

UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS
FACULTAD DE EDUCACION



LA RELACION ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA
CALIDAD DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES

TESIS

PRESENTADA EN CUMPLIMIENTO PARCIAL DE LOS
REQUISITOS PARA EL GRADO DE
LICENCIATURA EN PSICOLOGIA CLINICA

POR
MONICA SARAI RAMIREZ AVILA

CIB
Ej.2



73684

FEBRERO 2011

TL
52.4
R173v
2011
21

UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS
CENTRO DE INFORMACION-BIBLIOTECA

UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS
FACULTAD DE EDUCACION



LA RELACION ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA
CALIDAD DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES

TESIS

PRESENTADA EN CUMPLIMIENTO PARCIAL DE LOS
REQUISITOS PARA EL GRADO DE
LICENCIATURA EN PSICOLOGIA CLINICA

POR
MONICA SARAI RAMIREZ AVILA

FEBRERO 2011

73684

LA RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA CALIDAD
DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES

Tesis
presentada en cumplimiento parcial
de los requisitos para el grado de
Licenciatura en Psicología Clínica

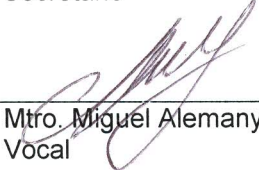
por

Mónica Saraí Ramírez Ávila

APROBADA POR LA COMISIÓN:


Mtro. Géner José Avilés Alatriste
Presidente


Dr. Jaime Rodríguez Gómez
Secretario


Mtro. Miguel Alemany
Vocal

18 Abril 2011

Fecha de aprobación

Universidad de Morelos

Facultad de Educación

LA RELACION ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA
CALIDAD DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES

Trabajo presentado en cumplimiento de los requisitos para
Titulación

por

Mónica Saraí Ramírez Ávila

Febrero de 2011

TABLA DE CONTENIDOS

Capítulo

1. INTRODUCCIÓN

Antecedentes.....	4
Justificación.....	5
Declaración del problema.....	5
Hipótesis.....	6
Objetivos.....	6
Limitaciones.....	6
Delimitaciones.....	6
Supuestos.....	7
Definición de términos.....	8

2. REVISIÓN DE LA LITERATURA

Introducción.....	10
Inteligencia emocional: antecedentes.....	11
Medición de la inteligencia emocional.....	14
Relaciones interpersonales.....	17
Relaciones interpersonales primarias.....	18
Las relaciones interpersonales y la inteligencia emocional.....	20

3. METODOLOGÍA

Introducción.....	23
Tipo de Investigación.....	23
Población.....	24
Muestra.....	24
Procedimiento para recolección de datos.....	25
Operacionalización de variables.....	25
Instrumento.....	26
Análisis de datos.....	29

4. ANÁLISIS DE DATOS

Introducción.....	30
Resultados demográficos.....	30
Resultados de las variables.....	31
Pruebas de hipótesis.....	35
Otros resultados.....	37

5. DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
Discusión.....	39
Conclusión.....	42
Recomendaciones.....	43
ANEXO 1.....	45
ANEXO 2.....	46
REFERENCIA.....	47

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Antecedentes

La inteligencia emocional se define como la habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y la de los demás promoviendo un crecimiento emocional e intelectual ya sea en el individuo o gr̄upo que lo rodea (Mayer y Salovey, 1997). A su vez las relaciones interpersonales afectivas primarias se caracterizan por el trato personal entre individuos, basado en una preocupaci3n genuina por la otra persona como tal; por ejemplo: entre padres e hijos, entre esposos o entre amigos íntimos (Shepar, Southard y Taylor, 2005)

En la última d3cada se han realizado estudios sobre la relaci3n entre la inteligencia emocional y las relaciones interpersonales afectivas. Fitness (2001) encontr3 que las personas que saben percibir, identificar y expresar emociones tienen relaciones interpersonales afectivas m3s satisfactorias.

Por su parte Sechutte, Malouff, Bobik, Coston, Greeson, Jedlicka, Rhodes y Wendorf, (2001) encontraron que existe una correlaci3n positiva entre la inteligencia emocional, la empatía y el autocontrol en las relaciones interpersonales afectivas, dando como resultado una cooperaci3n entre los miembros de la pareja. De igual manera, demostr3 que los participantes que evaluaban la inteligencia emocional de

sus parejas y las percibían como elevadas, mantenían relaciones sentimentales más satisfactorias que aquellos que no las percibían así.

Lopes, Salovey y Straus, (2003) al igual que Extremera y Fernandez-Berrocal (2004a) demostraron que las habilidades de manejo emocional predecían mayores interacciones positivas.

Justificación

En el 2007, por cada 100 enlaces matrimoniales hubo 13 divorcios y en el 2008 por cada 100 enlaces que se realizaron hubo 14; mientras que en el 2000 el porcentaje fue de 7.4 y en 1971 de 3.2 (INEGI, 2010). Es decir, mientras que el número de divorcios crece consecutivamente, el número de enlaces realizados disminuye.

En relación con las cifras ya presentadas, es inevitable cuestionarse por la calidad de las relaciones interpersonales, más específicamente en las relaciones afectivas o sentimentales que se están presentando en la población Mexicana. La presente investigación justifica su realización en la búsqueda de factores que intervengan en la calidad de las relaciones interpersonales afectivas en jóvenes potencialmente aptos para casarse.

Declaración del problema

Con base en los estudios anteriores, la presente investigación tiene como objetivo dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿Existe relación entre la inteligencia emocional y la calidad de las relaciones interpersonales afectivas en los jóvenes estudiantes de la Universidad de Montemorelos?

Hipótesis

Las hipótesis del estudio son las siguientes:

H₁: Existe relación entre la inteligencia emocional y la calidad de relaciones interpersonales en alumnos de 7mo. semestre del ciclo escolar 2010 - 2011 de la Universidad de Montemorelos, Nuevo León, México.

H₀ nula: No existe relación entre la inteligencia emocional y la calidad de relaciones interpersonales en alumnos de 7mo. semestre del ciclo escolar 2010 - 2011 de la Universidad de Montemorelos, Nuevo León, México.

Objetivos

La presente investigación se propone el siguiente objetivo:

Identificar si la inteligencia emocional es un factor predictor para la mejor calidad de las relaciones interpersonales afectivas.

Limitaciones

En este estudio existen ciertas condiciones de las que no se ocupa debido a que no se cuenta con medios y el tiempo necesario para realizarlas, por ejemplo, el no incluir en la investigación a otras instituciones universitarias ya que se sitúan fuera de la localidad.

No obstante, se espera que los resultados del presente estudio puedan generalizarse y aplicarse a instituciones similares.

Delimitaciones

El estudio fue realizado con sujetos del estado de Nuevo León, México y por razones de accesibilidad fue dirigido a los sujetos escolarizados. Se eligieron todos

los alumnos que se encontraban cursando en el séptimo semestre de la carrera, en la Universidad de Montemorelos, estado de Nuevo León, República de México durante el período de Agosto a Diciembre del 2010.

(La Universidad de Montemorelos es una institución educativa privada confesional, que maneja un sistema de internado, albergando aproximadamente a 600 alumnos de diferentes edades en cuatro edificios. De igual manera cuenta con alumnos que residen fuera del campus universitario. Dicha universidad se localiza en la ciudad de Montemorelos, a 80 kilómetros (55 millas) al sur de la ciudad de Monterrey, capital del estado de Nuevo León, en el noreste de México, y a 229 kilómetros (148 millas) al sur de McAllen, Texas, en los Estados Unidos).

Las variables que se consideraron fueron las siguientes: inteligencia emocional y calidad de las relaciones interpersonales afectivas.

Supuestos

La investigación se realizó con las siguientes suposiciones:

1. Los estudiantes con niveles altos de inteligencia emocional muestran una mayor empatía, satisfacción ante la vida y una elevada y mejor calidad en sus relaciones sociales (Ciarrochi, Chany y Caputi, 2000)
2. Las personas que saben percibir, identificar y expresar emociones tienen relaciones interpersonales afectivas más satisfactorias (Fitness, 2001).
3. Se demostró que las habilidades de manejo emocional predecían mayores interacciones positivas (Extremera y Fernandez-Berrocal, 2004a; Lopes, et al. 2003)

Definición de términos

En este estudio se hace necesario definir los siguientes términos para una mejor comprensión de los asuntos a tratar:

1. Inteligencia emocional: hace referencia al conjunto de aptitudes relacionadas con una adecuada utilización de las emociones propias y la comprensión de las ajenas con el objetivo de mejorar las relaciones entre individuos. Según el psicólogo estadounidense Daniel Goleman, -quien popularizó este concepto y lo llevó a la práctica empresarial-, la inteligencia emocional puede definirse como la capacidad para reconocer sentimientos en sí mismo y en otros, siendo hábil para manejarlos al trabajar con los demás (Goleman y Cherniss, 2005).

Recientemente Mayer y Salovey (1997) dieron un mayor énfasis al significado de las emociones, utilizándolas para razonar y de esta manera resolver problemas. Separaron el concepto en tres esferas importantes: primero, la habilidad de percibir de forma correcta, evaluar y expresar las emociones propias y de los demás; segundo, la habilidad para acceder y/o generar los sentimientos cuando puedan facilitar el pensamiento y tercero, la habilidad para regular las emociones con el objetivo de crecer emocional e intelectualmente. (Augusto, Aguilar y Salguero, 2008; Fernandez-Berrocal y Extremera, 2005; Sarrio, Barbera, Ramos y Candela, 2002).

