ❖ Shapiro, Laurence
INTELIGENCIA EMOCIONAL
Editorial Vergara, Buenos Aires Argentina 1997.
- ❖ Wolf, Werner
INTRODUCCÓN A LA PSICOLOGÍA
Editorial Fondo de Cultura Económica, México 1962.

ANEXO: INSTRUMENTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

INSTRUCCIONES:

Marque con una X en el espacio correspondiente la respuesta que considere mas adecuada la pregunta.
No hay respuestas buenas ni malas, es importante su honestidad y sinceridad.

- | | | |
|--|----|----|
| 1o. Soy Capaz de percibir mi estado emocional e identificarlo | SI | NO |
| 2o. Tengo arranques emocionales | SI | NO |
| 3o. Cuando una persona cercana a mi, ha tenido problemas he tratado de ayudarla y escucharla | SI | NO |
| 4o. Me considero una persona de fácil adaptación a cualquier grupo social | SI | NO |
| 5o. Soy capaz de persuadir a otras personas para convencerlos | SI | NO |
| 6o. Alguna vez, he pensando donde radica el valor de mi persona | SI | NO |
| 7o. Tengo confianza en mi mismo, me siento seguro | SI | NO |
| 8o. Cuando alcanzo mis objetivos, pienso en las dificultades superadas para mejorar mis próximos propósitos | SI | NO |
| 9o. He tenido oportunidad de ayudar a los demás y no lo he hecho | SI | NO |
| 10o. Puedo comunicarme y expresarme con calidad, y establecer relaciones interpersonales altamente enriquecedoras | SI | NO |
| 11o. Cuándo obtengo resultados no significativos en mis proyectos, me afecta considerablemente para no realizar un próximo | SI | NO |
| 12o. Puedo hablar con tranquilidad ante cualquier público o en cualquier intercambio social | SI | NO |
| 13o. Cuándo me comprometo ha realizar algo, siempre lo llevo a cabo a pesar de las dificultades | SI | NO |
| 14o. Me considero una persona que he servido activamente al prójimo | SI | NO |
| 15o. Tengo una actitud acusadora ó a la defensiva, ante los problemas que ocurren, ayudará a resolverlos ó a quitármelos de encima | SI | NO |
| 16o. Dedico tiempo a meditar acerca de las actividades que realizo en mi vida | SI | NO |
| 17o. Me es muy fácil entusiasmar a otras personas | SI | NO |
| 18o. Me gusta tomar la iniciativa para resolver mis problemas, aunque tenga el apoyo de mi familia y mis amigos | SI | NO |
| 19o. Reconozco las capacidades y habilidades de los demás | SI | NO |
| 20o. Me considero un líder (u otros me lo han dicho) | SI | NO |
| 21o. Constantemente valoro las actividades que realizo, por muy pequeñas e insignificantes que estas parezcan | SI | NO |
| 22o. Me gusta realizar cosas nuevas, pero que sólo sean a corto plazo | SI | NO |
| 23o. Dentro de un grupo o institución, soy capaz de identificar las claves del poder | SI | NO |
| 24o. Tengo la habilidad para realizar cambios positivos | SI | NO |
| 25o. Me coloco una mascara para qué los demás no se den cuenta quien soy realmente | SI | NO |
| 26o. A veces puedo estar de mal humor sin saber porqué | SI | NO |
| 27o. Me puedo adaptar fácilmente a trabajar en un grupo bajo presión, aunque no este acostumbrado | SI | NO |
| 28o. Me considero una persona optimista y perseverante | SI | NO |
| 29o. En una red social, soy capaz de determinar, cuál es la persona más significativa e importante | SI | NO |

