

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO

FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA DE PSICOLOGÍA



REVISIÓN TEÓRICA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

FLORDELITA RUIZ TORO

ASESOR

JESSICA KATIUSKA TACANGA MONTES

<https://orcid.org/0000-0003-0819-8165>

Chiclayo, 2020

Índice

Resumen	3
Abstract	3
Introducción.....	4
Método.....	6
Resultados y Discusión.....	7
Principales modelos de la inteligencia emocional	7
Definiciones de inteligencia emocional.....	8
Factores de la inteligencia emocional.....	9
Conclusiones	12
Recomendaciones	13
Referencias	14
Anexos	16

Resumen

La inteligencia emocional es una variable que está en los últimos años viene teniendo relevancia en la psicología y en diferentes ámbitos organizaciones. La inteligencia emocional está relacionada a los estilos de afrontamiento y al manejo adecuado de situaciones conflictivas, teniendo como fin conocer el funcionamiento de las emociones, la regulación de la conducta del hombre y su adaptación en los diferentes ámbitos de la vida. Esta revisión pretendió Explicar los Principales Modelos Teóricos de la Inteligencia Emocional. El presente estudio corresponde a un diseño no experimental de tipo teórico. Para la revisión teórica se utilizó la técnica del análisis de documento, estudios psicométricos sobre la variable y repositorios. Los principales resultados dan cuenta que el modelo Multifactorial de Ice Ba-Ron es uno de los más completos y el que incluye variables que otros autores dejaron de lado y respecto a los factores se encontraron al personal, emocional y social los cuales ayudan a la regulación de la conducta del hombre.

Palabras Clave: Inteligencia Emocional, Modelos, Factores.

Abstract

Emotional intelligence is a variable that in recent years has been relevant in psychology and in different organizational areas. Emotional intelligence is related to coping styles and proper handling of conflict situations, with the aim of knowing the functioning of emotions, the regulation of man's behavior and his adaptation in different areas of life. This review tried to explain the main theoretical models of emotional intelligence. The present study corresponds to a theoretical non-experimental design. For the theoretical review, the technique of document analysis, psychometric studies on the variable and repositories were used. The main results show that the Multifactorial model of Ice Ba-Ron is one of the most complete and the one that includes variables that other authors left aside and regarding the factors, personal, emotional and social factors were found, which help to regulate of man's conduct.

Keywords: Emotional Intelligence, Models, Factors.

Revisión Teórica de la Inteligencia Emocional

La coyuntura actual que viene atravesando el mundo, a causa de una pandemia llamada COVID-19, no solo viene afectando la salud física sino la salud mental de la población desde las zonas pobres, marginadas, personas de la clase alta, profesionales de corte financiero e industrial; ha generado como consecuencia el aumento de la presión psicológica, las preocupaciones sobre los efectos del virus en la salud, el miedo al contagio de uno mismo y de los miembros de la familia, el aislamiento social generalizado, los problemas económicos. Dichas incertidumbres han causado problemas a las personas en todo el mundo.

La Organización Mundial de la Salud (2020) hizo una advertencia de que dicha problemática afectaría la salud mental de la población, explicó que el suicidio y la enfermedad pueden aumentar, y pidió a los estados que no ignore la atención psicológica. Por lo consiguiente, todos necesitan estar preparados para hacer frente los nuevos retos de la salud pública que se genera en la sociedad y al aumento de las ya existentes, así mismo hay una gran necesidad de aceptación y gestión de las emociones, adaptación, práctica de la empatía y la automotivación.

El Ministerio de Salud (2020) menciona que dicha circunstancia puede causar en la población problemas emocionales como: estrés, ansiedad, depresión, problemas de sueño, enojo, frustración, miedo, así mismo, problemas a nivel social: debilitamiento de vínculos interpersonales y de las redes de soporte; todos estos factores aumentan el riesgo de contraer problemas de salud mental. Sin embargo, la inteligencia emocional es un factor protector muy importante, ofrece a la población las capacidades de: empatía, escucha activa y gestión emocional (Sánchez, 2013). Permitiendo a las organizaciones y población en general tener una respuesta adecuada y adaptativa que les permita sobrellevar dicha situación.