2. Relaciones Interpersonales primarias: se caracterizan por el trato personal entre individuos, basado en una preocupación genuina por la otra persona como personalidad total en sí misma, como madres e hijos, esposos y esposas o amigos íntimos (Shepar, et al. 2005). Para fines del presente estudio se tomaran solamente

las relaciones heterosexuales afectivas (novios, amigos íntimos, etc.) a las cuales se les denominará relaciones interpersonales afectivas.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LA LITERATURA

Introducción

En la última década, el uso o conocimiento de las emociones así como los sentimientos, ha pasado de ser una característica personal que debe ser ocultada ante los demás, a una herramienta de gran beneficio, principalmente para la formación de relaciones interpersonales. Por lo que el interés hacia su verdadero potencial en el transcurso de la vida, ha abierto una de las nuevas líneas de investigación. Recientemente se cuenta con una nueva área de estudio, la cual ha sido denominada como la inteligencia emocional.

Esta nueva área de estudio menciona que la inteligencia emocional es la capacidad de percibir, evaluar y expresar correctamente las emociones propias y de los demás, esto, para crear un ambiente adecuado para vivir y socializar (Mayer y Salovey, 1995; Meyer y Salovey, 1997).

De acuerdo con la teoría anterior este enfoque considera que aquellas personas que tengan un nivel de inteligencia emocional elevado no solo serán hábiles para percibir, manejar y comprender sus propias emociones sino que podrán comprender y manejar la de los demás, lo cual jugaría un papel importante en el establecimiento y mantenimiento de las relaciones interpersonales. Esto nos abre las

puertas a la capacidad de utilizar las emociones tanto para un beneficio propio como social.

La inteligencia emocional: antecedentes

A partir del siglo XX, los psicólogos crearon el concepto de inteligencia para referirse a habilidades de memoria, solución de problemas, etc. Esta fue denominada como inteligencia cognitiva, pero a través del tiempo, se dieron cuenta que este concepto no abarcaba áreas como la conducta o habilidades que correspondían a un mejor desempeño laboral o social (Miñano y Castejón, 2008). Es aquí donde fue necesario introducir un nuevo concepto, conocido actualmente como inteligencia emocional.

La inteligencia emocional, se ha llegado a colocar dentro de los principales aspectos que han llamado la atención de áreas como psicología, sociología, pedagogía, filosofía y hasta neurología, durante el último siglo. Actualmente, la inteligencia emocional ha sido considerada un fenómeno en su mayoría complejo, por lo que aún se desconocen muchas áreas de la misma (Pérez y Castejón, 2007).

Se ha evitado dar una definición absoluta al término de inteligencia emocional, debido a las diferentes teorías que se han formulado sobre este constructo. Salovey y Mayer (1990) fueron pioneros en poner la inteligencia emocional dentro de la literatura, definiéndola como una parte de la inteligencia social. Esta fue considerada por Ruiz-Aranda, Fernández-Berrocal, Cabello y Extremera (2006) como la parte que permite exteriorizar, comprender y regular las emociones para poder establecer un

buen contacto social, así como para mantener relaciones interpersonales estables (Dolores, Ferrandiz, Ferrado, Bermejo y Hernández, 2008).

La inteligencia emocional, nombrada de esta manera por Daniel Goleman (1996) quien tomó el término de Salovey y Mayer (1990) -dándole mayor auge comercial- ha considerado el concepto como una combinación de atributos estrechamente relacionados con la personalidad, distinta de la inteligencia cognitiva y que suele ir relacionada con competencias ligadas al logro académico y profesional (Pérez y Castejón, 2007).

Goleman (1996) definió más detalladamente el concepto de inteligencia emocional como un modelo de habilidades que implican cuatro grandes componentes:

1. Percepción y expresión emocional: que se relaciona con reconocer de forma consciente nuestras emociones, así como identificar qué sentimos, de tal forma que podamos verbalizarlo.

2. Facilitación emocional: la capacidad para generar sentimientos que faciliten el pensamiento.

3. Comprensión emocional: la facilidad de integración de nuestros sentimientos, como la observación de la complejidad de los cambios emocionales.

4. Regulación emocional: capacidad de manejar las emociones positivas y negativas.

Estas habilidades están entrelazadas, lo cual si se traduce en un manejo óptimo de ellas se formaría un ambiente adecuado para vivir y socializar funcionalmente (Fernández-Berrocal y Extremera, 2003a).

En 1997, Mayer y Salovey, presentan un nuevo concepto, en el cual se le otorga mayor importancia al pensamiento sobre los sentimientos y emociones, proponiendo de esta manera la definición siguiente:

1. La inteligencia emocional refiere la habilidad de percibir, evaluar y expresar correctamente las emociones propias y de los demás.

2. La habilidad para acceder y/o crear sentimientos que ayuden a facilitar el pensamiento.

3. La facilidad para comprender las emociones y la conciencia emocional.

4. Y por último, la facilidad para regular las emociones buscando como objetivo el crecer emocional e intelectualmente (Candela, Barbera, Ramos y Sarrió, 2002).

De igual manera, Bar-On, Brown, Kirkcaldy, y Thome, (2000) conceptualizaron a la inteligencia emocional como multifactorial, sintetizándolo como un conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen en la facilidad propia para obtener éxito al enfrentar las presiones y demandas del entorno social.

Es de esta manera como se establecen los tres principales modelos que sobresalen en la década de los '90, que son:

1. El modelo de cuatro ramas de Meyer, Salovey, Caruso, y Sitarenios, (2001).

2. El modelo de competencia de Goleman (1995).

3. El modelo multifactorial de Bar-On (2006).

Como se puede ver, la inteligencia emocional ha tomado auge, demostrando que la inteligencia cognitiva no es suficiente para el éxito completo. Las últimas investigaciones se han centrado en establecer cuál es la capacidad predictiva y la influencia que la inteligencia emocional tiene en las diversas áreas importantes para el desarrollo social, laboral y personal del ser humano (Extremera, Duran y Rey, 2005; Extrmera y Fernández-Berrocal, 2004a; Fernández-Berrocal y Extremera, 2003b; Lopes, et al. 2003; Shutter, et al. 2001).

Actualmente se ha demostrado que las carencias en las habilidades de inteligencia emocional afectan a todos los estudiantes, ya sea dentro o fuera del contexto escolar. Pese a que la mayoría de los estudios se han realizado con muestras tomadas de alumnos universitarios, actualmente se han comenzado a realizar trabajos e investigaciones con adolescentes (Fernández-Berrocal y Extremera, 2004; Fernández-Berrocal y Extremera, 2005; Latorre y Montañes, 2004; Zavala, Valdez y Vargas, 2008), lo que amplía la información disponible sobre el tema y mejora la validez de los mismos.

De esta manera, la inteligencia emocional en solo 15 años ha pasado de los libros y laboratorios científicos a ser uno de los temas importantes dentro del contexto social, así como en el académico y laboral; marcando pautas para el correcto desempeño de la persona y de las relaciones en las cuales participe, ya sea de manera pasiva o activa.

Medición de la inteligencia emocional

A medida que fue cobrando auge el concepto de inteligencia emocional, fueron apareciendo nuevas complicaciones, especialmente en el campo cuantitativo y científico. La problemática principal surgida en los años '90, fue especialmente encontrar un instrumento que midiera de forma correcta la inteligencia emocional. Por lo que durante ese período, la pronta presencia de varios instrumentos que aspiraran a medir aspectos como empatía, creatividad emocional, etc., no se hicieron esperar.

Uno de los métodos clásicos de evaluación en psicología, es el uso de cuestionarios, inventarios y escalas. Este fue de igual manera utilizado en la investigación sobre la inteligencia emocional. Estos instrumentos, en su mayoría evaluaban el nivel de inteligencia emocional en las personas por medio de preguntas cortas con diversas opciones. De esta manera se puede dar a conocer un índice de las creencias y expectativas de las personas evaluadas y su capacidad para percibir, discriminar, regular sus emociones y/o las de los demás (Bar-On, 2006; Extremera, y Fernandez-Borrocal, 2004b; Fernandez-Berrocal y Extremera, 2005; Meyer, et al. 2001).

Cabe mencionar que uno de los primeros instrumentos utilizados en ese momento fue el diseñado por el grupo de Meyer y Salovey. Este consistía en una medida objetiva de reconocimiento emocional que evaluaba la percepción de las emociones no verbales, en colores, rostros y diseños abstractos. Ya que, según los autores, la inteligencia emocional es el medio por el cual se reconocen cualidades emocionales en objetos del ambiente (Mayer, DiPaolo y Salovey, 1990).

Existieron de igual manera pruebas y cuestionarios como el Questionnaire of Emocional Empathy, el cual medía la capacidad empática; o como el Emocional Control Questionnaire , que medía respectivamente la habilidad que las personas tienen para controlar emociones en determinadas situaciones. Por último mencionaremos el Emotional Creativity Test , donde se enfatizaban los elementos creativos y divergentes que observamos o pensamos mientras analizamos nuestros sentimientos (Extremera, Fernandez-Berrocal, Mestre y Guil, 2004).

Cada una de estas pruebas marcó el rumbo para la creación de las pruebas que ahora conocemos, que han sido confiables y que su objetivo ha sido calibrar explícitamente y con exactitud el nivel de inteligencia emocional.

Actualmente Extremera, Duran y Rey (2005) describen dos formas básicas para evaluar la inteligencia emocional en las personas: las medidas clásicas de auto informe y las medidas de habilidad. El último método de evaluación consiste en tareas emocionales que evalúan la manera en que la persona resuelve determinados problemas emocionales comparando sus respuestas con criterios de puntuación predeterminados y objetivos.

De todos los instrumentos que se han desarrollado para la medición de la inteligencia emocional, actualmente han destacado dos líneas. Estas son: el MEIS (Multifactor Emotional Intelligence Scale) que se basa en el modelo de Mayer y Salovey, así como su versión reducida y mejorada: el MSCEIT (Mayer Salovey Caruso Emotional Intelligence Test). Estas pruebas abarcan cuatro dimensiones que son propuestas en su modelo: 1) percepción emocional; 2) asimilación

emocional; 3) comprensión emocional y 4) manejo emocional (Extremera y Fernandez-Borrocal, 2004b; Extremera, Fernandez-Berrocal, Mestre y Guil, 2004).

La segunda línea es la escala TMMS-48 (Trait Meta-Mood Scale-48), que incluye 48 ítems, la cuales está compuesta con afirmaciones que el sujeto expresa según su grado de desacuerdo o acuerdo. Esta escala se compone de tres sub escalas: 1) atención, 2) claridad y 3) regulación. Al igual que la anterior prueba, este test cuenta con su versión reducida: TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale-24) que posee 24 ítems, apegándose a las tres dimensiones de la escala original (Extremera, et al. 2004; Latorre y Montañes, 2004).

Podemos concluir que la evaluación de la inteligencia emocional con instrumentos de medición sistemáticos y rigurosos está iniciando. Por lo que será necesario el desarrollo de nuevos instrumentos de evaluación y el perfeccionamiento de los que ya existen (Zavala, Valadez y Vargas, 2008).

Relaciones Interpersonales

Investigaciones psicosociales han puesto de manifiesto la importancia de las relaciones interpersonales debido a que son una fuente de recursos esenciales para la promoción de salud y bienestar para las personas, por medio del intercambio de apoyo social (Cohen, Gottlieb y Underwood, 2000; Gacia, 1997; House, Umberson y Landis, 1988; Reynolds, y Perrin, 2004).

Por ejemplo, en el ámbito laboral se ha comprobado que el establecimiento de interacciones sociales positivas favorece tanto la satisfacción de las necesidades de afiliación y el sentimiento de pertenencia. De igual manera, el apoyo social favorece

el desarrollo de la persona, facilita estrategias, recursos de afrontamiento ante condiciones laborales adversas y mejoran el clima laboral (Jennifer, Cower y Ananiadou, 2003; Caballo, 1993).

Durante la juventud las relaciones interpersonales son de una importancia elevada para el desarrollo social y el logro de objetivos profesionales. De igual manera constituye uno de los principales referentes sociales, porque es de ahí donde se escogerá a la pareja o se elegirán aquellas personas con las que se compartirán actividades o tareas comunes, incluso aquellas con las que se pueda compartir la intimidad (Becoña, Vázquez y Oblitas, 2004; Caballo, 1993; Salazar, Varela, Cáceres y Tovar, 2006).

En todas las etapas del ser humano las relaciones interpersonales tienen una importancia significativa, es por ese motivo que la Organización Panamericana de la Salud (OPS) define la Salud Mental como la capacidad de establecer relaciones interpersonales armoniosas.

Relaciones interpersonales primarias

Convencionalmente se establece que en 1909 Charles Horton Cooley da la definición formal de grupo primario -en su obra *Social Organization A study of the Large Mind*, - al grupo de personas con los que el individuo se relaciona primero desde un punto de vista cronológico; y también los primeros desde el punto de vista cualitativo a la hora de moldear el yo social de la persona. Posteriormente en 1972 Dunphy publicará *The Primary Group: A Handbook for Analysis and Research* un texto de importancia académica donde define el grupo primario como:

“Un pequeño grupo que exista durante el tiempo suficiente para establecer firmes lazos emocionales entre sus miembros y que presente al menos un conjunto de roles rudimentarios y funcionalmente diferenciados. Además de una subcultura propia así como una autoimagen del grupo y un sistema normativo informal para controlar las actividades de sus miembros”.

El tamaño, la intimidad emocional y algún tipo de organización son las variables utilizadas para definir los grupos primarios, dentro de los cuales se desarrollan importantes relaciones psicológicas. En este sentido el concepto de grupo primario amplía su ámbito definicional, haciéndose prácticamente intercambiable con la noción de relaciones primarias, por lo general diádicas.

Las relaciones interpersonales primarias están compuestas por personas que se conocen bien entre sí, cuyo trato ordinario es informal y se basa en una preocupación genuina y consciente por la otra persona. A pesar de que las relaciones interpersonales primarias pueden desarrollarse y mantenerse por correspondencia o conversaciones telefónicas es más fácil que se efectúen cuando el trato es cara a cara. La gente que se ve y que experimenta esa comunicación no oral que es la expresión de la cara, el tono de voz y el tacto, entra con más facilidad en una relación interpersonal primaria (Shepar, et al. 2005)

En las relaciones interpersonales primarias, podemos encontrar la relación entre padres e hijos, entre hermanos, la relación entre esposos, con primos, tíos o abuelos, etc. De igual manera la relación entre amigos íntimos, las relaciones afectivas o sentimentales y las relaciones de noviazgo. Es importante resaltar que las relaciones afectivas, especialmente las de noviazgo o sentimentales -definidas como una relación entre dos personas que se sienten atraídas mutuamente-, ocupan un lugar importante en la vida de los jóvenes debido a que son unidades sociales

básicas y existen en parte por la pertenencia a un grupo y también por el apoyo emocional y la estabilidad emocional que proporcionan dichas relaciones (Davila y Goicovic, 2002; Rueda, 2007; Shepard, y col., 2005)

Las relaciones interpersonales y la inteligencia emocional

Se ha descubierto que la inadecuación en las relaciones interpersonales son el resultado del déficit de habilidades sociales, principalmente asertividad, pero también cognición o emociones interferentes (Inglés, Méndez e Hidalgo, 2000).

Durante la última década se realizaron investigaciones que relacionan las habilidades sociales con las relaciones interpersonales donde se define a las habilidades sociales, como la capacidad para organizar cogniciones y conductas que constituyen un grupo de comportamientos interpersonales, estos en su mayoría dependen de factores aprendidos durante el transcurso de la vida. (Caballo, 1993; Garrido, Ortega, Escobar y García, 2010; Bellack y Morrison, 1982; en Hidalgo y Abarca, (1990).

Goleman (1995) define la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades que incluyen el autocontrol, el entusiasmo y persistencia; y la habilidad para motivarse a uno mismo. Traducido de otra manera se trata de la habilidad para controlar los impulsos y retrasar la gratificación, para regular los estados de ánimo de uno y no dejar que la aflicción inunde la habilidad para pensar, empatizar y esperar.

Estas habilidades sociales suplen la necesidad del ser humano de establecer relaciones con otros seres humanos y dado a que tienden a ser recíprocas, las

personas que desarrollan y poseen unas competencias sociales adecuadas con los demás, es más probable que reciban una buena consideración y un buen trato por la otra parte. (Lepore, Ragan y Scout, 2000)

Estudios han mostrado la importancia de la inteligencia emocional en la adaptación al medio, ya que juegan un papel importante la expresión, la percepción y el conocimiento de emociones en la regulación de los estados de ánimo. De igual manera se demostró que las personas que tienen niveles de inteligencia emocional altos presentan bienestar psicológico y estabilidad emocional, considerando éste como satisfacción personal, laboral, material y de pareja, ya que perciben que poseen mayor autocontrol sobre las demandas del medio, lo cual también se ve reflejado en la autoestima. (Fernández-Berrocal, Ramos y Extremera, 2001; Paz, Teva, y Sánchez, 2003).

En el ámbito laboral, una persona con inteligencia emocional elevada tiene la habilidad para comprender a los demás y para relacionarse socialmente. Las personas con alta inteligencia emocional muestran la habilidad para persistir y seguir motivado ante la frustración. Habilidad para controlar los impulsos, para controlar sus emociones y para empatizar. Actualmente estas habilidades tienen una gran incidencia en el trabajo individual y grupal. Por lo que se ha demostrado que la Inteligencia emocional puede contribuir a un liderazgo exitoso (Harms y Credé, 2010; Johnson e Indvik, 1999).

Por otro lado se encontró que el elemento principal del primer contacto se fundamenta en la calidad de las interacciones del sujeto cognoscente, de su personalidad así como de la capacidad de éste para captar la del otro. También se

ha descubierto que la inteligencia emocional tiene significativa correlación con varios indicadores de la calidad de la interacción social, debido a que el manejo de las emociones se relaciona positivamente con la percepción de la calidad de la interacción social cotidiana (Lopes, Brackett, Nezlek, Schütz, Sellin y Salovey, 2004; Lopes, et al. 2003).

Otro hallazgo encontrado en España fue que la calidad percibida de las relaciones sociales favorece el desarrollo y la consolidación de los procesos de acceso laboral en las jefaturas de policía, de igual manera encontraron que el deterioro de las relaciones interpersonales constituyen un factor de riesgo de acoso laboral (Segurado, Agulló, Rodríguez, Agulló, Boada y Medina; 2008).

Ha sido realmente en este siglo cuando se empezó a desarrollar un interés por estudiar las relaciones interpersonales y desde hace aproximadamente 30 años empezaron a surgir los primeros estudios dirigidos a la identificación de variables asociadas con las relaciones interpersonales. Existen evidencias significativas que muestran que la inteligencia emocional es un predictor del funcionamiento social y personal del individuo (Ciarrochi, et al. 2000; Palmer, Donaldson y Stough, 2002; Salovey, Stroud, Woolery, y Epel, 2002; Schutte, et al. 2001).

Esto pone de manifiesto que la inteligencia va más allá del coeficiente intelectual y las habilidades académicas, dando lugar a las habilidades sociales, las cuales aunque poco relacionadas con la inteligencia académica pueden explicar la clave del porqué el éxito que una persona puede alcanzar en su vida no siempre corresponde con un coeficiente intelectual (CI) cognitiva elevado.

En función de lo ya expuesto, se considera que puede existir una relación positiva entre inteligencia emocional y la calidad de las relaciones interpersonales afectivas. Por tanto, el objetivo de la presente investigación es analizar la relación entre las distintas variables mencionadas en una población universitaria mexicana.

CAPITULO III

METODOLOGIA

Introducción

El contenido de este capítulo muestra la descripción de la metodología utilizada en la presente investigación como: tipo de investigación, variables, procedimiento para la recolección de datos, población, muestra, criterios de inclusión y de exclusión, la operacionalización de variables, así como el proceso para el análisis de los datos.

Tipo de investigación

La presente investigación se tomará como investigación de campo porque se utilizará para comprender una situación en un contexto específico y consiste fundamentalmente en extraer datos mediante cuestionarios, para ser analizados y determinar si existen relaciones o interacciones entre las variables, a fin de alcanzar los objetivos planteados en la investigación.

Se denomina como descriptiva, porque pretende detallar, a partir de la realidad de la muestra, el comportamiento y la tendencia de las variables presentadas en el estudio (inteligencia emocional y la calidad de las relaciones interpersonales afectivas).

Es correlacional en base a que estudia una relación entre variables mediante un patrón predecible para una población.

Por último, se ha determinado como una investigación de tipo transversal, porque constituye una observación definida y específica, escogiendo como período para la aplicación del instrumento, el primer semestre del curso escolar 2010 al 2011 en la Universidad de Montemorelos.

Población

Para el presente estudio se tomó en cuenta como población a los alumnos de las siete diferentes facultades de la Universidad de Montemorelos, que se han matriculado en el curso escolar 2010.

Muestra

Para la elaboración de la presente investigación se llevó a cabo un muestreo no probabilístico en donde se escogieron los alumnos universitarios que se encontraban estudiando el séptimo semestre de su carrera en la Universidad de Montemorelos, Nuevo León.

Se tomó como muestra todos los alumnos inscritos que cursan todas las materias correspondientes al séptimo semestre (dicho de otro modo, con "carga completa" de materias) o en su defecto un mínimo del 70% de ellas. Se analizaron las 21 carreras que constituyen las siete diferentes facultades en la Universidad de Montemorelos, Nuevo León.

Criterios de inclusión:

- Alumnos que estén dispuestos a colaborar.

- Alumnos que cursen el séptimo semestre de estudios.
- Alumnos que hayan respondido correctamente el cuestionario.

Criterios de exclusión:

- Alumnos que no se encuentren cursando el séptimo semestre con carga completa.
- Alumnos que presenten limitaciones en la comprensión de los cuestionarios o que no colaboren en la encuesta.

Procedimiento para la recolección de datos

Para la aplicación de los instrumentos de evaluación, se solicitó permiso a los coordinadores de las diferentes carreras. Posteriormente se procedió a la aplicación de las pruebas.

A continuación se describen los pasos utilizados durante la aplicación de los instrumentos: (a) Explicación breve de la investigación, así como la descripción de los términos y condiciones que cada alumno debe firmar, (b) entrega de los instrumentos, (c) explicación de la forma correcta en la que debe ser contestado y la importancia de respuestas veraces para el beneficio de la investigación, (d) entrega del instrumento.

Operacionalización de Variables

Las variables del estudio son: inteligencia emocional y calidad de las relaciones interpersonales. Las dos primeras variables se consideran como variables dependientes, dejando la variable género como una variable independiente.

La operacionalización de las variables se presenta en la Tabla 1.

Tabla 1
Operacionalización de hipótesis y variables

Hipótesis	Variable	Escala de medición	Valores	Instrumento	Prueba de significación estadística
No existe relación entre la inteligencia emocional y la calidad de relaciones interpersonales	Inteligencia emocional	Intervalo	24 - 120	TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale - 24)	Coefficiente de correlación r de Pearson.
	Calidad de las Relaciones interpersonales afectivas	Intervalo	25 - 125	QRI (Quality of Relationship)	

Instrumento

La Escala de Rasgo de Metaconocimientos sobre Estados Emocionales (TMMS-48), en su versión original de 48 preguntas, fue presentada por Salovey, P.; Mayer, J. D.; Goldman, S. L.; Turvey, C.; Palfai, T. P. (1995) en su investigación: Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. La versión castellana de 24 preguntas fue modificada por Fernández-Berrocal, P.; Alcaide, R.; Domínguez, E.; Fernández-McNally, C.; Ramos, N. S.; Ravira, M.

La Escala Rasgo de Metaconocimientos sobre Estados Emocionales (TMMS-24) está basada en la *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS-48), del grupo de investigación de Salovey y Mayer. En concreto, las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones así como de nuestra capacidad para regularlas. La Escala Rasgo de Metaconocimientos sobre Estados Emocionales

(TMMS-24) contiene tres sub escalas con ocho ítems cada una de ellas: atención emocional, claridad de sentimientos y reparación emocional.

A continuación se muestran las características de las tres sub escalas:

1. Atención emocional: Soy capaz de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada. Los ítems que miden este factor son: (1) Presto mucha atención a los sentimientos, (2) Normalmente me preocupo mucho por lo que siento, (3) Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones, (4) Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo, (5) Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos, (6) Pienso en mi estado de ánimo constantemente, (7) A menudo pienso en mis sentimientos y (8) Presto mucha atención a cómo me siento.

2. Claridad de sentimientos: Comprendo bien mis estados emocionales. Los ítems que miden este factor son: (9) Tengo claros mis sentimientos, (10) Frecuentemente puedo definir mis sentimientos, (11) Casi siempre sé cómo me siento, (12) Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas, (13) A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones, (14) Siempre puedo decir cómo me siento, (15) A veces puedo decir cuáles son mis emociones, (16) Puedo llegar a comprender mis sentimientos.

3. Reparación emocional: Soy capaz de regular los estados emocionales correctamente. Los ítems que miden este factor son: (17) Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista, (18) Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables, (19) Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida, (20) Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal, Si doy

demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme, (22) Me preocupo por tener un buen estado de ánimo, (23) Tengo mucha energía cuando me siento feliz y (24) Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.

Según Martorell (2005), la fiabilidad del TMMS-24 está comprendida entre 0.86 y 0.90, más elevada que en el instrumento original. En una población mexicana el coeficiente de fiabilidad fue de .835 (Fernandez-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004b; Extremera, et al. 2004; Salvador y Morales, 2009).

El Inventario de Calidad de las Relaciones (IRC, Pierce, Sarason y Sarason, 1991) está constituida de 25 ítems organizados en una escala Likert que va del 1 = no corresponde, al 4 = corresponde mucho. Este inventario evalúa tres factores diferentes de apoyo social en las relaciones interpersonales:

1. Apoyo social: evalúa el soporte percibido con relación a una relación interpersonal específica.
2. Conflicto: evalúa cuan ambivalente y cuanto conflicto se genera en una relación interpersonal específica.
3. Profundidad: evalúa cuan positiva e importante es una relación interpersonal.

Las características psicométricas de este test han sido evaluadas en diferentes investigaciones reportando de tal manera: confiabilidad test-retest así como resultados satisfactorios en la consistencia interna al igual que la validez concurrente y externa (Brock, Sarason, Sarason y Pierce, 1996; Gargurevich, Chaparro y Luyten, 2007; Pierce, Sarason y Sarason, 1991; Pierce, Sarason y Sarason, 1992; Pierce, Sarason, Sarason, Solky-Butzel y Nagle, 1997).

Análisis de datos

De las fichas de recolección de datos y las pruebas se elaboró la base de datos obtenida en Microsoft Office Excel 2007, fueron posteriormente transformadas y procesadas y evaluadas en el paquete estadístico SPSS 17.

CAPITULO IV

ANALISIS DE DATOS

Introducción

Como objetivo principal, la presente investigación tuvo la tarea de descubrir la relación existente entre las dos variables estudiadas: la inteligencia emocional, puesta como variable independiente y como variable dependiente la calidad de las relaciones interpersonales.

A continuación se presentan los resultados obtenidos al analizar la base de datos recaudada. Se incluyen una serie de tablas y gráficas para su mejor y más fácil comprensión.

Resultados demográficos

Los participantes de la presente investigación fueron 121 estudiantes. De esta muestra 57 estudiantes son hombres y 64 mujeres de edades comprendidas entre 19 y 36 años con una media de 21.7 años ($DS = 2.48$) y todos pertenecientes a la Universidad de Morelos.

En la Figura 1 se puede apreciar una asimetría positiva dado que se observan sujetos con edades que oscilan entre los 25, 30 y 35 años de edad.

Se encontró que de los alumnos encuestados, 68 actualmente se encuentran en una relación interpersonal, el resto contestó que actualmente no tienen una

relación interpersonal significativa, pero mencionaron haber tenido al menos una relación interpersonal significativa en los últimos 2 años.

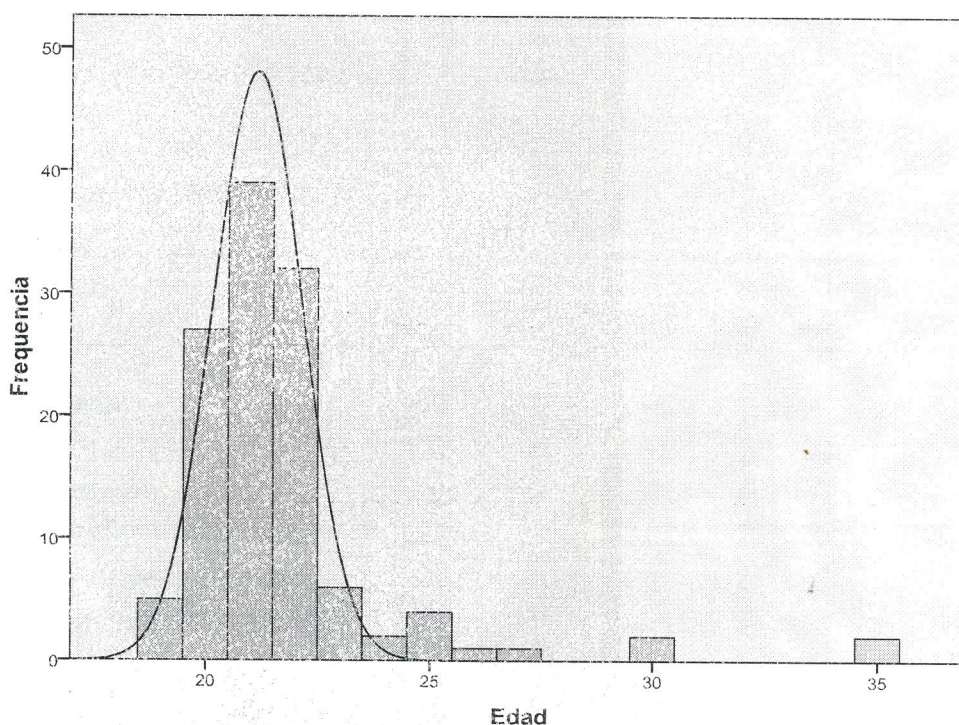


Figura 1. Histograma de la edad con curva normal.

Resultados de las variables

Los resultados de las escalas fueron analizados por medio de una estadística descriptiva con la finalidad de conocer sus características. En la Tabla 1 se exponen los resultados de las medidas de tendencia central y desviación estándar.

En los resultados se observó que la mayoría de los estudiantes obtuvieron puntuaciones entre 24 y 35 puntos en todos los factores del TMMS-24 (Figura 2, 3 y 4 respectivamente). Los rangos de puntuación adecuada del TMMS-24 son de 24 a 33 en el factor de atención, de 24 a 32 en el factor de claridad y de 25 a 35 en el factor de reparación.

De igual manera se observó que en el ICR las respuestas oscilaron entre 3.5 y 4 en apoyo y profundidad a excepción de conflicto donde se situaron en 2.83 (Figura 5, 6 y 7 respectivamente). La escala de puntuación del ICR fueron 1 = nada en absoluto, 2 = un poco, 3 = bastante y 4 = mucho.

Tabla 1.
Estadística Descriptiva del ICR y del TMMS 24

	N		Media	Mediana	Moda
	Validos	Perdidos			
Apoyo en la relación	119	2	3.2809	3.4286	4.00
Profundidad en la relación	120	1	2.9889	3.1667	3.67
Conflicto en la relación	120	1	2.8653	2.9167	2.83
Atención en la inteligencia emocional	121	0	23.6529	23.0000	28.00
Claridad en la inteligencia emocional	121	0	29.6612	30.0000	27.00
Reparación en la inteligencia emocional	121	0	30.6116	31.0000	33.00

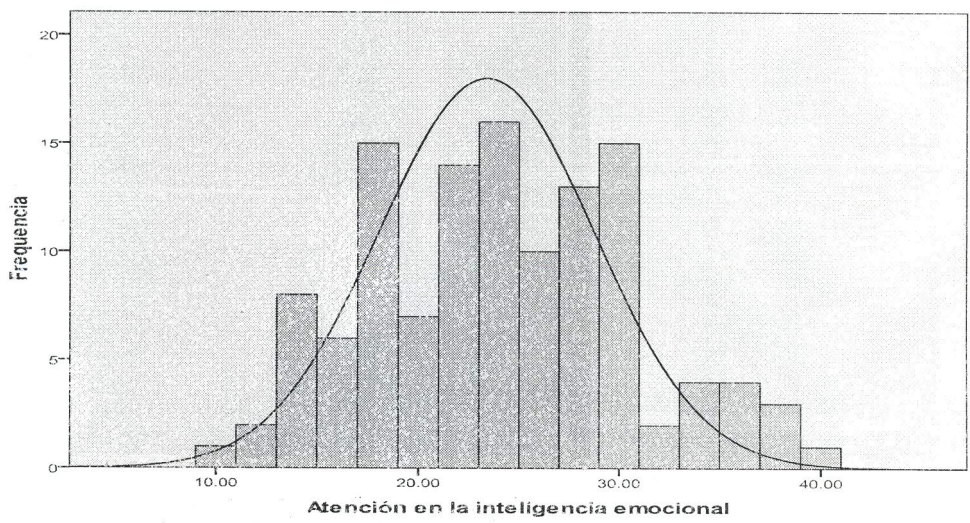


Figura 2. Histograma de atención en la inteligencia emocional con curva normal.

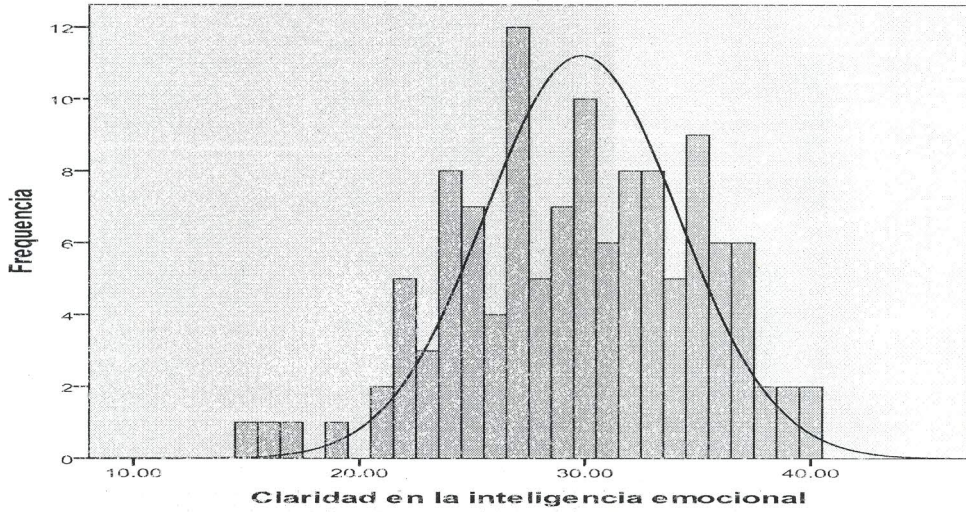


Figura 3. Histograma de la claridad en la inteligencia emocional con curva normal.

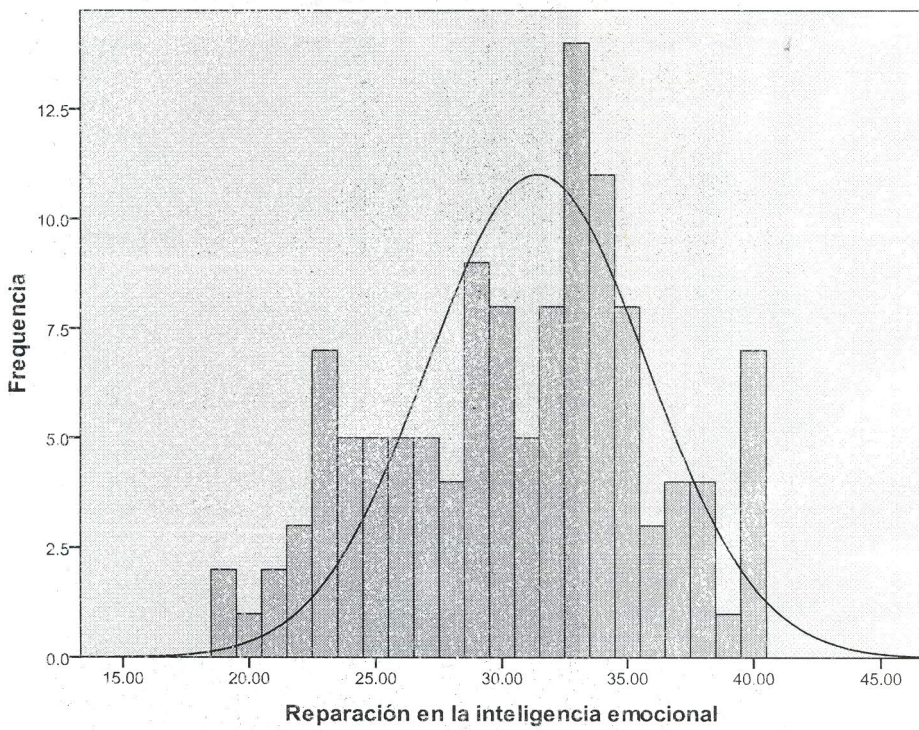


Figura 4. Histograma de la reparación en la inteligencia emocional con curva normal.

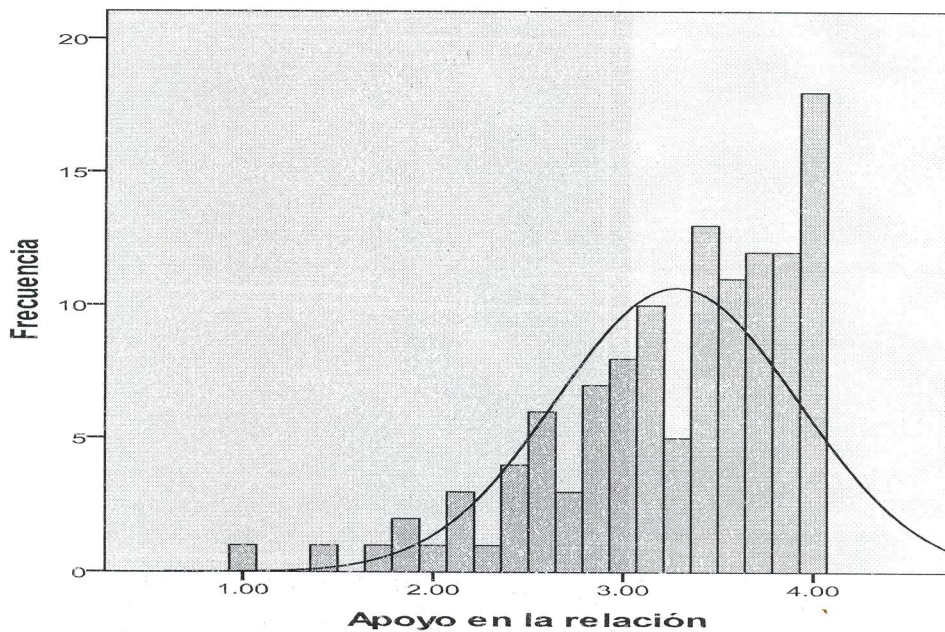


Figura 5. Histograma del apoyo en la relación con curva normal.

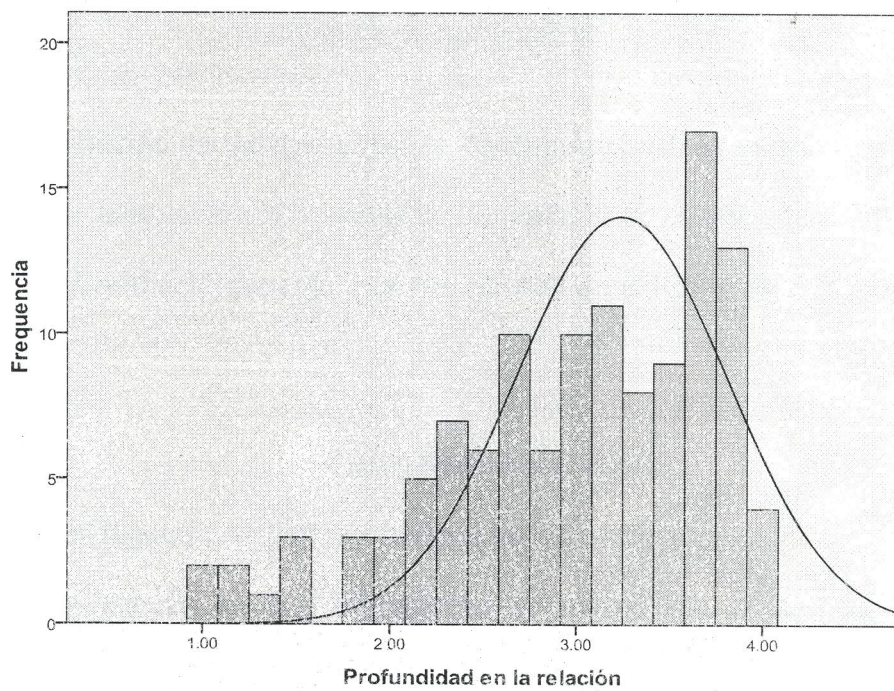


Figura 6. Histograma de la Profundidad en la Relación con curva normal.

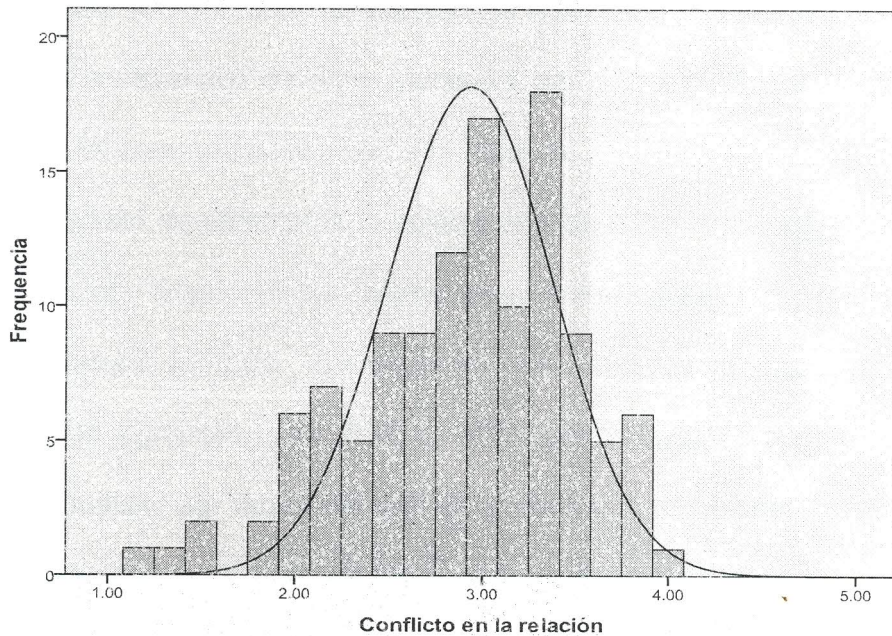


Figura 7. Histograma del conflicto en la relación con curva normal. A mayor puntuación menor conflicto.

Con la finalidad de indagar sobre la confiabilidad de las escalas de TMMS-24 y el CRI en su adaptación al castellano, se calculó la consistencia interna de la escala (alfa de Cronbach) general, esta fue de .832 en el ICR y de .874 en el TMMS-24.

Pruebas de hipótesis

Para la investigación se planteó la siguiente hipótesis:

H₁: Existe relación entre la inteligencia emocional y la calidad de relaciones interpersonales en alumnos de 7mo. semestre del ciclo escolar 2010 - 2011 de la Universidad de Montemorelos, Nuevo León, México.

H₀: No existe relación entre la inteligencia emocional y la calidad de relaciones interpersonales en alumnos de 7mo. semestre del ciclo escolar 2010 - 2011 de la Universidad de Montemorelos, Nuevo León, México.

Con la finalidad de detectar la relación existente entre la inteligencia emocional y la calidad de las relaciones se trabajó con la correlación *r* de Pearson y una significación bilateral de 0.05. Se encontró que entre los puntajes generales no existe correlación significativa ($r = .067$, $p = .475$), por lo tanto se acepta la hipótesis nula. Pero, el análisis por factor del test de inteligencia emocional TMMS y el ICR respectivamente, mostró algunas correlaciones significativas (Tabla 2).

Los resultados mostraron que el factor de atención tuvo una correlación significativa con el conflicto ($r = -.254$, $p = .005$) y el factor claridad de igual manera tuvo una correlación significativa con el apoyo ($r = .259$, $p = .004$) y con la profundidad ($r = .186$, $p = .042$).

Tabla 2.
Correlación entre los factores de IE y ICR

		Apoyo en la relación	Profundidad en la relación	Conflicto en la relación
Atención en la inteligencia emocional	Correlación de Pearson	.019	.064	-.254**
	Sig. (bilateral)	.839	.490	.005
	N	119	120	120
Claridad en la inteligencia emocional	Correlación de Pearson	.259**	.186*	.125
	Sig. (bilateral)	.004	.042	.173
	N	119	120	120
Reparación en la inteligencia emocional	Correlación de Pearson	.053	.063	.009
	Sig. (bilateral)	.566	.496	.926
	N	119	120	120

Tabla 2.

Correlación entre los factores de IE y ICR

		Apoyo en la relación	Profundidad en la relación	Conflicto en la relación
Atención en la inteligencia emocional	Correlación de Pearson	.019	.064	-.254**
	Sig. (bilateral)	.839	.490	.005
	N	119	120	120
Claridad en la inteligencia emocional	Correlación de Pearson	.259**	.186*	.125
	Sig. (bilateral)	.004	.042	.173
	N	119	120	120
Reparación en la inteligencia emocional	Correlación de Pearson	.053	.063	.009
	Sig. (bilateral)	.566	.496	.926
	N	119	120	120

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

* . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Otros resultados

Para evaluar si existían diferencias significativas en las puntuaciones de las escalas del TMMS – 24 y el ICR entre hombres y mujeres se utilizó la prueba t de Student para muestras independientes. Los hallazgos de esta prueba indican que existe una diferencia significativa en el ICR y el género ($t_{(115)}=-2.164$, $p=.033$). En la escala de TMMS – 24 y género no se encontró diferencia significativa ($t_{(119)}=-1.357$, $p=.177$). En la tabla 3 y 4 se muestran las estadísticas descriptivas y la Prueba T para la igualdad de medias del género en cada uno de los factores del TMMS-24 y ICR.

Tabla 3.
Estadística Descriptiva del Genero, el TMMS 24 y el ICR

	Género	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Apoyo en la relación	M	56	3.0969	.69405	.09275
	F	63	3.4444	.52840	.06657
Profundidad en la relación	M	56	2.8958	.81375	.10874
	F	64	3.0703	.65922	.08240
Conflicto en la relación	M	56	2.8125	.58781	.07855
	F	64	2.9115	.56204	.07026
Atención en la inteligencia emocional	M	57	23.1404	7.44129	.98562
	F	64	24.1094	5.67119	.70890
Claridad en la inteligencia emocional	M	57	29.1228	5.48071	.72594
	F	64	30.1406	5.17892	.64736
Reparación en la inteligencia emocional	M	57	30.0175	5.20814	.68983
	F	64	31.1406	5.30309	.66289
Calidad de la relación	M	54	2.9230	.47461	.06459
	F	63	3.1041	.43073	.05427
Inteligencia emocional	M	57	27.4269	4.41217	.58441
	F	64	28.4635	3.98923	.49865

Tabla 4.
Prueba de muestras independientes

Prueba T para la igualdad de medias				
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias
Calidad de la relación	-2.164	115	.033	-.18116
	-2.148	108.164	.034	-.18116
Inteligencia emocional	-1.357	119	.177	-1.03664
	-1.349	113.669	.180	-1.03664

CAPITULO V

DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Discusión

En este capítulo se llevará a cabo un análisis de la relación entre el fundamento teórico y los resultados obtenidos.

En los últimos años el tema de la inteligencia emocional ha sido investigado por especialistas, quienes se han enfocado en descubrir la manera en que éste factor mejora la calidad de vida, ya sea en el trabajo, en la escuela o en las relaciones interpersonales. En esta investigación se estudiaron las variables inteligencia emocional y la calidad de las relaciones interpersonales en los alumnos de 7mo. Semestre de la Universidad de Montemorelos con la finalidad de evaluar si existe relación.

Al igual que Dolores, et al. (2008) esta investigación se comprendió sobre la definición de inteligencia emocional, utilizada por Fernández-Berrocal y Extremera, (2003b), como la capacidad de percibir, evaluar y expresar correctamente las emociones propias y de los demás. Según esta concepción, aquellas personas con alto nivel de inteligencia emocional no solo serán hábiles para percibir, manejar y comprender sus propias emociones sino que tiene la capacidad de comprender y

manejar la de los demás, esto permite el establecimiento y mantenimiento de las relaciones interpersonales.

Esta definición concuerda con Fitness (2001, citado en Paz, Teva y Sánchez, 2003) quien encontró que las personas que saben percibir, identificar y expresar emociones tienen relaciones interpersonales afectivas más satisfactorias.

A continuación se hará una discusión por variable.

La variable de inteligencia emocional de manera general no resultó ser predictor de la calidad de la relación interpersonal en los alumnos de la universidad de Montemorelos. Estos resultados no concuerdan con los resultados encontrados por Lopes, et al. (2003) y con Extremera y Fernandez-Berrocal (2004a) quienes demostraron que las habilidades de manejo emocional predecían mayores interacciones positivas.

Dado a que la consistencia interna fue adecuada para la investigación en ambas prueba, las diferencias en los resultados correlacionales entre las escalas posiblemente se deban a características que particularizan los entornos socioculturales y afectivos de las ciudades y países donde fueron aplicadas. Se sugiere que de forma global se puede presentar este resultado, debido a que algunos de los factores de la inteligencia emocional de manera individual sí muestran correlación significativa con la calidad de la relación interpersonal

Los resultados mostraron que el factor claridad tiene relación positiva con el apoyo y con la profundidad. Estos resultados concuerdan con Ftiness (2001) y Shutter et al. (2001) quienes encontraron que aquellas personas que comprenden sus estados emocionales tienen relaciones más estrechas con un nivel de

profundidad más elevada y de igual manera la percepción del apoyo es clara. Esto puede deberse a que entre más claros sean para la persona sus sentimientos, necesidades y emociones, podrá percibir el soporte que se le está brindando en su respectivo caso o que posiblemente se le este negando. Esto marcará cuan positiva e importante es la relación para la persona.

También se encontró que el factor atención se relacionó con el conflicto de manera significativa. Sin embargo, la relación es negativa lo cual implica que a mayor atención menor conflicto (-.254). Dado a que el conflicto mide el nivel de ambivalencia y conflicto que éste puede generar, se entiende que a mayor capacidad de expresión de sentimientos de forma adecuada se podrá observar el grado de diferencia que hay en la relación y cuánto conflicto se puede generar.

En cuanto al género, las mujeres perciben más calidad en sus relaciones interpersonales. Los resultados concuerdan con Montgomery y Sorell (1998 en Caycedo, Cubides, Martin, Fernando, Berman, Oviedo y Suarez, 2007) quienes encontraron que las mujeres presentan mayores niveles de auto observación, así como la alta tendencia a entregarse a una relación amorosa involucrando más sentimientos que los hombres y comprometiéndose más en ella.

Conclusiones

A continuación se presentan las respuestas y los hallazgos más importantes de esta investigación.

De acuerdo con los resultados obtenidos, la inteligencia emocional no es un constructo predictivo de manera general de la calidad de las relaciones interpersonales. En la relación del género con la inteligencia emocional no se

encontraron diferencias. En su relación con la calidad de las relaciones interpersonales si se encontró diferencia según el género.

Los resultados obtenidos en este estudio se unen a investigaciones que indagan sobre la posible relación entre inteligencia emocional y la calidad de las relaciones interpersonales. Por otra parte, dado que esta investigación es de tipo descriptivo tiene amplias oportunidades para trabajar con marcos explicativos en un futuro.

Recomendaciones

Con base en los hallazgos se presentan a continuación algunas recomendaciones.

1. Realizar el estudio con los alumnos de 7mo. semestre del siguiente curso escolar en la Universidad de Morelia, para ver si se presentan los mismo resultados

2. Así mismo, el estudio se dirigió a una población con características demográficas particulares, se sugiere investigar las relaciones entre dichas variables en otras poblaciones tomando en cuenta edad, niveles de escolaridad, etc. e incluir mas participantes

3. Esta investigación se centró en la relación de la inteligencia emocional con las relaciones interpersonales, pero hay otros factores como: la familia, la cultura, el nivel socioeconómico, la edad, personalidad, autoestima, nivel de maduración, educación, etc. Que es conveniente estudiar independientemente.

4. En México, podría ser prematuro hablar de la inteligencia emocional como una variable relacionada con la calidad de las relaciones interpersonales. Por lo que se requieren de más estudios que permitan dar un panorama más profundo y amplio.

ANEXO 1

Inventario de Calidad de Relaciones¹

Edad: _____ Género: M F Nacionalidad: _____

¿Actualmente tiene novio/a o mantiene una relación sentimental o especial? SI NO

¿Ha tenido novio/a o ha mantenido una relación sentimental o especial en los últimos 2 años? SI NO

¿Cuánto tiempo duro la relación? _____

A continuación se presentan una serie de preguntas acerca de la relación sentimental que usted tiene o tuvo con otra persona en los últimos 2 años. Responda el resto de preguntas tomando en cuenta a la persona que escogió ya sea en presente o pasado. Elija la opción que mejor se ajuste a su experiencia del 1 (Nunca o Para Nada) al 4 (Siempre o Mucho)

	Nunca o Para nada	Un poco o A veces	Bastante o Constantemente	Siempre o Mucho
1. ¿En qué medida puede usted buscar a esta persona para pedir consejo cuando tiene problemas?	1	2	3	4
2. ¿Cuán seguido le pasa que necesita esforzarse para evitar conflictos con esta persona?	1	2	3	4
3. ¿En qué medida cuenta usted con esta persona cuando tiene problemas?	1	2	3	4
4. ¿Cuán molesto le hace sentir esta persona algunas veces?	1	2	3	4
5. ¿En qué medida cuenta usted con esta persona para que le diga algunas cosas con honestidad incluso si usted no quiere escucharla?	1	2	3	4
6. ¿Cuán culpable lo hace sentir esta persona?	1	2	3	4
7. ¿Cuánto tiene usted que ceder en esta relación?	1	2	3	4
8. ¿En qué medida puede contar con esta persona para ayudarle si algún familiar cercano muere?	1	2	3	4
9. ¿Cuánto es que esta persona le pide que cambie?	1	2	3	4
10. ¿Cuán positivo es el rol que esta persona tiene en su vida?	1	2	3	4
11. ¿Cuán significativa es esta relación en su vida?	1	2	3	4
12. ¿Cuán cercana será su relación con esta persona en los próximos 10 años?	1	2	3	4
13. ¿Cuánto extrañará a esta persona si no pudieran verse o hablarse por un mes?	1	2	3	4
14. ¿Cuán crítica es esta persona con usted?	1	2	3	4
15. Si quisiera salir y hacer algo esta noche, ¿cuán seguro está de que esta persona querría hacer algo con usted?	1	2	3	4
16. ¿Cuán responsable se siente por el bienestar de esta persona?	1	2	3	4
17. ¿Cuánto depende usted de esta persona?	1	2	3	4
18. En qué medida puede contar con esta persona para que lo escuche cuando usted está molesto con alguien más?	1	2	3	4
19. ¿Cuánto quisiera que esta persona cambie.	1	2	3	4
20. ¿Cuán molesto lo hace sentir esta persona?	1	2	3	4
21. ¿Cuánto discute con esta persona	1	2	3	4
22. ¿En qué medida puede usted contar con esta persona para distraerlo de sus preocupaciones cuando se siente estresado?	1	2	3	4
23. ¿Cuán seguido esta persona lo hace sentir molesto?	1	2	3	4
24. ¿Cuán seguido esta persona trata de controlar o influenciar su vida?	1	2	3	4
25. ¿Cuánto más da usted en esta relación en comparación a lo que usted recibe de la otra persona?	1	2	3	4

ANEXO 2

TMMS-24.

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

REFERENCIAS

- Abbey, A., Abramis, D.J. y Caplan, R.D. (1985). Effects of different sources of social support and social conflict on emotional well-being. *Basic and Applied Social Psychology*, 6, 111-119.
- Augusto, J.M., Aguilar, M.C. y Saiguero, M.F. (2008). El papel de la IEP y del Optimismo/Pesimismo disposicional en la resolución de problemas sociales: un estudio con alumnos de trabajo social. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6 (2), 363 – 382.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25
- Bar-On, R., Brown, J.M., Kirkcaldy, B.D. and Thomé, E. (2000). Emotional expression and implications for occupational stress; an application of the Emotional Quotient Inventory (EQ-i). *Personality and Individual Differences*, 28(1), 1107-1118.
- Becoña, E., Vázquez, F. y Oblitas, L. (2004). Promoción de los estilos de vida saludables. *Alapsa*, 5, 1-40.
- Boutin-Foster, C. (2005). In spite of good intentions: patients' perspectives on problematic social support interactions. *Health and Quality of Life Outcomes*, 3-52.
- Brock, D., Sarason, I., Sarason, B. and Pierce, G. (1996). Simultaneous assessment of perceived global and relationship-specific support, *Journal of Social and Personal Relationships*, 13(1), 143-152
- Caballo, V. E. (1993). *Relaciones entre diversas medidas conductuales y de autoinforme de las habilidades sociales*, *Psicología Conductual*, 1,(1), p. 73-99
- Caycedo, C., Cubides, I., Martín, A., Fernando, O., Berman, S., Oviedo, A.M. y Suarez, I. (2007). Relaciones entre género y las experiencias de cortejo y actitudes hacia las relaciones románticas en adolescentes bogotanos. *Psicología desde el Caribe*, 20, 76-92
- Candela, A., Barberá, E., Ramos, A. y Sarrió, M. (2002). Inteligencia emocional y la variable género. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 5(10).

- Horton, C. (1909) *Social Organization: a Study of the Larger Mind*, New York: Charles Scribner's Sons
- Chronister, J., Chin Chou, C., Frain, M. y Da Silva, E. (2008). The relationship between social support and rehabilitation related outcomes: a metaanalysis. *Journal of Rehabilitation*, 74, 2, 16-32.
- Ciarrochi, J., Chan, A. y Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28, 537-561.
- Cohen, Gottlieb y Underwood (2000). Social relationships and health. In S. Cohen, L. Underwood y B. Gottlieb (Eds.), *Measuring and intervening in social support* (pp. 2-25). New York: Oxford University Press.
- Dávila, O. y Goicovic, I. (2002). Jóvenes y trayectorias juveniles en Chile. Escenarios de inclusión y exclusión. *JÓVENes, Revista de Estudios sobre Juventud*, 6(17), 8-55
- Dolores, M., Ferrándiz, C., Ferrado, M., Bermejo, R. y Hernández, D. (2008). Inteligencia emocional en alumnos superdotados: un estudio comparativo entre España e Inglaterra. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(2), 297-320.
- Extremera, N., Duran, A. y Rey, L. (2005) La inteligencia emocional percibida y su influencia sobre la satisfacción vital, la felicidad subjetiva y el engagement en trabajadores de centros para personas con discapacidad intelectual. *Ansiedad y Estrés*, 11(1), 181-192.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004a). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clínica y Salud*, 15(2), 117-137
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004b). El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional. *Boletín Psicológico*, 80, 59-77.
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., Mestre, J. y Guill, R. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 32(2), 209-228.
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2003a). La inteligencia en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, 332, 97-116.
- Fernández-Berrocal, P. y Extramera, N. (2003b). ¿En que piensan las mujeres para tener un peor ajuste emocional?, *Encuentros en Psicología Social*, 1, 255-259.

- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6(2), 2004.
- Fernandez-Berrocal, P. y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2003). Inteligencia emocional y depresión. *Encuentros en Psicología Social*, 1, 251-254.
- Fernández-Berrocal, P., Ramos, N. y Extremera, N. (2001). Inteligencia emocional, supresión crónica de pensamientos y ajuste psicológico. *Boletín de Psicología*, 70, 79-95.
- Fitness, J. (2001). Emotional Intelligence and intimate relationships. En J. Ciarrochi, J. P., Forgas (Eds.). *Emotional intelligence in everyday life: A scientific inquiry* (98-112). Philadelphia: Psychology Press/ Taylor and Francis.
- Gracia, E. (1997). *El apoyo social en la intervención comunitaria*. Barcelona: Paidós.
- Gargurevich, R., Chaparro, C. y Luyten, P. (2007). Adaptación y propiedades psicométricas de cuestionarios: transacciones de soporte social (ctss) y satisfacción de soporte social (csss). *Revista de Psicología*, 4(1), 92-103.
- Garrido, E., Ortega, N., Escobar, J. y García, R. (2010). Evaluación de la asertividad en estudiantes universitarios, con bajo rendimiento académico. *Revista Científica Electrónica de Psicología*, 9, 1-17
- Goleman, D. y Cherniss, C. (2005) *Inteligencia emocional en el trabajo*. Barcelona: Cairos.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Cairos.
- Harms, P.D. y Credé, M. (2010). Emotional intelligence and transformational and transactional leadership: a meta-analysis. *Journal of Leadership and Organizational Studies*, 17(1), 5-17.
- Hidalgo, C. y Abarca, N. (1990). Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 22(002), 265-282.
- House, J.S., Umberson, D. y Landis, K.R. (1988). Structures and processes of social support. *Annual Review of Sociology*, 14, 293-318.

- Inglés, C.J., Méndez, F.X. e Hidalgo, M.D. (2000). Cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia. *Psycothema*, 12, 390-398
- Jennifer, D., Cowie, H., y Ananiadou, K. (2003). Perceptions and experience of workplace bullying in five different working populations. *Aggressive Behavior*, 29(6), 489-496.
- Johnson, P. y Indvik, J. (1999). Organizational benefits of having emotionally intelligent managers and employees. *Journal of Workplace Learning*, 11(3), 84-88.
- Latorre, J. y Montañés, J. (2004). Ansiedad, inteligencia emocional y salud en la adolescencia. *Ansiedad y Estrés*, 10(1), 111-125.
- Lepore, S. J., Ragan, J. D., y Scott, J. (2000). Talking facilitates cognitive-emotional processes of adaptation to an acute stressor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78 (3), 499-508.
- Lopes, P., Brackett, M., Nezlek, J., Schütz, A., Sellin, I. and Salovey, P. (2004). Emotional intelligence and social interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(8), 1018 – 1034
- Lopes, P., Salovey, P. and Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality Individual Differences*, 35, 541-658.
- Martorell, C. (2005). Inteligencia emocional: realidad o falacia. *Conferencias del V Congreso Iberoamericano de Evaluación Psicológica*, 20(2), 165-182.
- Mayer, J., DiPaolo, M. y Salovey, P. (1990). Perceiving afectiva content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence. *Journal of Personality Assessment*, 54, 772-781.
- Meyer, J. y Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied y Preventive Psychology*, 4, 197-208.
- Meyer, J. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds). Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Meyer, J., Salovey, P., Caruso, D. y Sitarenios, G. (2001). Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion*, 1(3), 232-242.

- Miñano, P. Y Castejón, J. (2008). Capacidad predictiva de las variables cognitivo-motivacionales sobre el rendimiento académico. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 11(28), 1-13.
- Palmer, B., Donaldson, C. y Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 33, 1091-1100.
- Paz, M., Teva, I. y Sanchez, A. (2003). Analisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Univ. Psychol*, 2(1), pp. 27-32.
- Pérez, N. y Castejón, J. (2007). La inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Ansiedad y Estrés*, 13(1), 119-129.
- Pierce, G., Sarason, I. and Sarason, B. (1991). General and relationship-based perceptions of social support: are two constructs better than one? *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(6), 1028-1039.
- Pierce, G., Sarason, I. and Sarason, B. (1992). General and specific support expectations and stress as predictors of perceived supportiveness: and experimental study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(2), 297-307.
- Piercen, G., Sarason, I., Sarason, B., Solky-Butzel, J. and Nagle, L. (1997). Assessing the quality of personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14(3), 339-356.
- Reynols, J.S. y Perrin, N.A. (2004). Mismatches in social support and psy-chosocial adjustment to breast cancer. *Health Psychology*, 23, 425-430.
- Revenson, T.A., Schiaffino, K.M., Majerovitz, S.D. y Gibofsky, A. (1991). Social support as a double-edged sword: the relation of positive and problematic support to depression among rheumatoid arthritis patients. *Social Science and Medicine*, 33, 7, 807-813.
- Rueda L. (2007). Relaciones interpersonales y ocupación. *Interpsiquis*, 1-6.
- Ruiz-Aranda, D., Fernández-Berrocal, P., Cabello, R. y Extremera, N. (2006) Inteligencia emocional percibida y consumo de tabaco y alcohol en adolescentes. *Ansiedad y Estrés*, 12(2-3), 223-230.
- Salazar, I. C., Varela, M. T., Tovar, J. R. y Cáceres, D. E. (2006). Construcción y validación de un cuestionario de factores de riesgo y de protección para el consumo de drogas en jóvenes universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*, 9, 19-30.

- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition y Personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C. y Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed) *Emotion, disclosure, and health*, (pp.125-154).
- Salovey, P. Stroud, L., Woolery, A. and Epel, E. (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity, and symptom reports: further explorations using the trait meta.mood scale. *Psychology and Health*, 17(5), 611-627.
- Salvador F. y Morales, J. (2009) Fundamentos psicológicos de la autoeficacia emprendedora en jóvenes mexicanos. *Alternativas en Psicología*. 14(20), 35-47.
- Sarrio, M., Barbera, E., Ramos, A. y Candela, A. (2002). Inteligencia emocional y la variable genero. *Revista Electronica de Motivacion y Emocion*, 5(10), 1-17.
- Schutte, N.S., Malouff, J.M., Bobik, C., Coston, T.D., Gresson, C., Jedlicka, C., Rhodes, E. y Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *Jornal of Social Psychology*, 141(4), 523-536.
- Segurado, A., Agulló, E., Rodríguez, J., Agulló, M., Boada, J. y Medina, R. (2008) Las relaciones interpersonales como fuente de riesgo de acoso laboral en la Policía Local. *Psicothema*, 20(4), 739-744.
- Shepard, J., Southard, S. y Taylor, B. (2005). *Sociología*. México: Limusa
- Topa, G., Moriano, J. y Morales, J.F. (2008). Identidad social y apoyo percibido en las organizaciones: sus efectos sobre las conductas de ciudadanía. *Interamerican Journal of Psychology*, 42(2), 363-370.
- Zavala, M., Valadez, M. y Vargas, M. (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(2), 319-338.