30o. Busco el consenso y apoyo de los demás, al exponer mis opiniones, destacando los hechos de una situación para convencer	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
31o. Cuando cometo errores, me siento incomodo, conmigo mismo	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
32o. Habitualmente cuando me encuentro en un grupo de amigos, y no soporto las bromas, y ellas van dirigidas hacia mí controlo la situación y no me enfado	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
33o. Trabajo por mi mismo o por lo menos puedo empezar mi propio negocio	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
34o. Comprendo con facilidad las fuerzas que modelan el pensamiento de otros	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
35o. Muestro respeto, disponibilidad y cooperación para motivar la participación en grupo	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
36o. Consolido la identidad grupal y el compromiso, cuidando el grupo y su reputación y compartiendo los méritos	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
37o. Tengo la habilidad para moldear cambios en otros	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
38o. Siempre trato de imitar a un líder, porque yo quiero llegar a ser uno de ellos	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
39o. Me gusta descubrir cosas nuevas corriendo riesgos, a cosas que ya conozco sin experimentar Peligros	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
40o. Me esfuerzo constantemente para realizar las tareas que planifico	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
41o. Considero que las relaciones sociales, son sólo una pérdida de tiempo	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
42o. Creo que comunicarme indirectamente con las demás personas es buena idea	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
43o. Me siento muy bien cuando trabajo en equipo	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
44o. Soy capaz de asumir mis propias decisiones por muy complicadas que estas parezcan	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
45o. Cuando he manifestado cólera, utilizo mecanismos de defensa que no afecten a los demás	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
46o. Me considero una persona sincera, que todos puedan confiar en mi	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
47o. Soy capaz de cambiar constantemente de personalidad	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
48o. Cuando mis amigos me han necesitado, siempre he estado con ellos para apoyarlos	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
49o. Pienso que los hombres son mucho más inteligentes y astutos que las mujeres	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
50o. Soy capaz de mostrar confianza a alguien, aunque ella o él no lo proyecte	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
51o. Siempre me rijo por mis principios morales y éticos aunque ellos no me conduzcan a lo que deseo	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
52o. Comparto las opiniones de los demás, aunque a veces no este de acuerdo con ellos	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
53o. He pensado alguna vez que el mayor logro personal en mi vida radica en mis actitudes	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
54o. Cuando he ayudado a alguien en la solución de sus problemas lo he hecho desinteresadamente	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
55o. Puedo comunicarme con facilidad con algunas personas que acabo de conocer	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
56o. Pienso que los conflictos que he experimentado, han sido provenientes siempre de segundas y de terceras personas y no de mi persona	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
57o. Estoy dispuesto a realizar cambios en mi vida, cuando las demás personas justifican mis actitudes	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
58o. Doy validez a las tareas que realizo, aunque estas sean cualitativas y no cuantitativas	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
59o. Cuando realizo mis proyectos pienso en la trascendencia que ellos tendrán en la opinión pública	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
60o. Me siento cómodo cuando en una reunión social, no soy del todo aceptado, pero que uno de ellos me muestra confianza y seguridad	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO

- 61o. Constantemente tengo seguridad en mi mismo, aunque haya fracasado varias veces,
y esté por realizar un nuevo proyecto SI NO
- 62o. Constantemente pienso que todo lo que tengo por realizar, lo tengo que realizar de una u otra forma SI NO
- 63o. Cuando me han solicitado ayuda, para mejorar la comunidad me he negado aunque tenga
todas las posibilidades de cooperar SI NO
- 64o. Me gusta ayudar a los demás, cuando puedo pero con ciertas limitaciones ya que siempre me
gusta ser el número uno SI NO
- 65o. Una persona cercana a mí, me pide que le ceda mi lugar porque ella quiere experimentar cambios
Positivos que ha observado en mí, yo cedo con facilidad SI NO
- 66o. Considero que la afirmación "un líder se hace, no nace" es cierta SI NO
- 67o. Se dirige hacia mí una persona muy cercana, haciéndome ver que mi comportamiento no es
el adecuado estoy dispuesto a cambiar con facilidad SI NO
- 68o. En una discusión verbal, yo soy siempre el que tengo la razón por ser el más inteligente SI NO
- 69o. Cuando trabajo en equipo, siempre pienso en los intereses que mueven el grupo o exclusivamente
los míos SI NO
- 70o. Me gusta cooperar con la gente, siempre y cuándo obtenga méritos personales SI NO
- 71o. Me siento satisfecho, porque dentro del núcleo familiar, soy el que siempre está dispuesto
a colaborar en todo SI NO
- 72o. Comparto mis opiniones que me han llevado al éxito con las demás personas SI NO
- 73o. Considero que las demás personas poseen cualidades y destrezas que yo no poseo,
pero que puedo imitar SI NO
- 74o. Me gusta involucrarme con la gente distinta a mí, porque de ellos aprenderé mucho SI NO
- 75o. Me considero una persona útil a la comunidad SI NO

¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!