En el contexto actual la conceptualización y tipificación de inteligencia es cada vez más amplia, siendo la inteligencia emocional una de ellas, en los últimos años viene cobrando gran importancia en la psicología y en diferentes ámbitos organizacionales. La inteligencia emocional está relacionada a los estilos de afrontamiento y al manejo adecuado

de situaciones conflictivas, teniendo como fin conocer el funcionamiento de las emociones, la regulación de la conducta del hombre y su adaptación en los diferentes ámbitos de la vida.

De acuerdo a la realidad descrita, se planteó la siguiente interrogante: ¿Cuáles son los principales modelos teóricos de la Inteligencia Emocional?

Se planteó como objetivo general: Explicar los principales modelos teóricos de la Inteligencia Emocional.

En cuanto a los objetivos específicos: definir el concepto de Inteligencia Emocional y describir los factores de la Inteligencia Emocional.

Esta investigación es de suma importancia ya que pretende realizar una revisión teórica de la inteligencia emocional contribuyendo a la comunidad lectora e investigadora a despertar interés en la investigación de dicha variable puesto que su conceptualización va ir creciendo gradualmente. Por otro lado, aportaría al mundo actual a reforzar dicha variable ya que ayudará a desarrollar la automotivación, el autocontrol, la regulación de estados emocionales y la empatía.

.

Método

El presente estudio corresponde a un diseño no experimental de tipo teórico (Ato, López, & Benavente, 2013) específicamente es una revisión teórica debido a los objetivos planteados en relación a la variable de inteligencia emocional.

Para la revisión teórica se utilizó la técnica del análisis de documento, estudios psicométricos sobre la variable y repositorios, entre las bases de datos utilizadas fueron: Scielo, Redalyc y Dialnet, por otro lado, se hizo uso de repositorios de universidades. Se utilizaron los descriptores: inteligencia emocional, modelos de la inteligencia emocional, factores de la inteligencia emocional y definiciones.

Se tomaron como criterios de inclusión, documentos que se ajusten a la variable a estudiar inteligencia emocional entre ellos artículos científicos de revisión teórica, tesis de pre y post grado, libros digitales. Se excluyeron aquellas fuentes de dudosa procedencia y las que no se ajustaban a los objetivos de la investigación.

Para profundizar y sintetizar la información sobre la variable de estudio se categorizó en: bases teóricas, conceptos básicos, modelos y los factores de la inteligencia emocional.

Respecto a los aspectos éticos, la información fue exclusivamente utilizada para fines de la investigación y se respetó los derechos de autor. Por otro lado, el trabajo fue analizado por el software de antiplagio Turnitin arrojando un 12% de similitud.

Resultados y Discusión

Principales modelos de la inteligencia emocional

Tabla 1. *Modelos de la Inteligencia Emocional*

Autor	Modelo
Mayer y Salovey, 1997	<p>Modelo de habilidades de Mayer y Salovey</p> <p>Entre las habilidades que incluyeron se encuentran: la percepción emocional, la facilitación emocional, comprensión emocional, dirección emocional y la regulación reflexiva. La primera, se refiere al reconocimiento de emociones propias y ajenas, la segunda, relaciona las emociones con las sensaciones, la tercera, es la capacidad de relacionar una emoción con otra, la cuarta, es la regulación de uno mismo y de los demás y finalmente la quinta, se refiere al crecimiento personal (García & Giménez, 2010).</p>
Goleman, 1995	<p>Modelo de Goleman</p> <p>Es considerado uno de los modelos más populares de la Inteligencia emocional ya que es el más actual y el que está teniendo gran impacto en la sociedad. Entre los componentes que lo conforman están la conciencia de uno mismo, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales (García & Giménez, 2010).</p>
Reuven Bar-On, 1997	<p>Modelo Multifactorial de Reuven Bar-On: la inteligencia socio-emocional.</p> <p>Considerado como un modelo multifactorial. En primer lugar, están los componentes Intrapersonales que son: la Comprensión Emocional de sí mismo, la asertividad, el autoconcepto, la autorrealización y la independencia. En segundo lugar, se encuentran los componentes Interpersonales, que está constituido por: la empatía, las relaciones Interpersonales y la responsabilidad Social. En tercer lugar, está la Adaptabilidad, engloba tres componentes: la solución de problemas, la prueba de realidad y la flexibilidad. En cuarto lugar, se encuentra el Componente del manejo de Estrés. Finalmente, el componente emocional (Ugarriza, 2001)</p>

Se puede observar que tanto los modelos de Mayer y Salovey y de Goleman tienen cierta semejanza en cuanto a sus componentes: el reconocimiento de las emociones, la regulación emocional y el conocimiento de las emociones de los demás. Sin embargo, el modelo de Reuven Bar-On es un modelo que cuenta con 5 componentes y 15 sub componentes y frente a los modelos más estudiados este considera componentes que para otros modelos no son tan importantes, a pesar de ello complementa a los otros modelos permitiendo enriquecer significativamente el concepto de inteligencia emocional y dando gran importancia a la felicidad de las personas y su impacto en el entorno social.

Definiciones de inteligencia emocional

Respecto a las definiciones de la inteligencia emocional, la primera aproximación la dio el autor Thornike quien introdujo el término de inteligencia social, posteriormente se encuentra a Gardner que incluye el término de inteligencia interpersonal, entendida como la capacidad que tiene el hombre de percibir y diferenciar sus estados de ánimo. Posteriormente los autores Salovey y Mayer realizaron una definición más clara de la Inteligencia Emocional mencionando que es la capacidad de conocer, valorar y expresar emociones. Por otro lado, dedujeron que la inteligencia cognitiva y emocional son complementarias y que las emociones influyen el rendimiento y éxito del trabajo (Danvila & Satre, 2010).

Tabla 2. *Definiciones de la Inteligencia Emocional*

Autor	Definición
Gardner, 1983	Dio la primera aproximación en su modelo de inteligencias múltiples, entre estas figuraba la inteligencia interpersonal que es considerada como la capacidad del hombre de conocer sus emociones, sentimiento, fortalezas y debilidades (como se citó en Macías, 2002).
Mayer y Salovey	La definieron como una habilidad. En primer lugar, la habilidad de percibir, valorar y expresar las emociones, en segundo lugar, para comprender las emociones y finalmente la regulación emocional. Las habilidades descritas ayudan con el desarrollo emocional e intelectual de la persona (como se citó en Fernández & Extremera, 2005).

Goleman, 1995	Goleman considera a la inteligencia emocional en primer lugar, como una capacidad que permite aceptar y distinguir sentimientos y emociones de sí mismo y de los demás. En segundo lugar, como la capacidad de automotivarse y dirigir las relaciones interpersonales (1995).
Bar-On, 1995	Que define a la inteligencia emocional como un grupo de aptitudes emocionales y sociales que permiten al hombre procesar y enfrentar situaciones del entorno (como se citó en Ugarriza & Pajares, 2005).

La inteligencia emocional es un constructo clave, siendo la capacidad del humano de percibir, comprender, controlar y cambiar el estado emocional de sí mismos y de los demás. Permitiendo guiar y equilibrar las emociones ya que gran parte de las decisiones de la vida se ven influenciadas en mayor y menor grado por estas.

Factores de la inteligencia emocional

Ugarriza (2001) menciona que los 5 principales factores de la inteligencia personal, emocional y social según Reuven Bar-On son: en primer lugar, están los componentes Intrapersonales que son: la Comprensión Emocional de sí mismo, la asertividad, el autoncepto, la autorrealización y la independencia: la primera es la habilidad de comprender, conocer y diferenciar las emociones y sentimientos personales, la segunda es la habilidad para expresar pensamientos, creencias y sentimientos sin dañar a los demás, la tercera es la habilidad de respeto a sí mismo y la identificación de aspectos positivos y negativos, capacidad para realizar lo que se quiere y se puede y capacidad de autodirección y seguridad de sí mismo.

En segundo lugar, se encuentran los componentes Interpersonales, que está constituido por: la empatía, las relaciones Interpersonales y la responsabilidad Social. La primera es la habilidad de entender la realidad ajena de los demás, la segunda hace referencia a la habilidad para establecer relaciones satisfactorias y la tercera es la habilidad para mostrar compromiso con un grupo de pares.

En tercer lugar, está la Adaptabilidad, engloba tres componentes: la solución de problemas, la prueba de realidad y la flexibilidad: la primera es la habilidad para identificar, definir los problemas y generar soluciones, la segunda es la capacidad de saber diferenciar entre lo que objetivo y lo subjetivo y la tercera es la capacidad de adaptar nuestras emociones, pensamientos y conductas a condiciones cambiantes.

En cuarto lugar, se encuentra el Componente del manejo de Estrés: Tolerancia al estrés Control de impulsos: capacidad para sobrellevar eventos adversos y situaciones estresantes.: habilidad para resistir y controlar las emociones, impulsos y tentaciones.

Finalmente, el componente emocional, que está constituido por la felicidad que es la capacidad de sentirse satisfecho y expresar emociones positivas, y el optimismo es la capacidad de mantener una actitud positiva frente a la adversidad.

Tabla 3. *Factores de la Inteligencia Emocional*

Autor	Factores
Pineda , 2015	<p>Factor individual</p> <p>El ser humano debe conocer sus emociones, saber cuándo estas le afectan y cómo influyen en su estado de ánimo y comportamiento, de tal modo que sepa gestionarlas y lograr una homeostasis, debe conocer que no es bueno reprimirlas ni mucho menos dejarse manejar por ellas, por otro lado, aprender a automotivarse y dirigir sus emociones hacia un objetivo.</p>
Pineda, 2015	<p>Factor social</p> <p>El reconocimiento e interpretación de las emociones de los demás, teniendo empatía y permitiendo la mejoría de las relaciones interpersonales y el desarrollo de habilidades que faciliten la interacción con la sociedad.</p>
Muñoz, 2016	<p>Factor familiar</p> <p>Los padres son la primera fuente de conocimiento y manejo de sus emociones, estos deberán mostrar mayor apertura a las necesidades de sus hijos, serán un pilar para que estos se apoyen cuando necesiten</p>

atención, cuidado y amor y contribuirán a la construcción de la seguridad y adaptabilidad de sus hijos.

La inteligencia emocional se puede ver influenciada por diferentes factores: individual, social y familiar. El ser humano debe conocer e interpretar sus emociones ya que estas le van a permitir regular su comportamiento y a reconocer e interpretar las emociones de los demás siendo empático y mejorando sus relaciones interpersonales. Así mismo, esta puede actuar como factor protector ante situaciones de riesgo entre ellas la ideación suicida. Por otro lado, en el ámbito familiar los padres son la primera fuente de conocimiento de las emociones, educando a hijos con comunicación, amor y ayudándoles a crecer en un hogar seguro brindándoles la capacidad de adaptarse a cualquier situación.

Para mayor explicación encontramos a los factores que considera Ice-Baron: la percepción de uno mismo que consiste en respetarse a uno mismo, reconocer fortalezas y debilidades, incluye el reconocimiento y comprensión de las emociones; en segundo lugar, se encuentra el factor de la expresión personal, el cual a su vez engloba la comunicación de sentimientos; por otro lado, está el componente interpersonal el cual consiste en el reconocimiento de las emociones de los demás; así mismo encontramos la capacidad de la toma de decisiones el cual consiste en la aptitud de encontrar una solución a un problema y finalmente el manejo del estrés el cual implica a enfrentarse a situaciones que son difíciles o críticas.

Conclusiones

Entre los principales modelos de la inteligencia emocional se encuentran el modelo de las habilidades de Mayer y Salovey, Modelo de Goleman y Modelo multifactorial de Reuven Bar-On. Por otro lado, cabe mencionar que en los 3 modelos se pueden extraer habilidades y competencias para afrontar las adversidades con optimismo y resiliencia.

La inteligencia emocional es la capacidad de comprender, manejar y controlar las emociones de uno mismo y de los demás.

Los factores que influyen en el desarrollo de la inteligencia emocional son los personales, sociales y familiares, permitiendo el manejo de estas y en crecimiento en seguridad y estabilidad emocional. Así mismo los factores presentados Ice-Baron son aquellos que engloban a todos los ya mencionados, considerando como factores el manejo emocional, la resolución de problemas, el reconocimiento de fortalezas y debilidades y el manejo del estrés ante situaciones difíciles y críticas.

Recomendaciones

Se recomienda a los futuros estudiantes que tengan interés en el estudio de la variable de la inteligencia emocional, hagan una revisión teórica en una realidad específica la cual les permita obtener resultados relevantes siendo de gran beneficio para su aprendizaje y para la población.

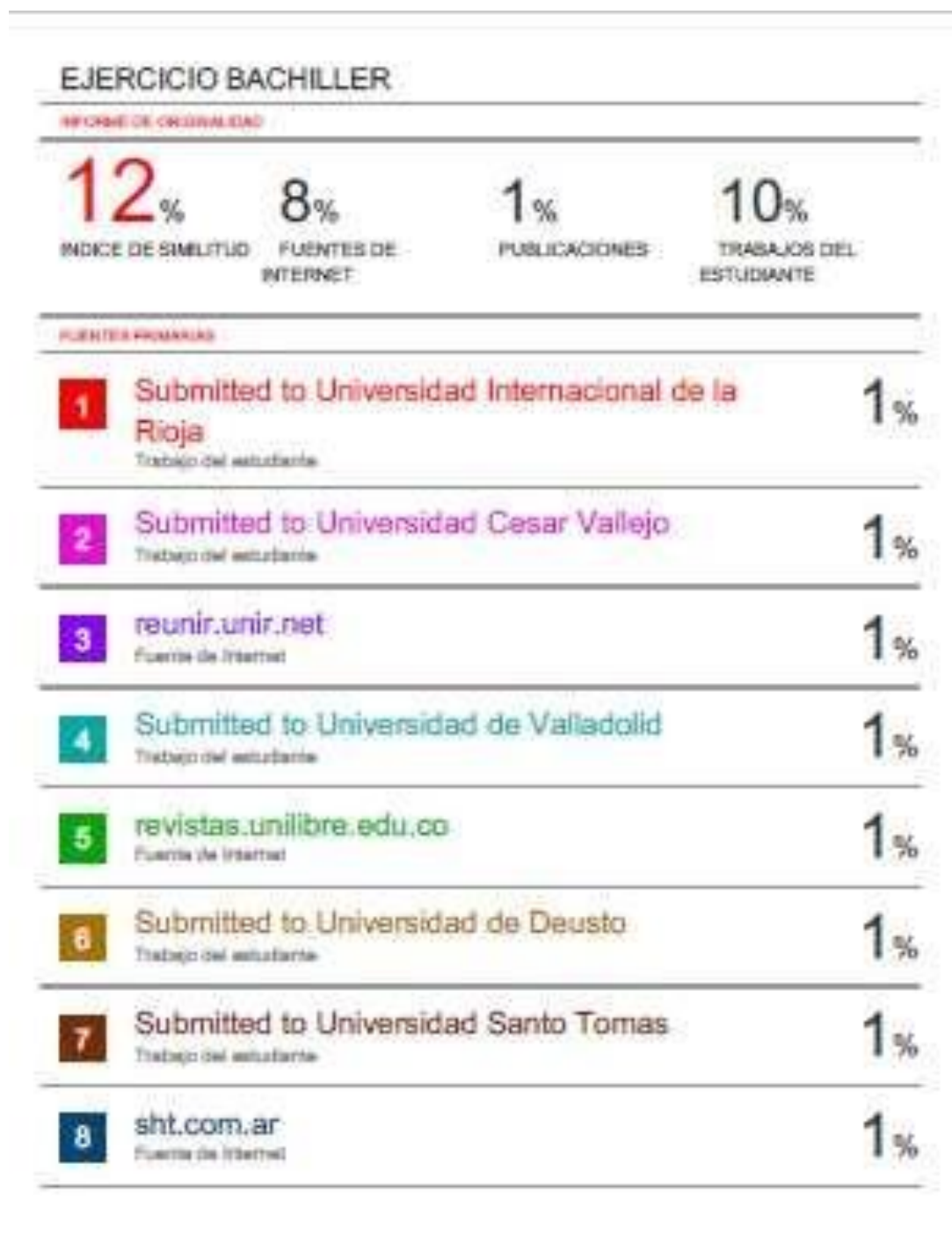
Por otro lado, se recomienda estudiar a profundidad otros modelos teóricos de la inteligencia emocional facilitando la comprensión de los componentes de dicha variable.

Referencias

- Ato, M., López, J.J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3). Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282013000300043
- Danvila, I. & Satre, M.A. (2010). Inteligencia emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación. *Cuadernos de estudio empresarial*, 20, 170-126. Recuperado de: [file:///C:/Users/hp/Downloads/38963-Texto%20del%20art%C3%ADculo-47025-1-10-20120410%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/hp/Downloads/38963-Texto%20del%20art%C3%ADculo-47025-1-10-20120410%20(2).pdf)
- Fernández, P. & Extremera, N. (2009). La Inteligencia Emocional y el estudio de la felicidad. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66(23.3), 85-108. Recuperado de: http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf35estudio_felicidad.pdf
- García, M. & Giménez, S.I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral Cuadernos del Profesorado*, 3(6), 43-52. Recuperado de: <http://www.cepcuevasolula.es/espiral>.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Editorial Kairós, S.A. Recuperado de: https://books.google.com.pe/books/about/Inteligencia_emocional.html?id=YuybDwAAQBAJ&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Macias, M. A. (2002). Las múltiples inteligencias. *Psicología desde el Caribe*, (8), 26-38. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21301003.pdf>
- Ministerio de salud (2020). *Cuidado de la salud mental del personal de la salud en el contexto del Covid – 19*. Recuperado de: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5000.pdf>
- Muñoz, C. (2016). *Inteligencia Emocional: el secreto para una familia feliz*. [version PDF]. Recuperado de: <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM007172.pdf>.
- Organización mundial de la salud (2020). *Informe de salud en el mundo*. Recuperado de: <https://www.who.int/whr/2006/chapter1/es/>

- Pineda, A. L. (2015). *Componentes de inteligencia emocional que presentan los alumnos de Preparatoria del año 2014 del colegio externado de San José, y su relación con el rendimiento académico*. (Tesis de pregrado). Recuperado de: <https://docplayer.es/49637407-Universidad-rafael-landivar-facultad-de-humanidades-licenciatura-en-educacion-y-aprendizaje.html>
- Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*, (4), 129-160. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118178005.pdf>
- Ugarriza, N. & Pajares. L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescents. *Persona*, (8), 11-58. Recuperado: <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001.pdf>

Anexos



9	Submitted to Universidad de Cundinamarca <small>Trabajo del estudiante</small>	1%
10	Submitted to IPE Test Account <small>Trabajo del estudiante</small>	1%
11	www.lacapital.com.ar <small>Fuente de Internet</small>	1%
12	interrogantes.net <small>Fuente de Internet</small>	1%
13	revistas.unimagdalena.edu.co <small>Fuente de Internet</small>	1%
14	www.santafemarcial.8k.com <small>Fuente de Internet</small>	<1%
15	www.telemundochicago.com <small>Fuente de Internet</small>	<1%

Escribir citas

Apagado

Escribir referencias

Apagado

Escribir bibliografía

Activo