GLOSARIO

- ❖ *ACTITUD*: Modo de dirección u orientación; modo de proceder selectivo. Actitud anímica frente a una persona, una idea, una cuestión, una cosa asociada a una evaluación o a una expectativa.
- ❖ *ANIMOSIDAD*: Actitud que se orienta inconscientemente al ánimo y origina aversión a lo imperfecto o insuficiente.
- ❖ *CONSCIENCIA*: Modo de existencia peculiar en el que existen vivencias, procesos psíquicos que son experimentados inmediatamente por el sujeto, como percepciones, recuerdos, sentimientos, pensamientos, etc. La consciencia es el contenido total de la experiencia del yo.
- ❖ *EMOTIVIDAD*: Grado en el que se emociona una persona por las impresiones recibidas, mayor o menor facilidad de emocionarse.
- ❖ *EMPATÍA*: Propiedad de revivir las vivencias de otras personas, especialmente su estado emocional; capacidad de situarse en su lugar.
- ❖ *HIPOTALAMO*: Parte del cerebro intermedio que desempeña un importante papel en la regulación de la temperatura, los latidos cardiacos y el metabolismo. Centro coordinador de la expresión corporal de las vivencias emotivas.
- ❖ *IRA*: Forma de excitabilidad afectiva. Según Lersch la ira es siempre destructura. En la ira las fuerzan expansivas reaccionan contra lo que las limita o pueden limitarlas.
- ❖ *PROYECCIÓN*: Desplazar al exterior procesos interiores. Desplazamiento inconsciente de impulsos instintivos, sentimientos, faltas, culpas, etc.; propios de otras personas, situaciones u objetos. El mecanismo de proyección es utilizado con finalidades diagnósticas.
- ❖ *REACCIÓN*: Conducta de respuesta a un estímulo o a una situación de estímulo en forma de movimientos (reflejos) actos complejos o procesos emocionales con sus manifestaciones.

RESUMEN

El trabajo de investigación fue realizado con los estudiantes del primer año de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de San Carlos de Guatemala; este consistió en la aplicación de un instrumento de Inteligencia emocional, en el que se incluyeron las cinco áreas, que según Daniel Goleman conforman la Inteligencia Emocional, siendo estas: Autoconciencia, autorregulación, automotivación, empatía y relaciones interpersonales; las tres primeras áreas (autoconciencia, autorregulación y automotivación), corresponden a la capacidad intra psíquica. Las dos últimas áreas (Empatía y relaciones interpersonales), corresponden a las habilidades sociales.

Con los resultados del Instrumento se buscó establecer el cociente emocional de los estudiantes de Psicología, que junto a su cociente intelectual forman el equilibrio emocional.

La Psicología como ciencia se ha enfocado en determinar la actividad psíquica del ser humano, así como en reconocer que las emociones juegan un papel importante en la vida.

Tanto la Inteligencia Emocional y la Inteligencia Intelectual son los componentes que ayudan a dirigir adecuadamente el comportamiento del ser humano.

El estudiante de Psicología debe poseer destrezas y habilidades que le permitan realizar el trabajo profesional con éxito; un buen manejo de las emociones como la ira, el miedo, la alegría, el amor, la sorpresa, la aversión, la depresión, la vergüenza, son automatismos biológicos que están profundamente arraigadas en la historia de la evolución del ser humano, constituyendo este un componente fijo de nuestro programa de comportamiento.

Para tener una comprensión clara acerca de las emociones inteligentes hay que recurrir a grandes teóricos intelectuales, entre ellos, Howard Gardner, Peter Salovey, E. L. Thorndike quienes han aplicado la Inteligencia a nuestras emociones. Ellos como otros teóricos han llegado a la conclusión que quien conoce mejor sus emociones y las maneja positivamente obtiene resultados satisfactorios a nivel personal y a quien presta sus servicios.

Daniel Goleman autor del libro "Inteligencia Emocional", se refiere a este término como: La capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y motivar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos.