

Dimensiones exógenas de la inteligencia emocional: capacidad de adaptación al entorno y capacidad de relacionarse para la salud integral de adolescentes de séptimo y octavo año del Colegio Unidad José Rafael Araya Rojas.

Tesis presentada en la
División de Educación para el Trabajo
Centro de Investigación y Docencia en Educación
Universidad Nacional

Para optar al grado de Licenciatura en
Orientación

María Paula Campos Espinoza
Kenneth José Chávez Morales

Enero, 2024

Dimensiones exógenas de la inteligencia emocional: capacidad de adaptación al entorno y capacidad para relacionarse para la salud integral de adolescentes de séptimo y octavo año del Colegio Unidad José Rafael Araya Rojas.

Tesis presentada en la
División de Educación para el Trabajo
Centro de Investigación y Docencia en Educación
Universidad Nacional

Para optar al grado de Licenciatura en
Orientación

María Paula Campos Espinoza
Kenneth José Chávez Morales

Enero, 2024

Dimensiones exógenas de la inteligencia emocional: capacidad de adaptación al entorno y capacidad de relacionarse para la salud integral de adolescentes de sétimo y octavo año del Colegio Unidad José Rafael Araya Rojas

María Paula Campos Espinoza
Kenneth José Chávez Morales

Aprobado por:

Tutor del Trabajo Final de Graduación

M.Sc. Juan Ortega Rojas

Lectora

Dra. Mercedes Gómez Salgado

Lectora

Licda. Natalia Rodríguez Jiménez

Representación del Decanato

Dra. Susana Jiménez Sánchez

VICTOR JULIO
VILLALOBOS
BENAVIDES (FIRMA)

Firmado digitalmente por
VICTOR JULIO VILLALOBOS
BENAVIDES (FIRMA)
Fecha: 2024.02.07 11:59:00
-06'00'

Representante Dirección de Unidad Académica

M.Sc. Víctor Villalobos Benavides

Nota: La hoja de firmas contiene únicamente la firma digital de la persona directora de la Unidad Académica, con base en el acuerdo UNA-CO-CIDE-ACUE- 214-2020.

Dedicatoria

Dedico esta tesis, en primera instancia a mi persona y a mi compañero Kenneth por tanto esfuerzo y dedicación a lo largo de este proceso, sin su ayuda y apoyo esta tesis no sería posible. A mis papás Lady, Luis y Carlos por el apoyo brindado a lo largo de estos años. A mi pareja por nunca dejar de creer en mi e impulsarme a ser mejor cada día.

- Ma. Paula Campos Espinoza

Esta investigación es sinónimo de esfuerzo y dedicación a lo largo de los años, por lo que quiero hacer mención especial a mi compañera de este viaje Paulita, a mi familia en general agradecerles por siempre estar apoyándome, en especial a mi papá, mi mamá y mi hermana.

Esta investigación también la quiero compartir con personas que siempre han estado presentes en mi vida, mis mejores amigas, mi mejor amigo que me apoyan en todas las decisiones y momentos. Y por último con todas esas personas que de alguna u otra manera han formado parte de esta experiencia desde el primer día que llegué a la universidad hasta el día de hoy que finaliza un ciclo. Gracias.

- Kenneth Chávez Morales

Agradecimientos

Le agradecemos al profe Juan, por todo su tiempo, esfuerzo, dedicación y conocimiento brindando, a la profe Mercedes y a Natalia por su apoyo.

Agradecemos también al Colegio José Rafael Araya Rojas, al Orientador Ronald y la Orientadora Laura, por permitirnos ingresar a su institución y dejarnos aprender de la población.

A la Universidad Nacional, por ser un centro de formación excepcional, a los profesores con los que nos hemos cruzado a lo largo de la carrera, por transmitirnos su conocimiento.

A nuestros familiares y allegados, por su paciencia y apoyo, gracias por que cada uno de ustedes puso su granito de arena para que esto sea posible.

Resumen

Campos, M-P; Chávez, K. *Dimensiones exógenas de la inteligencia emocional: capacidad de adaptación al entorno y capacidad para relacionarse para la salud integral de adolescentes de sétimo y octavo año del Colegio Unidad José Rafael Araya Rojas.*

La presente investigación cuyo objetivo general es analizar la capacidad de adaptación al entorno y la capacidad de relacionarse de inteligencia emocional para la salud integral de las personas adolescentes de la institución seleccionada, la metodología consta de un paradigma positivista, tomando en consideración un enfoque cuantitativo, y una muestra de 225 estudiantes de sétimo y octavo año con edades de 12, 13 y 14 años.

La inteligencia emocional es esencial en la salud integral de las personas adolescentes, ya que a partir de ella se pueden generar beneficios que favorezcan la salud integral o bien situaciones que perjudiquen la misma, causando en la persona adolescente situaciones que induzcan a situaciones violentas en la población. Además, la salud y la prevención también son importantes, pues el cuidado tanto en la salud física como mental puede favorecer a la población de personas adolescentes para que puedan manejar la inteligencia emocional de forma adecuada. Algunos de los principales hallazgos se enfocan en que se logró evidenciar que tanto los niveles de habilidad social como los niveles de adaptabilidad son medios, no obstante, hay ocasiones en las que se invierten los datos y la población presenta más alto un indicador que otro, lo cual nos demuestra que, aunque estos se relacionan no necesariamente uno influye directamente en el otro.

Es importante tomar en consideración que desde la Orientación el trabajo con los padres y madres de familia temas de convivencia familiar, comunicación asertiva, escucha activa y relaciones intrafamiliares, así como el trabajo la adaptación a las diferentes dimensiones en específico la adaptación familiar y emocional y la adaptabilidad a los cambios en la población, son de vital importancia y es por esto que se pretende medir los niveles de inteligencia emocional y adaptabilidad en la población después de cambios grandes en su dinámica diaria como lo fue la pandemia.

Palabras claves. Inteligencia emocional, adolescentes, adaptabilidad, salud integral, Orientación

Tabla de contenido

Páginas de firmas	
Dedicatorias	
Agradecimientos	
Resumen	v
Tabla de contenido	vi
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	viii
Capítulo I	1
Introducción	1
Tema	1
Planteamiento y formulación del problema de investigación	2
Justificación	3
Antecedentes	5
Objetivos	19
Capítulo II	20
Marco teórico	20
Adolescencia	20
Salud integral	23
Inteligencia emocional	25
Capacidad de adaptación al entorno	30
Capacidad para relacionarse	32
La familia	35
Toma de decisiones	36
Prevención selectiva	37
Capítulo III	39
Marco Metodológico	39
Paradigma	39
Enfoque	41

Diseño	42
La población	43
La muestra	43
Variable	44
Estrategias metodológicas técnicas e instrumentos utilizados	47
Ingreso al campo	49
Tratamiento de la información	49
Consideraciones éticas	49
Capítulo IV	51
Análisis e interpretación de resultados	51
Descripción de resultados	51
Análisis de resultados	83
Capítulo V	93
Conclusiones y recomendaciones	93
Conclusiones	93
Recomendaciones	95
Referencias	97
Apéndices	109
<i>Apéndice A</i>	109
Instrumento aplicado	109
<i>Apéndice B</i>	117
Consentimiento Informado utilizado	117
<i>Apéndice C</i>	118
Carta de autorización de la institución	118

Índice de tablas

Tabla1		
<i>Dimensiones de la inteligencia emocional</i>		26
Tabla2		
<i>Dimensiones del instrumento</i>		45
Tabla3		
<i>Nivel al que pertenece</i>		51
Tabla4		
<i>Edad en años cumplidos</i>		52
Tabla5		
<i>Distrito al que pertenece</i>		53
Tabla6		
<i>Edad en años cumplidos según nivel de habilidad social de cada participante</i>		54
Tabla7		
<i>Grado a que pertenece según nivel de habilidad social de cada participante</i>		54
Tabla8		
<i>Nivel de habilidad social por género</i>		55
Tabla9		
<i>Escala de habilidades por nivel</i>		55
Tabla10		
<i>Hablo con desconocidos</i>		57

Tabla11	
<i>Expreso una opinión diferente a la que expresa la persona con la que estoy</i>	57
Tabla12	
<i>Pido que baje la voz a alguien que está hablando demasiado alto en el cine o en algún lugar que requiera silencio</i>	58
Tabla13	
<i>Digo a otra persona que respete mi turno de palabra</i>	58
Tabla14	
<i>Salgo con gente que casi no conozco</i>	59
Tabla15	
<i>Respondo a una pregunta de un profesor en clase o de un superior en una reunión</i>	60
Tabla16	
<i>Hablo con mis compañeros de clase, en un trabajo o una reunión</i>	61
Tabla17	
<i>Mantengo la calma cuando me he equivocado delante de otras personas</i>	62
Tabla18	
<i>Mantengo la calma ante las críticas que me hacen otras personas</i>	63
Tabla19	
<i>Pido disculpas cuando mi comportamiento ha molestado a otra persona</i>	63
Tabla20	
<i>Respondo a una crítica que me ha molestado</i>	64

Tabla21	
<i>Pido disculpas a alguien cuando he herido sus sentimientos</i>	65
Tabla22	
<i>Digo que “No” cuando no quiero prestar algo que me piden</i>	65
Tabla23	
<i>Rechazo una petición que no me agrada</i>	66
Tabla24	
<i>Digo que “No” cuando me piden algo que me molesta hacer</i>	67
Tabla25	
<i>Doy una expresión de cariño (besos, abrazos, caricias) a personas que quiero)</i>	68
Tabla26	
<i>Doy una expresión de apoyo (abrazo, caricia) a alguien cuando lo necesita)</i>	68
Tabla27	
<i>Respondo a una crítica que me ha molestado</i>	69
Tabla28	
<i>Respondo a una crítica injusta que me hace otra persona</i>	70
Tabla29	
<i>Invito a salir a la persona que me gusta</i>	70
Tabla30	
<i>Digo a la persona que me atrae que me gustaría conocerla mejor</i>	71

Tabla31	
<i>Cree que en su casa debería existir más comprensión y afectos</i>	71
Tabla32	
<i>La mayor parte del tiempo tiene la impresión de que su padre y madre no le comprenden</i>	72
Tabla33	
<i>De vez en cuando se ve obligado u obligada a callarse o irse a un lugar separado para evitar problemas en casa</i>	72
Tabla34	
<i>Le parece que su padre y madre han sido o son demasiado estrictos con usted</i>	73
Tabla35	
<i>La mayor parte del tiempo no está de acuerdo con la forma en que su padre y madre tratan los asuntos</i>	73
Tabla36	
<i>Sufre a menudo heridas o lesiones considerables en su cuerpo</i>	74
Tabla37	
<i>Últimamente ha tenido dos o más enfermedades importantes. (enfermedades graves o que te hayan obligado a guardar cama durante varias semanas)</i>	74
Tabla38	
<i>Ha necesitado visitar al médico con bastante frecuencia</i>	75
Tabla39	
<i>Le resulta muy difícil hablar en público</i>	76

Tabla40	
<i>Hace amistades con facilidad</i>	76
Tabla41	
<i>Se siente seguro o segura cuando debe hablar frente a todos en clase</i>	77
Tabla42	
<i>Suele llorar con facilidad</i>	78
Tabla43	
<i>Comparación de la adaptación emocional por género, suele llorar con facilidad y el género de los y las participante</i>	78
Tabla44	
<i>Se desanima fácilmente</i>	79
Tabla45	
<i>La mayor parte del tiempo siente nerviosismo</i>	80
Tabla46	
<i>Luego de haber sufrido una situación vergonzosa, se queda muy preocupado o preocupada durante demasiado tiempo</i>	81
Tabla47	
<i>Tiene cambios de humor sin alguna razón aparente. (te enojas rápidamente y luego ya no)</i>	82

Índice de figuras

Figura 1

Edad en años cumplidos

¡Error! Marcador no definido.

Figura 2

Distrito al que pertenece

¡Error! Marcador no definido.

Figura 3

Nivel de habilidad social por género

55

Figura 4

Expreso una opinión diferente a la que expresa la persona con la que estoy

58

Figura 5

Respondo a una pregunta de un profesor en clase o de un superior en una reunión

60

Figura 6

Hablo con mis compañeros de clase, en un trabajo o una reunión

61

Figura 7

Respondo a una crítica que me ha molestado

64

Figura 8

Digo que “No” cuando no quiero prestar algo que me piden

66

Figura 9

Digo que “No” cuando me piden algo que me molesta hacer

67

Figura 10	
<i>Doy una expresión de apoyo (abrazo, caricia) a alguien cuando lo necesita</i>	69
Figura 11	
<i>Se siente seguro o segura cuando debe hablar frente a todos en clase</i>	77
Figura 12	
<i>Comparación de la adaptación emocional por género, suele llorar con facilidad y el género de los y las participantes</i>	79
Figura 13	
<i>La mayor parte del tiempo siente nerviosismo</i>	80
Figura 14	
<i>Luego de haber sufrido una situación vergonzosa, se queda muy preocupado o preocupada durante demasiado tiempo</i>	81
Figura 15	
<i>Tiene cambios de humor sin alguna razón aparente (te enojas rápidamente y luego ya no)</i>	82

Capítulo I

Introducción

El presente estudio para optar por el grado de Licenciatura en Orientación pretende describir los componentes exógenos de la inteligencia emocional como aspectos determinantes en la salud integral de las personas adolescentes del cantón de Tibás, esto a raíz de la Pandemia por el COVID-19 y el aislamiento social presenciado durante la misma. Su objetivo general es Analizar la relación de inteligencia emocional para la salud integral en adolescentes de 12 a 14 años del Colegio José Rafael Araya Rojas.

A partir de esto se logra identificar la importancia de la inteligencia emocional desde etapas tempranas del ciclo vital, sin embargo, también se denota la importancia de reforzarla durante las etapas de la adolescencia.

Este es un estudio cuantitativo, de enfoque positivista, en el que participan doscientos veinticinco estudiantes de séptimo y octavo grado, con edades entre los doce y los 14 años de edad, vecinos del cantón de Tibás.

Se entiende que la inteligencia emocional es una temática fundamental en la Orientación, de forma que las personas puedan desarrollarse a lo largo del ciclo vital y evitar daños en la salud emocional.

Tema

Dimensiones exógenas de la inteligencia emocional: capacidad de adaptación al entorno y capacidad para relacionarse para la salud integral de adolescentes de séptimo y octavo año del Colegio Unidad José Rafael Araya Rojas.

Planteamiento y formulación del problema de investigación

En términos generales la salud integral en la población adolescente se ha visto en riesgo durante los últimos años debido a situaciones que atentan contra la vida de estos y estas, “La OMS estima que 70% de las muertes prematuras en el adulto se deben a conductas iniciadas en la adolescencia. Entonces, la adolescencia constituye un momento clave para la incorporación de hábitos que, a futuro, determinarán una adultez más sana.” (Ministerio de Salud de la Ciudad de Buenos Aires. 2016. párr.8)

Aunado a esto, el Ministerio de Salud de la República de Costa Rica (2014) establece que en la salud integral se deben integrar todas las dimensiones que forman a la persona, entiéndase físico, intelectual, social, cultural y espiritual. Estas dimensiones propician la maduración neurológica y el desarrollo de capacidades que les permitan tener acceso a una vida de calidad.

Además de esto, se establece que “Cuando se abordan las necesidades del grupo adolescente, es importante que las respuestas del Estado, la sociedad y la familia consideren las características propias que presentan y los involucre como agentes activos de su propio desarrollo, con un papel protagónico en la promoción de su calidad de vida y salud. (p.24)

Es por lo anterior que se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son los recursos emocionales, personales-sociales y de adaptabilidad presentes en adolescentes de 13 a 14 años del cantón de Tibás que favorecen la salud integral?

Justificación

El tema a tratar corresponde a dimensiones exógenas de la inteligencia emocional: capacidad de adaptación al entorno y capacidad para relacionarse para la salud integral de adolescentes de séptimo y octavo año del Colegio Unidad José Rafael Araya Rojas.

A partir de la situación actual del mundo por la Pandemia causada por el virus SarsCov-2, conocido como COVID-19, se ha evidenciado la importancia de conocer la inteligencia emocional, especialmente que la persona pueda reconocer sus propias emociones, conocer sus límites e identificar cuando requiere ayuda profesional y la adaptación a las situaciones ajenas a su control que pueden afectar su estabilidad emocional; además se considera importante trabajar las conductas violentas que interfieren en la salud integral en las personas adolescentes la normalización de estas conductas se ha visto incrementada por medio de bromas y chistes que se presentan en redes sociales y presenciales entre la población.

En relación con la situación pandémica vivida a nivel mundial, es importante que las personas profesionales en Orientación refuercen la inteligencia emocional en la población con el fin de que estas puedan adaptarse a los cambios sufridos de forma repentina y que pueden provocar situaciones de riesgo en la salud mental y física de la población.

Conviene rescatar que desde la Orientación la prevención promueve el desarrollo integral de las personas. Se toma en consideración lo mencionado por Dueñas (citando a Perea, 2002) acerca de la salud emocional quien menciona que “todas las personas necesitan sentirse seguras emocionalmente, es decir, tener sentimientos de bienestar y estabilidad emocional. El factor emocional se considera como un elemento muy importante en la prevención y/o desarrollo de algunas enfermedades” (p.86). Partiendo de lo anterior se entiende como el objeto de estudio el conocer las dimensiones exógenas de la inteligencia emocional de las personas adolescentes con la salud integral de los mismos.

Aunado a lo descrito anteriormente, autores como Fernández, Domínguez, y Cruz. (2009, p.4482) determinan que la “inteligencia emocional (estimulando y desarrollando todas sus habilidades emocionales) responde a la idea de que los [y las] adolescentes estén preparados para asumir los distintos papeles que desempeñarán en la obra de su vida, compartiendo historias, secretos y aventuras con todos los que le rodeen”. Es por lo anterior que se considera que la persona es un ser integral capaz de conocerse a sí mismo y tomar decisiones, sin embargo, estas deben ser guiadas por la inteligencia emocional, de forma tal que la persona pueda identificar situaciones adversas y sobrellevarlas con ayuda de redes de apoyo, evitando situaciones de riesgo.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2020, la adolescencia es una etapa del ciclo vital de suma importancia, ya que en esta se desarrollan los mayores cambios de la persona y es precisamente en esta en donde se pueden fomentar hábitos saludables favorezcan su salud mental tanto en la etapa que están atravesando actualmente como en la adultez.

De lo anterior se infiere que es vital fomentar los hábitos de vida saludable a lo largo del ciclo vital, sin embargo, la adolescencia, es importante ya que en esta se desarrolla la identidad y personalidad, de forma tal que estos pueden prevenir conductas violentas.

Partiendo de las estadísticas estudiadas, se establece que las conductas violentas, entre estas el suicidio, aumentan cada día, convirtiéndose en un tema recurrente, también se menciona que la población que comete más suicidios son los adolescentes entre los 15 y 19 años, debido a esto se evidencia la importancia de analizar la inteligencia emocional con las conductas violentas en población entre los 13 y 14 años.

Continuando con lo anterior, el Patronato Nacional de la Infancia (PANI) también establece que recibió 1345 alertas de adolescentes que han presentado ideación suicida o tentativas de esta en el 2020, generando así un vacío para investigación y prevención en la población adolescente.

Antecedentes

Cabe resaltar que la inteligencia emocional es un tema con el cual se tenía una inclinación previa a investigar, a partir del estado del arte surge la idea de conocer la inteligencia emocional más allá de un tema amplio y extenso y así plantear una investigación enfocada en una parte específica de esta temática.

El presente apartado es un cúmulo de documentos en los últimos diez años a nivel internacional. Sin embargo, a nivel nacional el rango de búsqueda se extiende a veinte años. Se realizó la búsqueda en distintos sitios como Google académico, repositorios de universidades tanto a nivel nacional como internacional, revistas de artículos científicos y bibliotecas físicas y virtuales.

Se mencionan investigaciones tanto internacionales como nacionales que son consideradas relevantes para la investigación, existen documentos enfocados en estudios cuantitativos, cualitativos y mixtos, también se mencionan instituciones que benefician el estudio, así como información acerca de leyes y campañas.

Si bien la población adolescente es una de las que más se ha trabajado con respecto a esta temática, los rangos de edades son amplios y se agrupan en diferentes etapas del desarrollo no se enfocan específicamente en una, a esto se le suma que la inteligencia emocional es investigada como un todo y no con partes específicas. Siendo un punto de partida para la investigación realizada.

Para el ámbito **internacional**, se consideran un total de trece estudios de personas profesionales en áreas como psicología, psicología clínica, psicopedagogía, pedagogía infantil y educación.

En cuanto a la inteligencia emocional, Cejudo, Losada y Pérez (2017), en España presentan un trabajo de investigación basado en: Inteligencias múltiples y su relación con

inteligencias cognitiva y emocional en adolescente, desde la disciplina de Psicología, se presenta como objetivo principal es la adaptación y validación de una versión abreviada del IAMI para adolescentes españoles entre los rangos de edades de 11 a 19 años, y se enmarca en la categoría de “estudios instrumentales”. Es un estudio cuantitativo.

La evidencia mostró entre sus principales hallazgos, las inteligencias personales muestran convergencia entre la inteligencia emocional de rasgo, a su vez, es interesante observar que esta inteligencia mostró mayor correlación con la inteligencia intrapersonal que con la inteligencia interpersonal, lo cual concuerda con la mayor carga del componente interpersonal de la inteligencia emocional. Es pertinente realizar análisis factoriales para comprobar si la estructura del IAMI-M40 es replicable.

Por otro lado, Aguilar (2018), desarrolló un estudio basado en la Inteligencia Emocional como una herramienta para el desarrollo de habilidades socio-emocionales en adolescentes en la telesecundaria, es una tesis para obtener el título de licenciatura en Pedagogía de la Universidad Nacional Autónoma de México. Esta propone diseñar e implementar un taller dirigido a adolescentes de secundaria, cuyo objetivo es utilizar la inteligencia emocional como herramienta para el desarrollo de habilidades socio-emocionales que les permitan la toma de decisiones más conscientes ante las situaciones que se les presenten.

La investigación se realizó bajo un enfoque cualitativo, con una población adolescentes de entre 14 y 15 años. Entre los resultados obtenidos se constató que no se puede generalizar acerca de las causas o soluciones de los posibles problemas que un adolescente pueda llegar a tener, lo que se puede tomar en cuenta son cuestiones socio-culturales que permiten analizar más ampliamente la inteligencia emocional como una herramienta efectiva para trabajar en cuanto al desarrollo de la identidad, y proposición de metas.

Posteriormente, Ruiz, y Carranza (2018), trabaja desde la disciplina de Psicología con la inteligencia emocional, género y clima familiar en adolescentes peruano. Bajo el objetivo de analizar la relación entre la inteligencia emocional, el género, la estructura familiar y el

clima familiar en adolescentes del distrito de San Juan de Lurigancho, en Lima, Perú. En donde se tomó como muestra 127 adolescentes para llevar a cabo un estudio cuantitativo.

El estudio concluyó que se logra el reconocimiento de las emociones por parte de la población adolescente, donde se posicionan las mujeres como la que posee mayor cantidad de habilidades de inteligencia emocional. También es importante mencionar que se encuentra una correlación directa entre el clima familiar y la inteligencia emocional de la población total.

Zinoni (2020), presentó una investigación enfocada en autorregulación emocional y uso de estrategias de aprendizaje en alumnos del último año para optar por la licenciatura en Psicopedagogía en la Universidad Católica Argentina, la cual presenta como objetivo general el analizar la relación que existe entre el nivel de autorregulación emocional y el uso de estrategias de aprendizaje por parte de alumnos de escuela. Se estableció un enfoque cuantitativo con una muestra que se conformó por 151 adolescentes de ambos sexos, pertenecientes al último año.

Los hallazgos más relevantes del estudio resaltan que las habilidades de regulación emocional y las estrategias de aprendizaje son potencialmente enseñables, esto quiere decir que se encuentra en ambas el principal deseo de la educación en la actualidad. Se resalta como un punto importante generar espacios de aprendizaje que se basen en estrategias de aprendizaje (cognitivas, metacognitivas y de administración de recursos) en un ambiente de bienestar emocional propicio para el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En investigación efectuada por Díaz y Gutiérrez (2018), en la maestría en Educación de la Universidad de Medellín Colombia, estos autores trabajan la educación emocional y competencias emocionales y ciudadanas de los estudiantes de grado sexto, se planteó como objetivo, valorar la influencia de la estrategia didáctica “Educar las emociones” en las competencias emocionales y las competencias ciudadanas de los estudiantes del grado sexto, en las Instituciones Educativas La Asunción y Antonio Ricaurte de Medellín en el año escolar

2017. El estudio se clasificó como cuantitativo e incluyó a 77 estudiantes de los cursos 6-2 de ambas instituciones educativas, así como un grupo control compuesto por 79 estudiantes.

Los principales resultados contemplaron que la educación emocional es una estrategia que fortalece las habilidades para la vida; por ello su inclusión en los currículos académicos garantiza la continuidad del proceso formativo en la línea de la educación emocional y aseguraría una participación activa por parte de la comunidad educativa. También cabe resaltar que entre los hallazgos se hace énfasis en tener profesionales formados en la temática de inteligencia emocional para la implementación de estrategias a fin con la población.

Cabrera (2019), elaboró en Colombia, desde la disciplina de Psicología, desarrolla un estudio de la musicoterapia en el desarrollo de habilidades de inteligencia emocional, en jóvenes estudiantes. Se estipula como objetivo principal describir cómo un proceso de musicoterapia influye en el desarrollo de habilidades de inteligencia emocional en jóvenes estudiantes del colegio IPARM de Bogotá por medio de estudios de caso fenomenológicos. El estudio se aplicó a seis estudiantes de edades entre los 14 y los 17 años de grados octavo y décimo, desde un enfoque cualitativo.

Se concluyó que incluir redes de apoyo como familia, amistades y la comunidad están asociadas a la importancia de dar y recibir, de modo que las personas asociadas con recibir apoyo y afecto aportan un bienestar para los que los rodean. Se logra comprobar que la musicoterapia es una herramienta de gran utilidad para el desarrollo de habilidades de inteligencia emocional.

En el estudio elaborado por Aguilar (2019), en la Universidad Nacional Autónoma de México, desde la disciplina de Psicología. Se basa en la influencia del estilo de vida e inteligencia emocional en la autoestima de los adolescentes, se contempló como objetivo general conocer el nivel de autoestima y su relación con su poco cuidado en el estilo de vida e inteligencia emocional en adolescentes. La investigación se realizó con adolescentes en el rango de edades de 14 a 20 años, la tesis se catalogó como cuantitativa.

Dentro de los principales hallazgos se puede mencionar que los adolescentes en la actualidad tienen más afinidad con la tecnología y las tendencias dentro de las mismas ya que, si inician con una actividad se relaciona con la moda o una tendencia, con el hecho de ser aceptados, se da a conocer que es importante saber cómo manejar la percepción de la autoestima ya que conlleva a tener mejores relaciones. Por lo que el estilo de vida y la autoestima son de gran importancia para el desarrollo de la inteligencia emocional.

Por su lado Torres (2019), elaboró un estudio de la inteligencia emocional del alumnado en educación secundaria entre 16 y 18 años y su relación con el sentimiento académico, esto con el fin de optar por la licenciatura en Psicopedagogía de la Universidad Católica Argentina, la cual se direccionó principalmente a evaluar la inteligencia emocional en alumnos de educación secundaria, y su relación con el rendimiento académico. El rango de edad osciló entre los 16 y 18 años donde predominó la población femenina.

La investigación está inmersa en el enfoque cuantitativo. De acuerdo con los hallazgos obtenidos, se destaca que no se encontró una asociación entre las variables inteligencia emocional y rendimiento académico. Sin embargo, existe un caso atípico donde sucede todo lo contrario por lo que no se puede descartar del todo la relación de las variables, a nivel general los alumnos presentan un desarrollo medio en ambas.

Montero (2019) desarrolló un proyecto para optar por la licenciatura en Educación de la Universidad de Salamanca en España, donde trabaja la propuesta de intervención a través de la educación emocional infantil, el cual tuvo como objetivo principal elaborar un análisis de la inteligencia emocional aplicada en el contexto escolar, exactamente en la etapa de la niñez, desde un enfoque cualitativo. La población se dirige a un grupo de tercer grado de educación primaria.

Entre los principales resultados se aprecia que la educación emocional en la actualidad es un apartado fundamental en el panorama educativo. Por otro lado, cabe mencionar que los docentes no le dan la importancia suficiente a la inteligencia emocional lo cual generaría un cambio. Entre los hallazgos se extrae que los docentes o profesionales en

otras áreas en las generaciones más recientes promuevan la formación de cursos en el ámbito educativo no solo para las personas estudiantes sino también para los docentes.

La investigación desarrollada por Rodríguez (2019), se basa en las habilidades y competencias para la vida como ingrediente esencial de la educación emocional y se efectuó en la Universidad Javeriana Facultad de Educación Licenciatura en Pedagogía Infantil de Bogotá, con la finalidad de Identificar de qué manera las habilidades para la vida fortalecen la educación emocional. Para lo anterior se conformó una muestra de niños y niñas entre 8 y 9 años (grado cuarto). La tesis se realizó desde un enfoque cualitativo.

Las conclusiones de la investigación informan que es importante trabajar con la identificación de las emociones básicas, ya que los niños y las niñas las tienden a confundir. A su vez la tarea de la educación emocional implica la regularidad de las habilidades y las capacidades para la vida de modo regular en las instituciones educativas. En donde las instituciones consideren construir un ambiente no solo desde la palabra, sino desde la práctica trabajando desde el sentir.

Posteriormente Hurtado (2020), realizó una tesis para optar por el grado de licenciatura en educación de la Universidad Javeriana en Colombia, la cual implementa una estrategia Pedagógica mediante un recurso digital para la enseñanza de la inteligencia emocional en espacios remotos. El objetivo que pretendía este estudio consistió en diseñar una estrategia Pedagógica mediante e-learning para la enseñanza de la inteligencia emocional en contextos educativos. Se utilizó una metodología cualitativa, con una población de tercer grado con edades que oscilan entre los 5 y 7 años.

Los principales resultados del estudio indicaron que la inteligencia emocional tiene un alto impacto en los niños y niñas, ya que se relaciona con la capacidad de reconocer los propios sentimientos y los de las personas que los y las rodean permitiendo darle un nombre a los que sienten. Tomando en cuenta la educación virtual la población se visualiza más abrumada que antes y también más solos. Lo que afecta directamente el estado emocional

provocando sentirse aburridos, se evidencia que hay emociones que aún no pueden expresar, probablemente por desconocimiento de estas.

Los últimos antecedentes internacional se basan en la temática de conductas violentas. En el artículo elaborado por Sánchez (2016) se basa en autoestima y conductas autodestructivas en adolescentes del área de Psicología clínica, esta tiene como objetivo Determinar si existe relación entre la autoestima y conductas “autodestructivas” en adolescentes. Este es un estudio cuantitativo con una muestra de 50 estudiantes.

Como parte de sus hallazgos, se destaca que la autoestima es vital para la conducta autodestructiva, esta no es la causa principal, sin embargo, este puede contribuir en gran parte tanto de forma negativa como positiva, es por esto por lo que fomentar la autoestima en los y las adolescentes desde que son niños y niñas es vital para así fortalecerla y desenvolverse de forma adecuada en las etapas posteriores del ciclo vital.

También el proyecto realizado por Bastidas (2020) para optar por la licenciatura en Psicología Clínica en Ecuador. El cual trabaja la adicción al internet e inteligencia emocional en adolescentes, se contempló como objetivo general relacionar el nivel de adicción al internet y el nivel de inteligencia emocional en los adolescentes de la Unidad Educativa Juan Pablo II por medio de la aplicación de reactivos psicológicos. La investigación se realizó con 146 estudiantes en primero, segundo y tercero de bachillerato, con edades comprendidas entre los 14 y 18 años. El estudio se catalogó como cuantitativo.

Dentro de los principales hallazgos que se rescatan de la investigación se encuentra que, existe un porcentaje predominante de adicción al internet en el rango normal y dentro de la inteligencia emocional. Además, que, si existe una correlación entre las variables, en donde a mayor adicción a internet es menos el nivel de inteligencia emocional. Tomando en cuenta la variable de inteligencia emocional de los adolescentes hombres y mujeres participantes, se evidenció que más de la mitad de los investigados poseen un coeficiente de inteligencia promedio, acatando como resultado un estándar de normalidad en sus habilidades emocionales, personales e interpersonales.

Es importante resaltar que estas investigaciones trabajan la inteligencia emocional desde diferentes premisas de investigación, algunas de estas tratan de reducir la temática y enfocarse en apartados específicos y puntuales de la misma, en su mayoría las investigaciones trabajan rangos de edades amplios y no en poblaciones reducidas por etapas de desarrollo. Resaltando como hallazgo de las investigaciones que se deja en muchas ocasiones de lado edades entre los 10 y 14 años.

Continuando con los estudios, a nivel **nacional**, se consideran los siguientes estudios como un aporte en la investigación por realizar, son un total de nueve trabajos con carreras afines a las ciencias sociales y la educación, desde un periodo del año 2003 al 2020, con modalidades de investigación como tesis y proyectos, se cuenta también con un artículo científico, los enfoques de investigación son variados, están planteados desde lo cuantitativo, cualitativo e incluso se identifican trabajos mixtos.

Acerca de la salud integral en personas adolescentes, El Ministerio de Salud de Costa Rica (2014), en su investigación Norma Nacional para la atención integral de la salud de las personas adolescentes: componente de salud sexual y salud reproductiva, mencionan que para que se pueda obtener una salud integral, es necesario que se contemplen todas las dimensiones presentes en el ser humano, en la adolescencia, se debe dar un proceso continuo para que estos adquieran su propia autonomía.

Arguedas, Ocampo, Ramírez, Reyes y Valerín (2020), efectuaron el seminario Factores protectores y de riesgo en dos personas adolescentes que intentaron suicidarse: Recomendaciones para la prevención desde la Orientación para optar por el grado de Licenciatura en Ciencias de la Educación con énfasis en Orientación de la Universidad de Costa Rica. El trabajo se propuso analizar la experiencia de los y las adolescentes que ha intentado suicidarse. De la anterior, esta investigación brinda una descripción de las experiencias vividas por dos personas adolescentes con respecto al intento de suicidio, desde un enfoque cualitativo.

Entre los principales hallazgos desde la inteligencia emocional cabe resaltar que el mayor avance que se visualiza en la población es el impacto positivo de esta temática, potencia el cambio de actitud y conducta. Beneficiando una identificación de sentimientos y evitando el autodañarse físicamente. Al trabajar con la inteligencia emocional se establece como hallazgo que la población realiza una búsqueda de alternativas para evitar el pensamiento suicida por medio de alternativas como fortalecimiento espiritual y relaciones interpersonales.

A partir de la búsqueda llevada a cabo en los antecedentes, es importante resaltar algunas organizaciones y políticas tanto a nivel internacional como nacional que apoyan la temática de inteligencia emocional.

En cuanto a los recursos emocionales, En el estudio elaborado por Arce (2012), titulado El efecto de la metodología de aprendizaje cooperativo en el desarrollo de las competencias emocionales en un grupo de estudiantes de séptimo año del Liceo Santo Domingo, en Heredia, circuito 05, durante el 2012., para optar por el grado de master en Psicopedagogía de la Universidad Estatal a Distancia, se tiene como principal objetivo demostrar el efecto de la metodología de aprendizaje cooperativo en el desarrollo de las competencias emocionales (empatía, regulación emocional, responsabilidad, asertividad, toma de decisiones) en un grupo de estudiantes de séptimo año del Liceo Santo Domingo, en Heredia, circuito 05, durante el año 2012.

Esta tesis se plantea desde un enfoque cuantitativo, la población considerada para realizar el trabajo es de un grupo de estudiantes de séptimo año del Liceo Santo Domingo, Heredia. El rango de edades se encuentra entre los doce y los catorce años y contó con la participación de ocho mujeres y diez hombres.

Entre las conclusiones del estudio cabe resaltar que la metodología de aprendizaje cooperativo es un elemento clave en el proceso educativo, se favorece el incremento en las competencias emocionales desde un proceso que confirma satisfacción de quienes participaron de los procesos. Otro hallazgo es que la participación y el compromiso de los

investigadores es fundamental para la construcción de un proceso, el apoyo en aspectos de acompañamiento de diversos actores que benefician el proceso educativo de los adolescentes.

Bérezon (2013), realizó una investigación para optar por el grado de Licenciatura en Promoción de la Salud en la Universidad de Costa Rica. Dicho estudio abarcó Acciones didácticas para el abordaje de factores relacionados con la inteligencia emocional y habilidades sociales cognitivas y personales, desde la promoción de la salud y educación para la salud, en el escenario escolar del Colegio Técnico Profesional Uladislao Gámez Solano. La finalidad fue proponer una guía didáctica para el abordaje de situaciones relacionadas con la inteligencia emocional y las habilidades sociales, cognitivas y personales desde la Promoción de la Salud y Educación para la Salud, con estudiantes de, octavo y noveno del Colegio Técnico Profesional Uladislao Gámez Solano en el año 2013. Se efectuó bajo un enfoque cualitativo, en su mayor porcentaje de adolescentes entre los 13 y 16 años de edad.

Como principales hallazgos se estableció el dirigir las acciones a las debilidades de la institución como lo son los temas de autopercepción y relaciones entre pares, a su vez si se destaca la importancia del autoconocimiento, autoaceptarse y autoamarse desde las etapas previas ya que esto permitirá que se pueda trabajar asertivamente los conflictos y controlar las emociones, lo que reduce las probabilidades de situaciones violentas en la población.

Segura y Soto (2015), elaboraron la investigación Inteligencia emocional (IE) y liderazgo transformacional (LT): propuesta de un programa de entrenamiento en habilidades para mandos medios, para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. La tesis buscó determinar si el tipo de liderazgo existente en un mando medio ejerce un cambio hacia el liderazgo transformacional a partir de la intervención en inteligencia emocional, desde un enfoque mixto.

De esta forma, la población que formó parte del estudio corresponde al personal de los mandos medios de la Universidad de Costa Rica, en particular, jefaturas administrativas del decanato, de vicerrectorías, unidades académicas, instituciones y centros de investigación. La información recolectada muestra como principales hallazgos que la

inteligencia emocional genera un cambio en el nivel de liderazgo transformacional de las personas participantes. Se debe de tomar en cuenta la motivación grupal ya que esta aparece como un factor para el logro de metas alcanzables.

Por su lado, Lomelí, López y Valenzuela (2016), realizaron el artículo Autoestima, motivación e inteligencia emocional: Tres factores influyentes en el diseño exitoso de un proyecto de vida de jóvenes estudiantes de educación media. Este trató de evidenciar los factores que permiten a las generaciones de jóvenes consolidar, de manera efectiva, sus proyectos de vida, de manera que puedan enfrentar los retos diarios relacionados con el fortalecimiento de su desarrollo integral, desde un enfoque mixto la finalidad de utilizar el método de investigación mixta la visión cuantitativa con otra de naturaleza cualitativa dirigido a la población de 51 estudiantes de secundaria.

Dentro de los principales resultados resaltan que los y las estudiantes consideran exitoso resolver de forma positiva mediante la reflexión. Otro hallazgo es que la autoestima, la motivación y la inteligencia emocional resultan tener importancia para la consolidación del proyecto de vida de una persona, así como el papel que juega la familia en la motivación y su autoestima.

Tomando en cuenta el contexto familiar, Madrigal y Garro (2008), investigaron acerca de la planificación de talleres para padres de familia en donde se analice la inteligencia emocional y su importancia para el desarrollo de las habilidades sociales en los niños y niñas en edad preescolar, para optar por el grado académico de maestría en Psicopedagogía Proyecto Carreras Conjuntas UNED-UCR. Este proyecto asumió como objetivo general identificar y analizar con padres y madres de familia de los niños y niñas del grupo heterogéneo de la escuela Santa Rosa Abajo y del grupo Maternal B del Centro Educativo La casita del Zapato, la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional para el establecimiento de relaciones interpersonales saludables dentro del ámbito escolar y familiar.

Se seleccionó el enfoque cualitativo para trabajar con poblaciones variadas, de forma que se trabajó con diez estudiantes con edades entre los cuatro años y medio y los seis años

de edad del grupo de kínder heterogéneo de la escuela Santa Rosa Abajo, además también se trabajó con diez estudiantes del grupo Maternal B del Centro Educativo La Casita del Zapato, con edades entre los dos años y ocho meses y tres años y cinco meses. Quince entre padres y madres de familia de los niños (as) del grupo de kínder heterogéneo de la escuela Santa Rosa Abajo y quince padres y madres del grupo Maternal B del Centro Educativo La Casita del Zapato.

Los principales resultados del proyecto están direccionados a que se toma en cuenta que la mitad de los niños y las niñas se les dificulta controlar las expresiones, principalmente, las de enojo, evidenciando en respuestas como agresión física (patadas o golpes), fuertes expresiones verbales (gritos, palabras vulgares), otros expresan el enojo en aislamiento, llanto, seriedad, reniegos, rencor, expresiones negativas hacia los compañeros y compañeras, también entre las necesidades, con respecto al desarrollo de la inteligencia emocional de los niños y niñas se encuentran: falta de motivación, seguridad y autoestima. Se posee poco manejo de la frustración, la ira y la disciplina.

Continuando con el contexto educativo, Abarca y Romero (2010), efectuaron un estudio Elementos sociales, educativos y personales que influyen en la deserción de los estudiantes del colegio técnico profesional de general viejo, 2010, para optar por el grado de Licenciatura en Orientación de la Universidad Nacional, su objetivo general es investigar elementos sociales, educativos y personales que influyen en la deserción de los estudiantes del Colegio Técnico Profesional de General Viejo, curso lectivo 2010. Todo basado en una metodología cualitativa, se eligió como población sujeta de estudio un orientador del Colegio Técnico de General Viejo, 10 docentes del mismo centro educativo, 15 estudiantes desertores y 7 padres y madres de familia de estudiantes desertores, la población es variada ya que la investigación plantea diferentes elementos sociales, como la familia y educación.

En las principales conclusiones se puede reconocer que la autoestima no necesariamente siempre va a influir de manera directa en la deserción, sin embargo, sí se debe tomar en cuenta, ya que ésta va de la mano con la motivación de estos, además de que un bajo nivel de autoestima afecta el rendimiento académico de los jóvenes. Por otro lado, la

familia incide como factor en la deserción escolar en el pensar y actuar de la población estudiantil por lo que no se puede excluir de los procesos educativos a la familia y velar porque la persona menor de edad pueda tener un acompañamiento.

Corrales (2003), de la Universidad Nacional de Costa Rica, facultad de ciencias de la salud y la Escuela de Movimiento Humano, realizó una tesis titulada “Estrategias de afrontamiento del estrés que le produce la vida diaria a jóvenes colegiales”, desde la disciplina de salud integral y movimiento humano con el fin de analizar la problemática del estrés y su afrontamiento en los y las adolescentes colegiales (as), en tres contextos diferentes: la familia, las amistades del colegio; y su relación con la práctica del ejercicio y deporte. La misma se lleva a cabo bajo el enfoque cuantitativo, en la población del estudio se encuestaron 202 mujeres y 160 hombres estudiantes del Liceo de Pavas con edades entre los 12 y 21 años de edad.

Entre los principales hallazgos encontrados en la investigación se puede inferir que las situaciones que producen estrés dependen del contexto, tanto de las relaciones con la familia, así como con las amistades. Se cuenta con que el deporte y el ejercicio benefician la respuesta ante situaciones emocionales como el estrés y por el contrario las situaciones que provocan una respuesta emocional inadecuada son principalmente la relación con otros miembros de la familia, las relaciones interpersonales en el colegio y la demanda académica, los detonante del estrés según la investigación son las mentiras que hacen las demás personas sobre ellos o ellas , el obtener comentarios negativos de sus familiares y las bromas pesadas, las cuales resultan en una respuesta emocional basada frecuentemente en la cólera.

Por otro lado, en cuanto a organizaciones, a **nivel nacional** se identifica que en el Estado de la Educación Costarricense del año 2017 señala la importancia de las habilidades de inteligencia emocional ya que existen debilidades en cuanto a esta destreza y el mejoramiento de esta avanza a pasos muy lentos. En la misma línea de políticas que sustenta la temática se identifica lo mencionado por el Fondo de la Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) donde se destacan los esfuerzos realizados por el Ministerio de Educación Pública y el Ministerio de Cultura para incidir en el currículo de las instituciones educativas con

proyectos y actividades orientadas al fortalecimiento de la inteligencia emocional y a la construcción de relaciones de convivencia solidarias.

En el contexto nacional la Organización que se encontró que le da relevancia a la inteligencia emocional es Franklin Covey la cual trabaja esta temática desde el desarrollo de inteligencias emocionales en una combinación de autoconciencia, capacidad para manejar emociones, motivación, empatía y habilidades sociales, esta se trabaja por medio de la empresa Leadership Technologies y lo hace mediante el acompañamiento en talleres y diversos instrumentos.

A nivel **internacional** solo se logró encontrar la Política Pública como le es el proyecto de Ley N° 3523/2018-CR que formula la Ley que declara de necesidad pública y de preferente interés nacional la incorporación del Enfoque de Educación Emocional y Social en los contenidos curriculares de la Educación Básica Regular, esto en Perú. Por otro lado, en el boletín oficial del Estado de España, la Ley Orgánica para la mejora de la calidad educativa, menciona que se dispondrá de medios necesarios para el alcance del máximo desarrollo personal, intelectual, social y emocional.

En el panorama internacional existen varias organizaciones que trabajan la inteligencia emocional cabe mencionar que México se destaca como un país importante donde se hallan las instituciones Casa Luz, el Centro Mexicano de Inteligencia Emocional y Social (CIES) y también el Centro de Inteligencia Emocional del Bajío. Los cuales trabajan desde etapas de la niñez, adolescencia y adultos con el fin de aprender, fomentar y promover la inteligencia emocional. En Estado Unidos se cuenta con el Yale Center for Emotional Intelligence, en el que mediante la ciencia y la práctica determinan la inteligencia emocional y como esta puede marcar diferencia en la vida.

Objetivos

General

Analizar la capacidad de adaptación al entorno y la capacidad de relacionarse de inteligencia emocional para la salud integral en adolescentes de 12 a 14 años del Colegio José Rafael Araya Rojas.

Objetivos específicos

1. Descubrir los recursos emocionales presentes en las personas adolescentes participantes del estudio.
2. Revisar nivel de desarrollo personal social de los y las adolescentes participantes del estudio.
3. Identificar la capacidad de adaptación de los y las adolescentes participantes del estudio.

Capítulo II

Marco teórico

Adolescencia

En este apartado se pretende dar a conocer la teoría correspondiente al a presente investigación. Como parte de las categorías de análisis se considera importante contextualizar el concepto de adolescencia empleado para fines de esta investigación, de acuerdo con el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2017), la adolescencia es la etapa en la que comienza la construcción de la identidad, así como el desarrollo de habilidades para la definición de su futuro. Lo anterior permite comprender que la adolescencia es una etapa en la que la persona comienza a formarse de acuerdo con los valores inculcados por la familia, pero también basados en sus propias creencias y experiencias. Según Güemes-Hidalgo, González-Fierro e Hidalgo-Vicario, (2017). “La adolescencia se define como una etapa de cambios físicos, emocionales, psicológicos y sociales, la cual inicia con la pubertad y termina alrededor de los 20 años de edad.” (p. 8)

Con la cita anterior se puede comprender que la adolescencia es una etapa del ciclo vital de cada persona compuesta por diversos cambios tanto físicos como emocionales y sociales. Güemes-Hidalgo, González-Fierro e Hidalgo-Vicario, (2017), también mencionan que la adolescencia se compone por etapas, la adolescencia inicial, media y tardía. La adolescencia inicial comprende edades entre los 10 y 13 años de edad y se caracteriza por los cambios físicos puberales; la etapa media se evidencia desde los 14 a los 17 años y tiene como característica la importancia que adquieren los grupos de pares y los conflictos familiares; además se tiene la tercera etapa, la adolescencia tardía, la cual comprende edades entre los 18 y los 21, contrario a la etapa anterior esta se caracteriza por la aceptación de los valores familiares.

Es importante tomar en cuenta las etapas mencionadas anteriormente, ya que ellas brindan una base sobre la cual la persona profesional puede trabajar diversas temáticas, tomando en cuenta las características pertenecientes a su respectiva etapa.

Algunas de las características que establecen Awuapara, Valdivieso (2013) son el cambio de peso, la estatura y la madurez sexual que se adquiere, estas van de la mano con las etapas de la adolescencia en la que se encuentre la persona. De lo anterior, se infiere que, durante la adolescencia, la persona atraviesa diferentes etapas que están acompañadas de diferentes características, las cuales Campos, M., Padilla, S y Valerio, J (2004. p.11-12) define de la siguiente manera:

- Proyecto de vida: creación de metas, tanto a corto como mediano y largo plazo, tomando en cuenta gustos, preferencias, creencias (tanto inculcadas por la familia como propias), posibilidades y el contexto en el que la persona se desenvuelve.
- Sexualidad: en esta etapa la persona adolescente pasa por una gran cantidad de cambios físicos y psicosociales, se alcanza la madurez sexual, por lo que la persona se relaciona de forma afectiva con otras, en esta etapa se evidencian las primeras eyaculaciones y menstruaciones.
- Crecimiento y desarrollo: se evidencia en el crecimiento corporal acelerado, así como también en el aumento del peso.
- Búsqueda de identidad: se caracteriza por el reconocimiento de habilidades y destrezas de la persona que van marcando su personalidad, además se obtiene la lucha de la persona adolescente por conseguir libertad y autonomía.
- Creatividad: se entiende como el desarrollo de esta habilidad de forma tal que le permita autoconocerse.
- Juicio crítico: capacidad que adquiere la persona para analizar las situaciones que le rodean, así como de poner en práctica sus propios valores y los inculcados por el grupo familiar.
- Proceso Educativo: en esta etapa se evidencia un proceso cultural y vocacional, visto desde el inicio de metas propuestas al futuro como la vida universitaria y responsabilidades que esta conlleva.

De lo anterior se logra comprender que la adolescencia es una etapa llena de cambios complejos por los que atraviesa la persona, por lo que se considera necesario que él y la adolescente puedan recibir un acompañamiento a lo largo del ciclo vital que los prepare para

esta serie de cambios y les brinde herramientas para que se logre atravesar de la forma adecuada de manera que influya de manera positivas en las etapas del ciclo vital posteriores.

Según Erickson (citado por Bordignon, 2005), los adolescentes que se encuentran en estas edades están atravesando por la etapa de búsqueda de identidad vs confusión de roles, esta comienza desde los 12 y termina a los 20 años. Esta además se caracteriza por la búsqueda de identidad en diferentes aspectos, como, por ejemplo: psicosocial, sexual, vocacional, etc.

Lo anterior permite confirmar los diferentes cambios que atraviesa la persona adolescente y la importancia que estos tienen tanto en la etapa que se está atravesando como en etapas posteriores del ciclo vital.

Adicional a esto, se toma en cuenta la teoría de desarrollo vocacional de Donald Super. Según Bulgarelli, Rivera y Fallas (2017) las personas adolescentes de las edades en estudio se encuentran en la etapa de Crecimiento según Donald Super, esta va desde el nacimiento hasta los 14 años, esta etapa se caracteriza por el desarrollo del autoconcepto, y conocimiento de lo que es el trabajo. (párr. 12)

De lo anterior se puede comprender que las personas adolescentes además de las tareas de desarrollo del ciclo de vida mencionadas anteriormente también deben redescubrirse a nivel vocacional.

De forma más específica, los y las adolescentes, se encuentran en las etapas Intereses y Capacidades también desarrolladas por Donald Super. De acuerdo con Bulgarelli, Rivera y Fallas (2017) los intereses se ven afectados por habilidades desarrolladas, gustos y experiencias pasadas; en cuanto a las capacidades, estas se centran en la etapa adolescente, en donde los grupos de pares toman más relevancia, y la intención es que las personas puedan desarrollar y descubrir sus habilidades y aptitudes. (párr. 13-14)

Lo mencionado anteriormente permite comprender que al igual que el desarrollo evolutivo, el desarrollo vocacional es fundamental en la salud integral de la persona adolescente, y tiene relevancia la inteligencia emocional que estos posean ya que la adaptación a los cambios durante esta etapa, así como el desarrollo del conocimiento de sí mismo serán fundamentales para las etapas posteriores en el ciclo vital.

Salud integral

Por otro lado, un aspecto importante en la inteligencia emocional es la salud integral, la salud en la actualidad no solo se refiere al funcionamiento físico interno y externo de las personas ya que se brinda una definición más integral de la salud, se toman también en consideración la dimensión física, mental y social. Sin embargo, no solo estas son importantes ya que también el ser humano está integrado por otras dimensiones que se deben de considerar, ya que estas influyen en múltiples situaciones interactuando entre sí. Estas se toman en consideración, pero es importante resaltar que son un total de 5 donde no se puede dejar de lado las dimensiones emocionales y espirituales. (Lopategui, 2016).

Partiendo de las dimensiones antes mencionadas cabe destacar que para el fin de la investigación esta se centra en la dimensión emocional-social, entendiendo la salud desde esta dimensión como “ el estado de equilibrio emocional, en el que la emocionalidad positiva y negativa ejercen una influencia similar.” (Palomares, 2019). Dicho estado puede funcionar para el afrontamiento de situaciones que se presentan a diario, así como el desarrollo de algunas habilidades que permiten abordar situaciones violentas que pueden presentarse en los diferentes contextos en los que se desenvuelve la población.

La salud integral está influenciada por factores protectores y factores de riesgo. Sobre estos últimos un nivel bajo de inteligencia emocional puede constituirse en un desencadenante de comportamientos autodestructivos. Martínez, Pisqueras y Ramos (2010), realizaron una exhaustiva búsqueda lograr determinar esta relación entre la salud y los bajos niveles de inteligencia emocional la cual provocaría un desajuste emocional en el que se encuentran situaciones violentas en la salud, tales como: la sintomatología depresiva, la

alexitimia o dificultad para expresar verbalmente sentimientos y escasa conciencia emocional, niveles mayores de ansiedad, trastornos de personalidad, conducta antisocial, trastornos de la alimentación, como la bulimia y sintomatología somática.

Continuando con lo anterior también cabe señalar que los y las adolescentes emocionalmente inteligentes poseen la capacidad de gestionar los problemas emocionales, a mayor nivel de inteligencia emocional menor número de conductas como las mencionadas anteriormente. (Extremadura y Fernández, 2004)

Como bien se mencionó anteriormente, la canalización inadecuada de las emociones puede generar una serie de trastornos mentales como la ansiedad y la depresión; los cuales a su vez pueden desencadenar en conductas violentas en la población. Al respecto Vargas, H y Saavedra J. (2012) mencionan que “Estos eventos pueden facilitar que algunos adolescentes cursen con síntomas depresivos o conductas suicidas por la inhabilidad de enfrentar cambios biológicos y psicosociales que ocurren durante este período crucial del desarrollo” (p.20) De esto se evidencia la importancia de trabajar la inteligencia emocional desde edades tempranas, de manera que la persona pueda desarrollar la habilidad de adaptarse a las situaciones adversas que se le presentan y desarrollar así mejores recursos emocionales.

De lo anterior se puede evidenciar que los factores de riesgo son determinantes para la salud integral y que en muchas ocasiones estos factores son repetitivos en ciertas conductas de riesgo, la relación que se tenga entre ellos determina si es riesgoso o protector, un ejemplo de esto es la familia, un hogar sano se convierte en un factor protector, mientras que sí se está en un ambiente familiar disfuncional este se convertirá en un factor de riesgo. Un punto importante para la salud integral es la inteligencia emocional y como esta desde sus dimensiones puede influir como un factor de riesgo si no se tienen en consideración desde etapas tempranas.

Inteligencia emocional

Con el fin de trabajar ante la temática de la salud en adolescentes, se plantea la inteligencia emocional como uno de los principales factores protectores entendiendo la inteligencia emocional para fines de la investigación según lo propuesto por García y Giménez (2010) citando a Meyer y Cobb (2000) “la inteligencia emocional se convierte en una habilidad para procesar la información emocional que incluye la percepción, la asimilación, la comprensión y la dirección de las emociones” (p.44).

Se infiere que la inteligencia emocional como una habilidad necesaria en todas las etapas del ciclo vital de la persona, sin embargo, la adolescencia se vuelve una etapa importante para el desarrollo de habilidades debido a que los cambios emocionales y físicos influyen en esta etapa donde se da el inicio de la construcción de la identidad.

Continuando con este término, es importante conocer cuáles son las características que posee la misma entre las cuales se encuentran capacidad de automotivarse, perseverar a pesar de las frustraciones, regular el propio estado de ánimo, evitar la angustia y la capacidad de empatizar y confiar en los demás. Goleman (1995).

Si bien estas características son de gran importancia ya que se toman como la base de la inteligencia emocional, en la actualidad se plantean como dimensiones tanto endógenas (internas) como exógenas (externas) ambas dimensiones poseen una serie de elementos principales que se pueden observar en la *tabla 1*.

Tabla 1*Dimensiones de la inteligencia emocional.*

Dimensiones endógenas	Dimensiones exógenas
Responsabilidad: Capacidad para entender, comprender las consecuencias que pueden llevar las acciones en un futuro intuido.	Habilidad de crear modelos mentales: A partir de las experiencias con el entorno, con el fin de no volver a utilizar resultados utilizados.
Sentido común: Capacidad de planificar, organizar y controlar aspectos, de forma responsable.	Persuasión: Habilidad para influir en comportamientos ajenos al nuestro.
Voluntad: Habilidad para seguir obteniendo resultados, aunque no sean positivos.	Capacidad de adaptación al entorno: Adaptarse a diferentes situaciones, sin que ello signifique una introducción fuera de lo que establece el grupo como normal.
Capacidad de aprender: Habilidad para imitar comportamientos y acciones, pudiendo interpretarlas y modificarlas, a partir del aprendizaje	Empatía: Capacidad de un individuo de ponerse en lugar de otra persona. Dicha capacidad es importante porque puede hacer que el individuo se dé cuenta de lo que desea y expresa; no con palabras, otro individuo.
	Capacidad para relacionarse: Esta capacidad está relacionada con la habilidad de un individuo para establecer lazos sociales con otros individuos, de forma no verbal.

Fuente. Elaboración propia. A partir de García y Giménez (2010), “La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador”.

En la *tabla 1* se hace referencia a 9 dimensiones que son de gran importancia para el trabajo de la inteligencia emocional cabe aclarar que las dimensiones se dividen en internas

y externas, pero ambas están sujetas a cómo el sujeto las trabaja y las potencia por sí mismo. Haciendo énfasis en estas dimensiones y recalca la inteligencia emocional como factor protector debido a que estas pueden influir en las conductas violentas y en la salud integral de los y las adolescentes se debe de considerar que este proceso puede ser prevenido. Mamani, Brousett, Cori, Villasante (2018).

Para la prevención de estas conductas violentas en la población se cuenta con la regulación de emociones y los recursos emocionales.

Se puede mencionar la salud emocional entendida como la regulación emocional, estas emociones en la persona pueden ser un factor de beneficio o riesgo, debido a que sí las emociones negativas no se regulan pueden causar daños en la salud de la población. (Pérez, Guerra, 2014). De esto, se puede evidencia que la regulación emocional es de vital importancia de forma tal que esta pueda prevenir afectaciones en la salud emocional en las personas.

Las dificultades para regular eficazmente el proceso emocional pueden acarrear consecuencias también para la salud mental de los y las adolescentes, son varios los autores que se han adentrado en la temática. Especialmente, se destaca la incidencia de valoraciones inadecuadas y estrategias de regulación específicas, especialmente la rumiación y la represión, en la manifestación de estados emocionales como la depresión. (Pérez y Guerra, 2014. p.372)

De lo anterior, se puede comprender la importancia de la regulación emocional como un factor protector en la salud emocional, causando como resultado conductas violentas en la persona adolescente.

Por otro lado, se pueden mencionar los recursos emocionales como componentes medulares de la inteligencia emocional, también entendidos como competencias emocionales las cuales (Bisquerra, y Pérez, .2007. p.6), citando a Saarni (1997) enlista de la siguiente manera:

- Consciencia del propio estado emocional
- Habilidad para discernir las emociones de los demás
- Habilidad para utilizar vocabulario emocional y términos expresivos habitualmente disponibles en una cultura
- Habilidad para comprender que el estado interno no necesita corresponder con la expresión externa, tanto como en uno mismo como en los demás
- Habilidad para afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autocontrol
- Consciencia de que la estructura y naturaleza de las relaciones vienen en parte definidas por: a) grado de inmediatez emocional o sinceridad expresiva; y b) el grado de reciprocidad en la relación.
- Capacidad de autoeficacia emocional

De lo anterior se pueden comprender los recursos emocionales como todas aquellas habilidades que le permiten a la persona identificar sus emociones tanto propias como ajenas, además de comunicarlas de forma responsable de forma que no pueda afectar a otras personas.

Estas también pueden comprenderse como las dimensiones endógenas mencionadas anteriormente en la Tabla 1 en la que se propone que la persona es responsable de sus emociones, así como de aprender acerca de las mismas.

Con el fin de llevar a cabo la investigación las dimensiones exógenas estas (Romero y Hernández, 2019, p. 268) mencionan que “tienen su origen en el exterior, o en virtud de raíces externas”. Este origen externo puede verse influenciado por diferentes estructuras sociales, características de la comunidad, el entorno social, la condición étnica, la situación económica y políticas, entre otra.

Continuando con lo antes mencionado y para efectos de la investigación las dimensiones exógenas no solo se contemplan como situaciones externas que influyen en los

y las adolescentes, se toma en consideración la importancia de la dimensión endógena y así partir de como ambas están sujetas a cómo el sujeto las trabaja y las potencia por sí mismo.

Cabe resaltar que las dimensiones exógenas que se tomaran en cuenta en esta investigación son las que están relacionadas a la inteligencia emocional, previamente mencionadas en la tabla 1, desde la investigación se da énfasis a dos específicamente a 2 de estas las cuales son: la capacidad de adaptación al entorno y la capacidad para relacionarse.

Se debe considerar la comunicación asertiva para la inteligencia emocional y la salud integral de las personas adolescentes se vuelve esencial para que estos puedan aprender a comunicar los sentimientos y emociones que les causan molestia, de forma que puedan mejorarlo y evitar molestias y situaciones negativas en su salud. Corrales, Quijano, y Góngora (2017) establecen acerca de la comunicación asertiva:

Tiene que ver con la capacidad de expresarse verbal y preverbalmente en forma apropiada a la cultura y a las situaciones. Un comportamiento asertivo implica un conjunto de pensamientos, sentimientos y acciones que ayudan a un niño o adolescente a alcanzar sus objetivos personales de forma socialmente aceptable.
(p.61)

De la cita anterior, podemos comprender que la comunicación asertiva es una herramienta importante en la etapa de la adolescencia, esto ya que sí se pone en práctica junto con los recursos emocionales y las dimensiones de la inteligencia emocional, puede generar beneficios para las futuras etapas del ciclo vital.

Aguilar, E. (2019. p 6-7) menciona que existen diferentes derechos que poseen las personas para que la asertividad se desarrolle, estos se mencionan a continuación:

- Algunas veces usted tiene derecho a ser el primero.
- Usted tiene derecho a cometer errores

- Usted tiene derecho a ser el juez último de sus sentimientos y aceptarlos como válidos.
- Usted tiene derecho a tener sus propias opiniones y convencimientos.
- Usted tiene derecho a no actuar de acuerdo a la lógica, a cambiar de idea o línea de acción.
- Usted tiene derecho a criticar y a protestar por un trato injusto.
- Usted tiene derecho a interrumpir para pedir una aclaración.
- Usted tiene derecho a intentar un cambio.
- Usted tiene derecho a pedir ayuda o apoyo emocional.
- Usted tiene derecho a ignorar a los demás.
- Usted tiene derecho a recibir el reconocimiento formal por un trabajo bien hecho.
- Usted tiene derecho a decir “no”.
- Usted tiene derecho a estar solo aun cuando los demás deseen su compañía.
- Usted tiene derecho a no justificarse ante los demás.
- Usted tiene derecho a no responsabilizarse de los problemas de los demás.
- Usted tiene derecho a no anticiparse a las necesidades y deseos de los demás.
- Usted tiene derecho a no estar pendiente de la buena voluntad de los demás.
- Usted tiene derecho a responder o no hacerlo.

De los derechos anteriores, se puede comprender que la comunicación asertiva va de la mano con la inteligencia emocional ya que si se aplican estos derechos se fomentan en hogares y centros educativos, las personas crecerán respetando la asertividad del otro, por lo que se puede reducir la violencia tanto en consigo mismos como con las personas que les rodean.

Capacidad de adaptación al entorno

Partiendo de lo expuesto en la *tabla 1* esta dimensión pretende que las personas adolescentes logren adaptarse a diferentes situaciones. Lo primero que se tiene que establecer es que el significado de adaptarse según la Real Academia Española (RAE) (2021. Párr.5) se entiende como “Acomodarse a las condiciones de su entorno” acomodarse al entorno

conlleve a tener que estar preparados y preparadas para los cambios que él mismo experimente a lo largo del ciclo vital y que estos cambios no generen un impacto en lo establecido como normal.

Es importante destacar que el adaptarse se vive desde la parte biológica de las poblaciones siendo una constante en la vida de los seres, “entendiendo por esto último la adecuación de las propiedades de los organismos a las exigencias de su medio”. (Caponi, G, 2000, p.28). Para el cumplimiento de la adaptación se debe tener en consideración la variable hereditaria, la lucha por la existencia y el éxito diferencial estas variables hacen que algunos seres humanos tengan más éxitos que otros a lo largo de sus vidas.

Si se habla de adaptación social y psicológica a los ambientes, no se puede dejar de lado la adaptación a los cambios, cabe mencionar que los cambios pueden provocar un trastorno de adaptación (TA) en el caso que este provoque reacciones negativas y las mismas no se aborden para solventarlas, este es uno de los trastornos mencionados en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) el mismo “se basa en la identificación de los factores importantes de la vida que causan estrés, tus síntomas y cómo estos afectan tu capacidad para desenvolverte.” (MayoClinic, 2019, párr.1). Se logra comprender que la adaptación a los cambios es importante puesto que puede causar conductas violentas derivadas del estrés.

Continuando con el párrafo anterior cabe mencionar que el TA se asocia también síntomas emocionales y conductuales como: estado de ánimo depresivo, ansiedad, preocupación, sentimientos de incapacidad, para afrontar problemas, planificación del futuro y deterioro diario. (Alberola, 2019). Como se ve el trastorno de Adaptación (TA) es un apartado que se debe tener en consideración en la salud de las personas con el fin de tener claro cuales con las posibles conductas violentas que de no tomarse en cuenta no podrían ser identificadas en los y las adolescentes.

A su vez para lograr adaptarse a los cambios, se recomienda evitar la negación, flexibilidad mental, practicar ejercicios de mindfulness y meditación, esto tomando en cuenta

que los cambios se viven diariamente en la vida del ser humano. Estas situaciones son parte importante debido a que si se logran tener en cuenta a lo largo del ciclo vital genera un impacto positivo que podría generar un beneficio contra el TA y sus síntomas. Parte importante de la adaptación al cambio es trabajar en el miedo hacia los mismos, de forma que se puedan generar acciones hacia un bienestar psicológico. (Céspedes, 2018)

El bienestar psicológico se relaciona para Leiva (2007) citando a Sternberg (2005) con una inteligencia exitosa y menciona los siguientes aspectos:

- 1) la habilidad para lograr las metas personales en vida, dado el contexto sociocultural en el que uno se desenvuelve,
 - 2) capitalizando en las fortalezas y corrigiendo o compensando las debilidades,
 - 3) para poder adaptar, moldear, y seleccionar los ambientes, y
 - 4) a través de una combinación de habilidades analíticas, creativas, y prácticas.
- (p.116)

Como se menciona se le otorga una gran importancia para el éxito de la inteligencia la adaptación desde diferentes perspectivas como lo son habilidades analíticas, creativas y prácticas, lo cual hace una interacción no solo en cómo las personas se adaptan al entorno, sino como llevan a cabo las funciones del pensamiento para lograr las diferentes adaptaciones.

Capacidad para relacionarse

Otra dimensión importante para la investigación desde lo exógeno es la capacidad para relacionarse se plantea en la tabla 1 desde cómo el individuo establece lazos sociales con otros. La capacidad de relacionarse destaca no solo el entorno y los lazos sociales, se debe tener en consideración otros factores que interfieren en las buenas relaciones con los demás como lo son “1. la autoestima. 2. la inteligencia emocional. 3. empatía con los demás. 4. el estilo de comunicación asertivo. 5. ser positivo. 6. capacidad de resolución de los conflictos. 7. seguridad personal.” (Rosello, 2020, p. 3). Estos factores generan un impacto

directo en la capacidad de relacionarse con los demás dando prioridad a la habilidad propia del sujeto ante la interacción con sus demás entornos.

Se parte de 3 habilidades sociales para el desarrollo de las relaciones con los demás según Rojas y Hernández (2020) estas son

- Habilidades básicas: hacen referencia a escuchar, iniciar y mantener una conversación, preguntar, agradecer, presentarse y presentarse a otras personas.
- Habilidades Avanzadas: estas tienen que ver con la participación, pedir ayuda, dar y obedecer instrucciones, pedir disculpas.
- Habilidades relacionadas con los sentimientos: se refieren específicamente a la expresión de los sentimientos hacia los demás: cariño, amistad, miedo, rabia, etc. (p. 21)

En la capacidad para relacionarse se debe considerar la dimensión endógena del individuo la cual posee una interacción con la dimensión exógena y como estos se posicionan en los diferentes contextos en los que las personas interactúan.

Sin embargo, cabe aclarar que esta es una habilidad en la que no solo dependerá de la persona ya que el entorno, la sociedad, la familia y la escuela son los que permiten el desarrollo de valores y principios que generan un desarrollo adecuado. (Alfonso y Sosa, 2020). Estos entornos son fundamentales para el desarrollo de los lazos sociales de los individuos en que la interacción de este con cada uno de ellos es importante para conocer la dimensión exógena más a fondo.

En relación con el texto anterior, el contexto escolar juega un papel muy importante en la investigación esto debido que es uno de los ambientes en el cual los y las participantes más interactúan, ya que el ambiente escolar brinda la capacidad de relacionarse, estas relaciones establecidas con las amistades o grupos de pares influyen como se mencionó anteriormente con el desarrollo de los individuos “el hecho de tener amigos puede aumentar la autoestima y la sociabilidad de la persona, también podría ser que los adolescentes que

presentan una autoestima más elevada y mejores habilidades sociales, establezcan y conserven más amistades” (López, Ferrer y Gutiérrez, 2009, p. 46). Se plantea como importancia el conocer la interacción social de la población con el fin de destacar el papel del apartado personal social y cómo se posiciona el mismo en cada adolescente. Desde el apartado personal social se toma en consideración una de las interacciones sociales que posee una mayor influencia en la etapa de la adolescencia como lo es la familia.

Se pretende mencionar la importancia de la familia en las personas adolescentes en las dimensiones exógenas de la inteligencia emocional. Para Iglesias (2016) la familia se define como:

un sistema dinámico y la interacción entre padres y adolescentes deberá acomodarse a las importantes transformaciones que experimentan los adolescentes y pasará de la excesiva jerarquización más propia de la niñez a una mayor igualdad y equilibrio en la adolescencia, lo cual no libra de la aparición de conflictos sobre todo en lo que se refiere al control de los padres, es aquí donde las discrepancias pueden crear conflictos muy intensos sobre todo cuando se refieren a asuntos personales que el adolescente siente y quiere manejar desde su propia jurisdicción. (p.47)

Lo anterior permite comprender la dinámica que puede poseer la familia y como esta con su dinámica cambiante puede influir en la persona adolescentes y la inteligencia emocional de los mismos.

Según Gómez (2008) citando a Leñero 1992, en la familia aprenden “las normas, valores, derechos, obligaciones y roles; además de preparar a la persona para el papel que desempeñará en el futuro.” (p.108). De lo anterior se comprende que la familia juega un papel importante en la vida de la persona adolescente, pues es el primer ente socializador de las personas y con quienes en la niñez se comparte más tiempo.

Pugliese (2019) establece que, en la niñez, cuando se vive en un contexto familiar disfuncional se pueden generar sentimientos de ira, envidia, amor y odio. En cambio, en la

adolescencia, estos sentimientos pueden generar conflictos derivados de impulsos agresivos provenientes de situaciones familiares no resultas que derivan en situaciones conflictivas, generando un riesgo de actuación impulsiva y explosiva. (p. 27-28)

La familia

De lo anterior, se puede rescatar la importancia de la familia en la adolescencia y las conductas violentas derivadas del manejo inadecuado de la inteligencia emocional en las personas adolescentes, además permite comprender que el contexto familiar en el que se desenvuelven sí influye podría influir en comportamientos riesgosos.

Por otra parte, la familia influye según Valdés (2007, citando a Rodríguez y Palacios (1998) cumple cuatro funciones esenciales:

1. Asegurar su supervivencia y sano crecimiento.
2. Brindarles un clima de afecto y apoyo sin los cuales el desarrollo psicológico sano no resulta posible. La cima de afecto implica el establecimiento de relaciones de apego que permiten un sentimiento de relación privilegiada y compromiso emocional.
3. Facilitar a los hijos [e hijas] una estimulación que haga de ellos seres con capacidad para relacionarse completamente con su entorno físico y social, así como para responder a las demandas y exigencias planteadas por su adaptación al mundo en que les toca vivir.
4. Tomar decisiones con respecto a la apertura hacia otros contextos educativos y sociales que van a compartir con la familia la tarea de educación de los hijos [y las hijas]. (p18)

Con lo anterior es importante resaltar como la familia, tomo en consideración varios elementos de la inteligencia emocional, en específico las relaciones con el entorno familiar y su influencia en la adaptación al mundo y diferentes contextos como el educativo.

En cuanto a la toma de decisiones en la adolescencia, se menciona que la familia influye, ya que “Las decisiones más importantes y difíciles de tomar en su vida son en primer

lugar las referidas a temas familiares, seguidas de las que tienen que ver con sus amistades, estudios y sentimientos” (Montañés, Bartolomé, Montañés y Parra 2008, p.395)

Toma de decisiones

La toma de decisiones posee una importancia en las dimensiones exógenas esta se define como “la capacidad para seguir, de entre las alternativas disponibles, aquella que represente mayores beneficios para el objetivo que se persigue.” (Acuña, I., Castillo, D., Bechara, A y Godoy, J. 2013p.199). Como se mencionó anteriormente, la toma de decisiones es de gran importancia ya que, en la etapa adolescente se termina de formar la identidad, y con esto se toman decisiones que pueden marcar las etapas posteriores del ciclo vital.

Es por esto por lo que se debe tomar en cuenta el contexto de la persona adolescente, junto con la enseñanza de la inteligencia emocional y la comunicación asertiva y poder prevenir inconvenientes en la salud física y emocional de la persona adolescente.

Luna, A y Laca, F, mencionan que la toma de decisiones se deriva de un conflicto generador de estrés, y este a su vez se alimenta de dos fuentes:

- Preocupación por pérdidas objetivas
- Preocupación por pérdidas subjetivas

Las anteriores generan que la persona tome una decisión para eliminar la preocupación y el estrés que le genera. (p.43)

Se puede rescatar que la toma de decisiones es causada por un estrés que se deriva de las preocupaciones, esto puede causar la toma de decisiones apresuradas que a su vez pueden causar problemas futuros en la salud.

Estos autores, basados en el método de Janis y Mann (1977) mencionan que es importante que la persona pueda confiar en sí mismo a la hora de tomar decisiones de manera que estas puedan resultar satisfactorias, contrario a esto la decisión se volverá un causante de preocupación y estrés.

De lo expuesto, se puede comprender que la toma de decisiones es fundamental en las distintas etapas del ciclo vital, por lo que el papel de la persona profesional en Orientación y el círculo familiar es fortalecer la autoestima y la toma de decisiones.

Prevención selectiva

Partiendo de todo lo expuesto anteriormente logra comprender que la salud en personas adolescentes es un proceso que puede ser prevenido desde sus diferentes dimensiones, con el fin de dar importancia de trabajar ambas temáticas desde la disciplina de la Orientación.

Según Arguedas (2015) a la disciplina se [le] atribuye una función preventiva, ya que actúan sobre el autoconcepto de las personas y su capacidad para promover cambios, sobre las condiciones del entorno, sobre el desarrollo de la capacidad para discernir de acuerdo con valores reconocidos y en la promoción de la creatividad para enfrentar la vida con responsabilidad, por el bienestar propio y colectivo. (p. 51)

Desde la definición de Orientación se hace énfasis al desarrollo de los sujetos desde la prevención como parte del trabajo de investigación se pretende que la habilidad de inteligencia emocional sea fundamental para la prevención de afectaciones en la salud integral de la persona adolescente.

Una de las conductas violentas a la cual se le da una importancia en la investigación es la prevención del suicidio por el incremento que se ha visto en los últimos años a nivel nacional, desde el ámbito educativo el suicidio en adolescentes es una de las conductas que posee un acompañamiento por el Ministerio de educación Pública (MEP) (2018) donde se parte de que es fundamental “la promoción de factores protectores y de prevención del riesgo, así como un proceso unificado y coordinado de referencia para la atención de estudiantes en condiciones de vulnerabilidad por lesiones autoinfligidas, ideación suicida o tentativa de

suicidio.” (p.8) Con lo anterior se toma en consideración que el protocolo del suicidio parte de condiciones de vulnerabilidad para trabajar con estudiantes.

Sin embargo, tomando los datos de las estadísticas nacionales se visualiza que existe una condición de vulnerabilidad en todo el país por lo que da importancia a trabajar la inteligencia emocional para la población adolescente.

Para encontrar posibles soluciones ante conductas de violentas es importante identificar cómo se puede prevenir esta situación donde Ágora (2016) citando a la Organización Mundial de la salud (2013) hace mención de tres tipos de estrategias la primera es la prevención universal diseñada para llegar a toda la población, la segunda son las estrategias de prevención selectivas tomando en consideración grupos vulnerables y la prevención indicada que está dirigida a personas vulnerables mediante el apoyo de la comunidad.(p.18) Para el trabajo de investigación se parte de la prevención selectiva con el fin de trabajar con la inteligencia emocional en la adolescencia la cual es una población vulnerable ante las conductas violentas.

Capítulo III.

Marco Metodológico

Paradigma

Para la presente investigación, y su respectivo marco metodológico, se realiza la escogencia del paradigma positivista, este según Sans, en Bisquerra, (2014) se caracteriza por explicar fenómenos a partir de eventos que suceden en determinado momento y lugar, así como capacidad de predecir enunciados científicos. De lo anterior, se puede comprender que este enfoque permite que las personas investigadoras expliquen el fenómeno que se está estudiando por medio de diferentes metodologías que favorecen la comprensión de dicho fenómeno.

Por otro lado, “El positivismo se estableció como el sostén teórico al establecimiento de la “separación” entre el sujeto investigador y los objetos investigados, al considerar que el mundo, a modo de objeto de investigación, tiene existencia propia independientemente de quien lo estudia.” (González, A y Hernández, A. 2014. p.9). De la misma manera, se interpreta que la persona no posee una relación directa con la población investigada, es decir que la persona investigadora no manipular la muestra, sino que será solamente la observa y comprende el fenómeno.

Otros autores, como Meza, G (2015), citando a Dobles y García (1998) establecen que el positivismo

supone que la realidad está dada y que puede ser conocida de manera absoluta por el sujeto cognoscente, y que, por tanto, de lo único que había que preocuparse, indican Dobles, Zúñiga y García (1998), era de encontrar el método adecuado y válido para “descubrir” esa realidad. (párr. 5)

De lo anterior se puede comprender que el paradigma positivista pretende que las personas investigadoras descubran la mejor forma de comprender la realidad del fenómeno investigado.

Como parte de este paradigma, se considera de gran importancia mencionar las premisas de investigación tomadas en cuenta para el presente estudio; para la premisa epistemológica se parte de que la inteligencia emocional es esencial para el desarrollo emocional de la persona desde edades tempranas y que la afectación o el desarrollo inadecuado de la misma puede provocar afectaciones en la salud en etapas del ciclo vital posteriores como en la adolescencia, esto tomando en cuenta investigaciones previas realizadas con personas de edades similares, revisión literaria de las temáticas afines al estudio y la aplicación del instrumento seleccionado.

En cuanto a la premisa ontológica, se toma en cuenta la realidad de las personas adolescentes del cantón de Tibás, en donde se ha encontrado la necesidad de visibilizar la relación que posee la inteligencia emocional y las posibles afectaciones en la salud tanto física como emocional y mental, a partir de esto se puede entender que la inteligencia emocional viene siendo un pilar fundamental en el desarrollo de la persona adolescente.

Para la premisa axiológica, se pretende trabajar de acuerdo con los parámetros éticos del Colegio de Profesionales en Orientación, entre los cuales se pueden destacar principios como el compromiso, la responsabilidad, la confidencialidad y la no discriminación. (Colegio de Profesionales en Orientación, 2012). También se pueden encontrar derechos de las personas orientadas, cómo recibir el apoyo en igualdad de condiciones, aprovechar la ayuda profesional y denunciar en caso de negligencia. (Colegio de Profesionales en Orientación, 2012). Además de esto se pretende realizar consentimientos informados para los padres, madres y personas encargadas, por otro lado, también se considera el principio de confidencialidad que se respetará específicamente en el cuestionario a aplicar.

En cuanto a la premisa metodológica esta se desarrollará durante el informe, sin embargo, se puede mencionar que esta premisa se caracteriza por utilizar un enfoque

cuantitativo, que pretende medir la inteligencia emocional presente en la población de forma tal que se puedan identificar deficiencias a nivel de esta que puedan fortalecerse de forma que se puedan prevenir afectaciones en la salud en el presente y etapas futuras. Esto se pretende lograr mediante la aplicación de un instrumento basado en una escala tipo Likert y un cuestionario de preguntas múltiples el cual será codificado en el Sistema Producto de Estadística y Solución de Servicio (SPSS) y los resultados de este serán expuestos mediante gráficos, estadísticas y tablas.

Enfoque

El estudio está basado en la investigación de enfoque cuantitativo (Vega, et.al. 2014.p. 524), “proponían que el estudio sobre los fenómenos sociales requería de ser científico, es decir, susceptible de ser adquirido a través de la aplicación del método científico y sostenían que todos los fenómenos se podían medir”. De esto se puede comprender que los estudios cuantitativos se caracterizan por medir los diferentes fenómenos de forma que se pueda comprender el mismo y explicarlo para prever esta situación en futuras ocasiones.

Para Hernández, Fernández y Baptista (2014) el enfoque cuantitativo “parte de una idea que va acotándose y, una vez delimitada, se derivan objetivos y preguntas de investigación, se revisa la literatura y se construye un marco o una perspectiva teórica.” (p-34). De lo anterior se puede comprender que el enfoque cuantitativo consta de un proceso lineal y estructurado en donde la persona investigadora inicia con una idea que se va delimitando conforme la persona va investigando, probando hipótesis y comprobando la teoría encontrada hasta llegar a su propia conclusión.

Las características de este enfoque se centran en la necesidad de medir un fenómeno, plantear un problema delimitado según el fenómeno estudiado, revisión literaria de lo estudiado, la persona investigadora recolecta los datos mediante instrumentos validados a la población seleccionada y los resultados de este se presentan mediante análisis estadísticos y gráficos (Hernández, Fernández y Baptista. 2014).

Lo mencionado anteriormente por los autores, nos confirma que el enfoque cuantitativo sigue un proceso lineal que va guiando a la persona investigadora a una conclusión sobre la o las hipótesis y variables planteadas en el proceso.

Diseño

A su vez, este estudio se compone por un diseño de investigación no experimental, transeccional, descriptivo. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) “la investigación no experimental es observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural para analizarlos” (p.152). Lo anterior permite, a las personas investigadoras la oportunidad de observar y comprender el fenómeno estudiado se parte de este diseño debido al posicionamiento de las personas investigadores, el cual pretende solamente observar tomando en consideración también que es un tema delicado y su relación con diferentes temáticas de conductas violentas que pueden provocar situaciones de riesgo.

Para Hernández, Fernández y Baptista (2014) “el diseño transeccional establece que solo sucede una vez en determinado tiempo” (p.154). Desde la investigación propuesta es importante analizar la influencia de la inteligencia emocional en un momento determinado de la población y la interrelación en el impacto que se tiene en la salud de adolescentes de 13 y 14 años del cantón de Tibás, esto quiere decir que en esta investigación el instrumento será aplicado a cada participante una única vez.

Por otro lado, el alcance propuesto para esta investigación es el alcance descriptivo, este “busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis.” (Hernández, Fernández y Baptista. 2014. p.92)

Es decir que este alcance permite brindar información acerca de las características obtenidas en la investigación, entiéndase características de la población tanto sociodemográficas como información relacionada con la inteligencia emocional.

La población

Para fines de la investigación “la población es el conjunto de todos los individuos a los que se desea hacer extensivo los resultados de la investigación.” (Bisquerra, 2014, p. 143). La población corresponde a 300 estudiantes del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas del cantón de Tibás, con edades entre 13 y 14 años.

La muestra

La población se delimitará por medio de un muestreo probabilístico por estratos entendido como una modalidad “conveniente cuando se utilizan poblaciones grandes al permitir escoger los miembros de la población en un intervalo de selección sistemática”. (Bisquerra, 2014, p. 146). Para llevar a cabo la selección estratificada se utilizará el programa en línea Raosoft tomando en consideración un margen de error del 5%, un grado de confianza del 95% y un 50% de distribución.

Para determinar el tamaño de la muestra se utilizó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 (es\ elevado\ al\ cuadrado) \cdot P \cdot Q \cdot N}{E^2 (es\ elevado\ al\ cuadrado) \cdot (N - 1) + Z^2 (es\ elevado\ al\ cuadrado) \cdot P \cdot Q}$$

$$n=170$$

n = Tamaño de la muestra

Z = Coeficiente de confianza (95% = 1.96).

P = Probabilidad de éxito o proporción esperada (50% = 0.5).

Q = Probabilidad de fracaso (50% = 0.5).

N = Tamaño de la población (300)

E = Margen de error o precisión (5%)

Criterios de inclusión

Los criterios de inclusión que se considerarán para el presente estudio son los siguientes:

- Matrícula en el periodo lectivo 2021-2022 de la institución seleccionada para el estudio.
- Rango de edad entre los 13 y 14 años.
- Autorización de los representantes legales para la participación voluntaria en la investigación.

Criterios de eliminación.

Los criterios de eliminación que se considerarán para el presente estudio son los siguientes:

- Instrumentos incompletos.
- Instrumentos que se completen de forma errónea.

Variable

Se determina como la variable del estudio la dimensión exógena de la inteligencia emocional, “existen aspectos exógenos como son la habilidad de crear modelos mentales y la capacidad para adaptarse al entorno la empatía, la capacidad para relacionarse, la capacidad para comunicarse y la persuasión.” (García, 2010, p.50) Cabe resaltar que al seleccionarse un diseño no experimental transeccional con alcance descriptivo, donde no existe una manipulación de esta. Esta variable se va a operacionalizar por medio de la capacidad de relacionarse y la capacidad de adaptación al entorno, las cuales se muestran en la tabla 2. Esta variable se va a operacionalizar por medio de la capacidad de relacionarse y la capacidad de adaptación al entorno, por medio de un instrumento cuantitativo, en el cual se toma el diseño no experimental con alcance descriptivo, no existe manipulación de la variable.

Tabla 2*Dimensiones del instrumento.*

Objetivo	Dimensión	Conceptualización	Indicador	Operacionalización	Instrumentos e ítems
1. Descubrir los recursos emocionales presentes en las personas adolescentes participantes del estudio	Capacidad relacionarse con los demás	Se define como la habilidad que tiene la persona para convivir tanto consigo misma como con las personas que le rodean	Habilidades básicas	Interactúan con desconocidos.	9,12,16,17,19
				Hablar en público/Interactuar con superiores.	8,24
			Habilidades Avanzadas	Mantener la calma ante las críticas.	6,10
			Habilidad para pedir disculpas.	5,20	
2.Revisar nivel de desarrollo personal social de los y las adolescentes participantes del estudio.			Habilidades relacionadas	Rechazar peticiones.	7,14,15
				Expresar sentimientos positivos.	11, 21

				con los sentimientos	Afrontar las críticas.	13,22 7
					Interactuar con las personas que me atraen.	18, 23
3.identificar la capacidad de adaptación de los y las adolescentes participantes del estudio.	la de de las	Capacidad de adaptarse al entorno	Se entiende como acomodarse a las condiciones de su entorno estar preparados y preparadas para los cambios que él mismo experimente a lo largo del ciclo vital y que estos cambios no generen un impacto en lo establecido como “normal”.	Familiar	Satisfacción del adolescente con los padres, principalmente, y su familia en general.	25,30,32,35, 36,42
				Salud-física	Cobertura de condición de salud física, orgánica y corporal.	26, 29, 33
				Social	Sentido de pertenencia al contexto cultural y dentro de las esferas sociales que lo rodean.	28, 34, 37, 41
				Emocional	Reconocimiento de sus propios sentimientos como de los de los demás para manejarlos y controlarlos.	27,31,38,39, 40

Estrategias metodológicas técnicas e instrumentos utilizados

Se utilizará como técnica un cuestionario (ver apéndice A) el cual posee varios instrumentos de recolección de información, como preguntas de opción múltiple y escalas tipo Likert por el cual se pretende que las personas investigadoras puedan recolectar información de personas adolescentes del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas “un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir” Hernández, Fernández y Baptista. (2014)). La información recolectada será específicamente acerca de los recursos emocionales de los y las adolescentes, entendidos como la capacidad de relacionarse (tanto consigo mismo como con los demás) es decir, la habilidad para tomar conciencia de su estado emocional y habilidad para comunicar las emociones de forma asertiva.

El cuestionario permitirá medir la capacidad de adaptación que posee la persona, es decir cómo estas afrontan las situaciones o emociones negativas. Se comprende que tanto la capacidad de relacionarse como la capacidad de adaptarse son componentes de la dimensión exógena de la inteligencia emocional con los que cuenta la población adolescente.

Esta técnica de recolección de datos posee limitaciones que para Moreno (2016) son: la información que se obtiene es superficial, la imposibilidad de tener certeza de que la información proporcionada por el entrevistado es real o corresponde a la realidad, dificultad de fiabilidad, una vez que las respuestas sufren influencias de las emociones de la ocasión y de las opiniones dominantes, determinadas de las diversas circunstancias de la vida, exigencia de un universo más uniforme uniformidad aparente causada por el no entendimiento de las preguntas propuestas a las y los encuestados y el porcentaje de preguntas no contestadas es elevado en muchas ocasiones. (párr. 3)

Para hacerle frente a estas limitaciones se trabaja la confiabilidad desde el Alfa de Cronbach por cada una de las fases del instrumento donde se pretende que el mismo sea lo más cercano a 1 lo que indicaría la confiabilidad de cada fase, también se toma en consideración que se realizó una validez de contenido por un juicio de expertos de por parte

de la profesional de la disciplina de Orientación de la Universidad Nacional, Máster Priscilla Venegas Vargas y se contó con una prueba piloto aplicada a un grupo de quince personas de séptimo grado en el mes de abril de 2022, en la cual se le pidió a cada participante resaltar los términos y las indicaciones que no poseen una claridad.

El cuestionario, se dividió según los datos que se pretendan obtener. Inicialmente se contó con una introducción de la finalidad del instrumento, así como las instrucciones de este, posterior a esto se secciona en una **fase inicial que consta de datos sociodemográficos** de la población como la edad en años cumplidos, cantón donde reside, distrito, estas son preguntas filtros con el fin de identificar la información necesaria para la investigación y descartar los instrumentos que no cumplan con las características planteadas en la delimitación de la población.

La segunda fase del instrumento se llevó a cabo mediante una escala tipo Likert y un cuestionario de opción múltiple entendida como un “conjunto de ítems que se presentan en forma de afirmaciones para medir la reacción del sujeto en tres, cinco o siete categorías”. (Hernández, Fernández y Baptista. (2014, p. 238), esta escala permite medir actitudes con respecto a la capacidad de relacionarse tanto consigo mismo como con las personas que le rodean. Se utiliza el cuestionario propuesto por Caballo, Salazar, Irutia y Equipo de Investigación CISO-A 2016 en Piqueras, J. (2017) el “Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO)” el cual presenta un nivel de 0.88 para la confiabilidad según el Alfa de Cronbach.

La tercera y última fase del cuestionario permitió conocer actitudes sobre la capacidad de adaptación a situaciones del entorno para esto se utilizará el “Cuestionario de Adaptación para adolescentes de Bell Versión Abreviada” tomado de Cerna (2020). El mismo posee preguntas cerradas “son aquellas que contienen opciones de respuesta previamente delimitadas. Resultan más fáciles de codificar y analizar.” (Hernández, Fernández y Baptista. (2014, p. 218.). Este evalúa la consistencia interna de cada dimensión calculando los coeficientes alfa de Cronbach. “La validez fue determinada a mediante el análisis factorial exploratoria (AFE) el cual mostró un KMO =

.76, la prueba de esfericidad de Bartlett fue estadísticamente significativa ($p < .000$).” (Cerna, C, 2020, p.36,) (Ver el *apéndice A*)

Ingreso al campo

El ingreso al campo se realizó por medio de una conversación el día lunes 4 de octubre de 2021 con la Lic. Laura Rojas Mora Orientadora del Colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas la misma confirma que el tema presentado si es una necesidad de investigación en la población, luego se formalizó la solicitud mediante una carta dirigida a la dirección de la institución en formato físico y digital, esta fue firmada y autorizada por el director de la institución M.Sc. Heriberto Aguilar Sánchez (Ver *apéndice B*).

Tratamiento de la información

Con el fin de establecer un tratamiento de la información se plantea una serie de tres pasos por realizar los cuales son: Recolección de datos, tabulación de los datos y el análisis de los datos. La información será presentada por medio de tablas y gráficos.

La recolección de datos se realizó mediante la aplicación del cuestionario previamente explicado con el fin obtener datos los datos más importantes relacionados con tema lo que contribuirá a enriquecer y generar un análisis de esta. La tabulación de los datos por medio del Sistema Producto de Estadística y Solución de Servicio (SPSS) el cual es un programa estadístico utilizado en las Ciencias Sociales, mediante este se buscan las tendencias centrales de los instrumentos aplicados.

Consideraciones éticas

Del apartado de aspectos éticos se parte de la confidencialidad de la información que se extraiga de la población participante, es importante mencionar que al trabajar con población menor de edad se toma en consideración la creación de un consentimiento informado (Ver *apéndice C*) firmado por cada encargado de los y las participantes.

Previamente a la aplicación, el cuestionario será revisado y validado por juicio de experto, para garantizar aspectos éticos en su estructura y formulación de ítems. Un aspecto ético es la prohibición del plagio, por lo que cada autor citado fue acorde al formato APA vigente en la División de Educación para el Trabajo, con el fin de dar crédito y autoría a la persona original.

Capítulo IV

Análisis e interpretación de resultados

Descripción de resultados

En presente apartado, se presenta la descripción de los datos obtenidos a partir de los instrumentos aplicados a estudiantes de séptimo y octavo de la Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas, cabe resaltar que la escogencia de esta población está basada en la facilidad que presenta el colegio para aplicar y acompañar el proceso de la investigación.

Con respecto a las edades seleccionadas se parte ya que los y las estudiantes que participan en la investigación en su mayoría por situaciones externas como la pandemia no habían tenido ninguna relación o contacto físico con las personas del colegio, a esto se le suma la adaptación previa a una situación mundial como la pandemia y la adaptación al colegio y volver a las clases presenciales.

Información Características sociodemográfica

Tabla 3

Nivel al que pertenece.

Grado al que pertenece	Fa	Fr
Séptimo	125	55.6
Octavo	100	44.4
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se puede apreciar en la anterior, que la mayor cantidad de personas participantes corresponde al nivel de séptimo año, siendo así en 55.6% de la población, mientras que el 44.4% restante corresponde al nivel de octavo año.

Tabla 4*Edad en años cumplidos.*

Edad de los participantes	Fa	Fr
12	49	22
13	106	47
14	70	31
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

De la tabla anterior, se puede evidenciar que el 47% de la población, correspondiente a 106 personas tienen 13 años de edad, mientras que el 31%, con 70 personas tienen 14 años de edad, dejando el porcentaje más bajo, 22% para 49 personas con 12 años de edad.

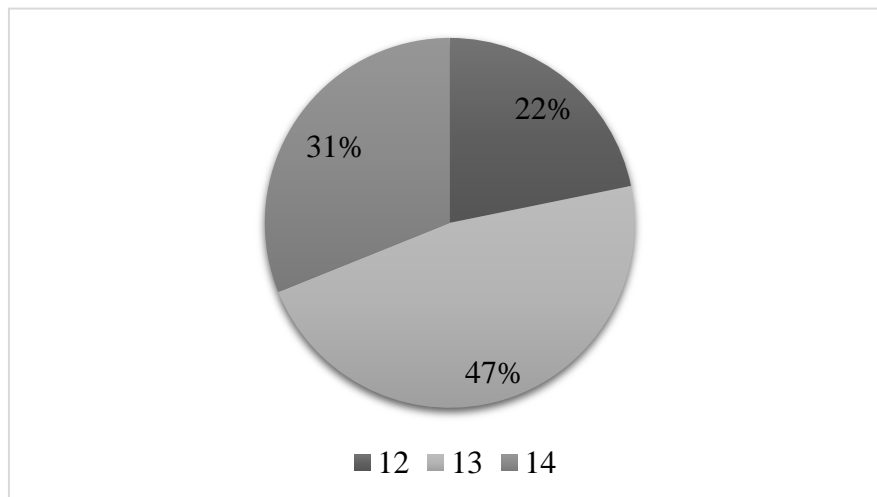


Figura 1. Edad en años cumplidos de población.

Tabla 5*Distrito al que pertenece.*

Cantón	Fa	Fr
San Juan	117	52
Anselmo Llorente	44	19,6
Cinco Esquinas	29	12,9
León XIII	18	8
Colima	17	7,6
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se puede apreciar que los distritos con el mayor porcentaje de estudiantes corresponden a San Juan con el 52% equivalente a 117 personas y Anselmo Llorente con el 19.6 % equivalente a 44 personas.

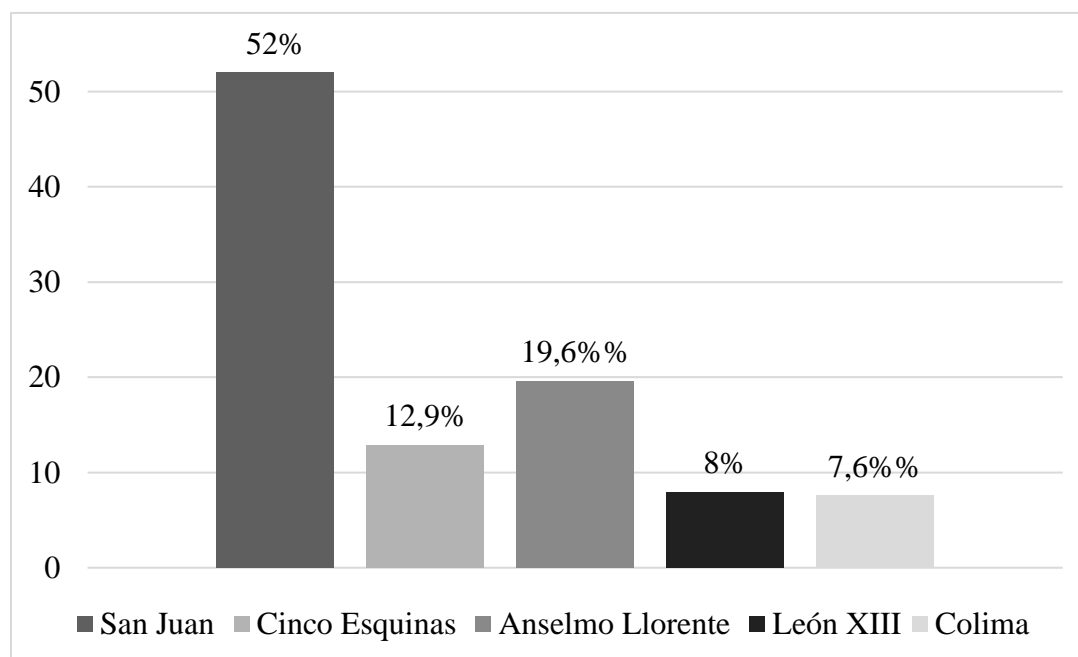


Figura 2. Distrito al que pertenece la población.

Tabla 6

Edad en años cumplidos según nivel de habilidad social de cada participante.

Edad en años cumplidos	Habilidad Social Baja	Habilidad social media	Habilidad social avanzada
12	12	36	1
13	25	80	1
14	18	51	1
Total	55	167	3

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la tabla anterior, se puede evidenciar que, de la población de 12 años de edad, 36 tienen habilidad social media y solamente 1 habilidad social avanzada; mientras que de 13 años 80 tienen habilidad media y solamente 1 habilidad avanzada y de la población con 14 años de edad 51 tienen habilidad social media y solo 1 habilidad avanzada.

Tabla 7

Grado a que pertenece según nivel de habilidad social de cada participante.

Grado al que pertenece	Habilidad Social Baja	Habilidad social media	Habilidad social avanzada
Sétimo	31	92	2
Octavo	24	75	1
Total	55	167	3

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En relación con lo anterior, sétimo, solamente 2 personas tienen habilidad social avanzada, mientras que, de octavo, solamente 1 persona posee habilidad social avanzada.

Tabla 8

Nivel de habilidad social por género.

Genero	Habilidad Social Baja	Habilidad social media	Habilidad social avanzada
Masculino	33	87	2
Femenino	21	76	1
Otro	1	4	0
Total	55	167	3

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Como se observa en la tabla anterior los niveles de habilidad social tiene una similitud sin importar el género donde la habilidad social media predomina y se asocia a 87 personas del género masculino, 76 del género femenino y 4 personas que se identifican con otro género, los niveles de habilidad baja son de 33 personas masculinas, 21 personas femeninas y 1 persona de la opción otro, cabe resaltar que la habilidad social avanzada no cuenta con una cantidad de personas destacables lo que indica que ningún género aún posee habilidades sociales avanzadas.

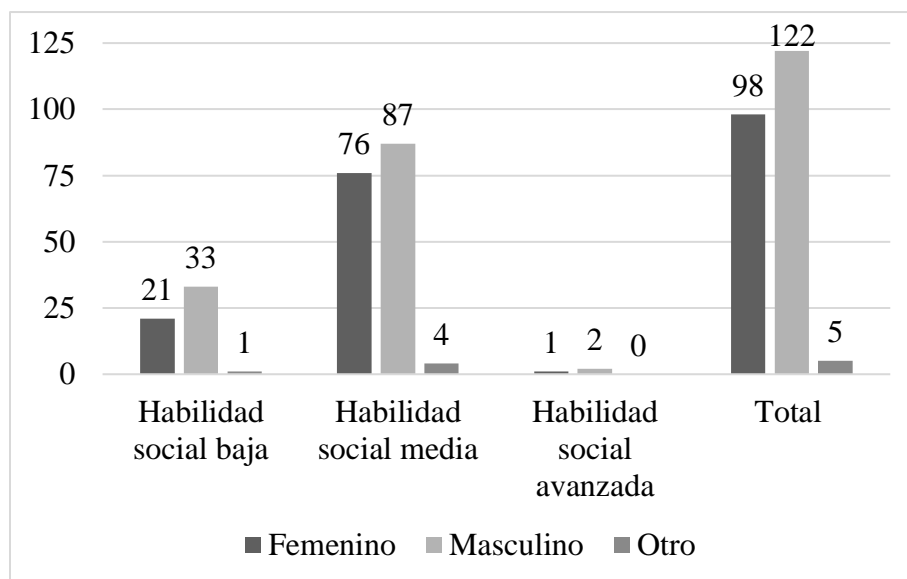


Figura 1. *Nivel de habilidad social por género.*

Tabla 9*Escala de habilidades por nivel.*

Respuesta	Fa	Fr
Habilidad Social Baja	55	24.4
Habilidad Social Media	167	74.2
Habilidad Social Avanzada	3	1.3
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se destaca el 74.2% de las personas participantes, correspondiente a la habilidad social media, con un 24.4% se ubican las personas con habilidades sociales bajas, dejando un 1.3% de población con habilidades sociales avanzadas.

A continuación, se presentan los resultados obtenidos de los ítems correspondientes a la interacción con desconocidos,

Dimensión: Capacidad de relacionarse con los demás.

Indicador: Habilidades básicas

Tabla 10

Hablar con desconocidos.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	17	7.6
Casi Siempre	26	11.6
Algunas veces	54	24.0
Casi nunca	71	31.
Nunca	57	25.3
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la tabla anterior, se puede destacar, que solamente el 7.6% de la población siempre habla o interactúa con personas desconocidas, mientras que la cantidad de personas que casi nunca o nunca habla o interactúa con desconocidos, suma el 59.9%.

Tabla 11

Expreso una opinión diferente a la que expresa la persona con la que estoy de acuerdo.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	29	12.9
Casi Siempre	52	23.1
Algunas veces	103	45.8
Casi nunca	30	13.3
Nunca	11	4.9
Total	225	100 %

Nota. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se muestra que el 4.9% de la población nunca expresa una opinión diferente a la de la persona con la que se encuentra, mientras que, si se suma la cantidad de población que algunas veces o casi siempre expresa su opinión, suma el 68.9% de la población.

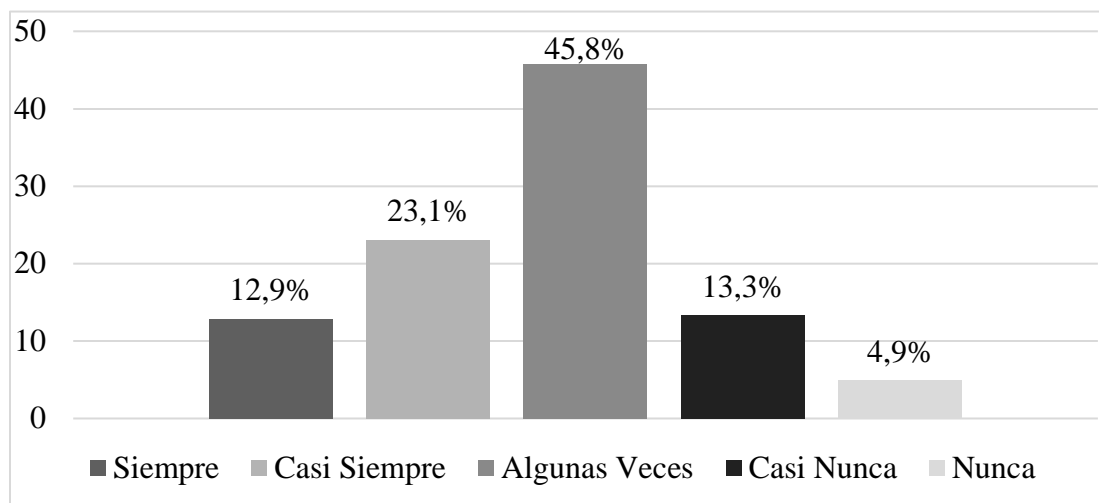


Figura 2. *Expresar una opinión diferente a otra persona con la que no estoy de acuerdo.*

Tabla 12

Pido bajar la voz a otra persona en lugares que se requiera.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	46	20.4
Casi Siempre	55	24.4
Algunas veces	42	18.7
Casi nunca	43	19.1
Nunca	39	17.3
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se puede observar que el 20.4% de la población siempre pide que bajen la voz en lugares públicos, contrario a la suma de la población que casi nunca y nunca piden que se guarde silencio, esto corresponde a un 36.4%.

Tabla 13*Hago respetar mi turno*

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	36	16.0
Casi Siempre	51	22.7
Algunas veces	65	28.9
Casi nunca	44	19.6
Nunca	29	12.9
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la tabla anterior, se puede apreciar que el 28.9% algunas veces pide que respeten el turno de palabra, mientras que el 61.4% algunas veces, casi nunca y nunca solicita que respeten su turno de palabra.

Tabla 14*Salgo con gente que casi no conozco.*

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	11	4.9
Casi Siempre	21	9.3
Algunas veces	42	18.7
Casi nunca	74	32.9
Nunca	77	34.2
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la tabla anterior, se puede apreciar que el 34.2% correspondiente a una frecuencia de 77 nunca salen con gente que no conocen bien, mientras que el 4.9% correspondiente a una frecuencia de 11 siempre salen con personas que casi no conocen.

A continuación, se presentarán los resultados correspondientes a las **habilidades básicas relacionadas con hablar en público**.

Tabla 15

Respondo preguntas de un profesor o un superior.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	33	14,7
Casi Siempre	54	24
Algunas veces	91	40,4
Casi nunca	26	11,6
Nunca	21	9,3
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se evidencia en la tabla anterior que el 40.4% algunas veces responde a preguntas de algún (a) superior, mientras que el 9.3% nunca lo hace.

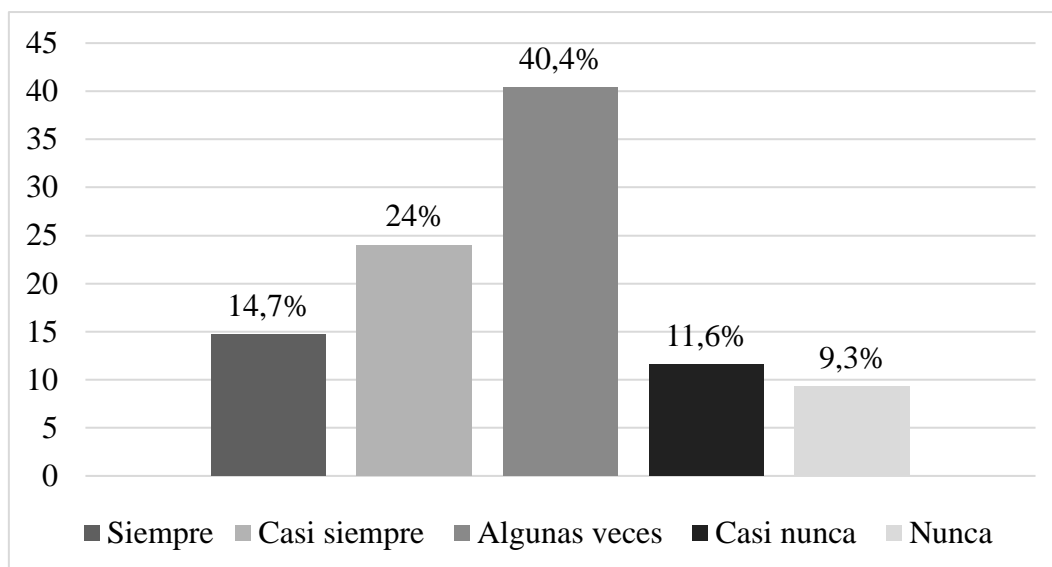


Figura 3. Respondo a una pregunta de un profesor en clase o de un superior en una reunión.

Tabla 16

Hablo con mis compañeros de clase, en un trabajo o una reunión.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	44	19,6
Casi Siempre	56	25,9
Algunas veces	71	31,6
Casi nunca	35	15,6
Nunca	19	8,4
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la tabla anterior se puede evidenciar, que la relación entre cada una de las preguntas de habilidades básicas al hablar en público se mantiene en porcentajes similares, sin embargo, la opción “algunas veces” muestra una diferencia significativa, ya que el 40.4% algunas veces responde preguntas a algún profesor o superior, mientras que el 31.6% algunas veces habla ante sus compañeros en trabajos o reuniones.

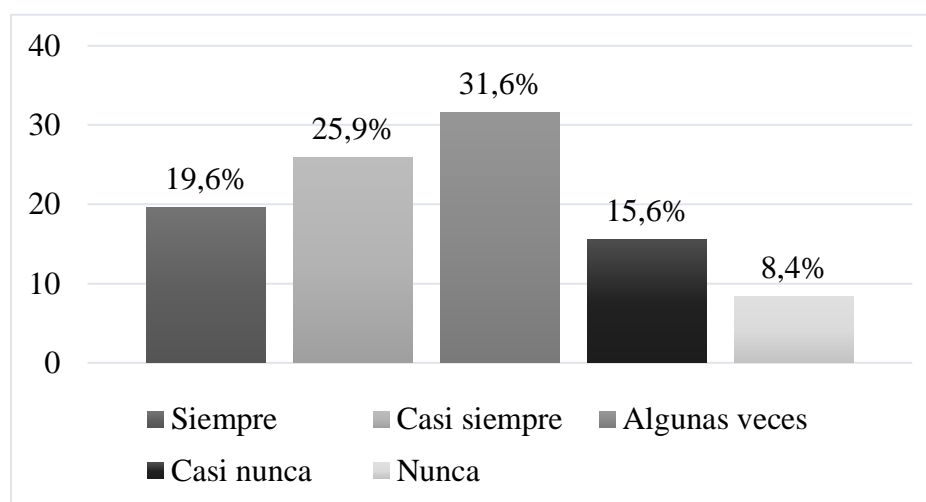


Figura 4. *Hablo con mis compañeros de clase, en un trabajo o una reunión.*

En el presente apartado se analizarán las habilidades sociales avanzadas, relacionadas con mantener la calma ante las críticas, pedir disculpas, rechazar peticiones y las habilidades relacionadas con los sentimientos.

Dimensión: Capacidad de relacionarse con los demás.

Indicador: Habilidades avanzadas.

Tabla 17

Mantengo la calma cuando me he equivocado delante de otras personas.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	51	22.7
Casi Siempre	69	30.
Algunas veces	74	32.9
Casi nunca	25	11.1
Nunca	6	2.7
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se puede evidenciar que el 32.9% de personas estudiadas algunas veces mantiene la calma cuando se equivoca delante de las demás personas y un 2.7% nunca mantiene la calma.

Tabla 18

Mantengo la calma ante las críticas que me hacen otras personas.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	45	20
Casi Siempre	65	28.9
Algunas veces	54	24
Casi nunca	38	16.9
Nunca	23	10.2
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

De lo anterior, el 28.9% de la población casi siempre mantiene la calma ante las críticas que le hacen otras personas, sin embargo, mientras que 24% algunas veces mantiene la crítica y el 10% nunca mantiene la calma ante las críticas.

Tabla 19

Me disculpo cuando mi comportamiento molesto a los demás

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	48	21.3
Casi Siempre	86	38.2
Algunas veces	71	7.6
Casi nunca	17	7.6
Nunca	3	1.3
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

De la tabla anterior, sobre la habilidad de pedir disculpas, el 38.2 % de la población casi siempre pide disculpas y el 21.3% siempre pide disculpas, evidenciando que la mayoría de la población no tiene inconveniente con pedir disculpas cuando han molestado a alguien.

Tabla 20

Respondo ante las críticas que me molestan.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	63	28
Casi Siempre	55	24.4
Algunas veces	65	28.9
Casi nunca	24	10.7
Nunca	18	8
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

El 28.9 % de la población, correspondiente a una frecuencia de 65 algunas veces responde a una crítica cuando le ha molestado, mientras que el 47.6% algunas veces, casi nunca o nunca responde a una crítica que le ha molestado.

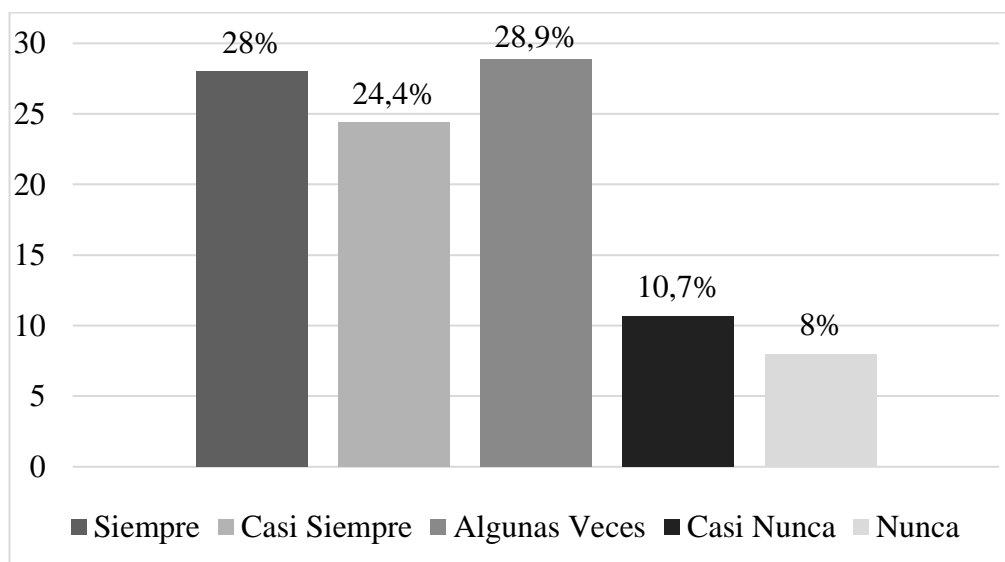


Figura 5. *Respondo a una crítica que me ha molestado.*

Tabla 21

Me disculpo cuando hiero los sentimientos de otros

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	109	48.4
Casi Siempre	61	27.1
Algunas veces	33	14.7
Casi nunca	12	5.3
Nunca	10	4.4
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

El 90.2% de la población siempre, casi siempre y algunas veces pide disculpas cuando ha herido los sentimientos de otra persona, mientras que el 4.4% nunca piden disculpas cuando han herido los sentimientos de otra persona.

Tabla 22

Puedo decir no cuando no quiero prestar algo.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	51	22.7
Casi Siempre	24	10.7
Algunas veces	75	33.3
Casi nunca	42	18.7
Nunca	33	14.7
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

El 66.7% siempre, casi siempre y algunas veces dice “no” cuando no quiere prestar algo, mientras que solamente el 33.4% casi nunca y nunca dice que no cuando no quiere prestar algo.

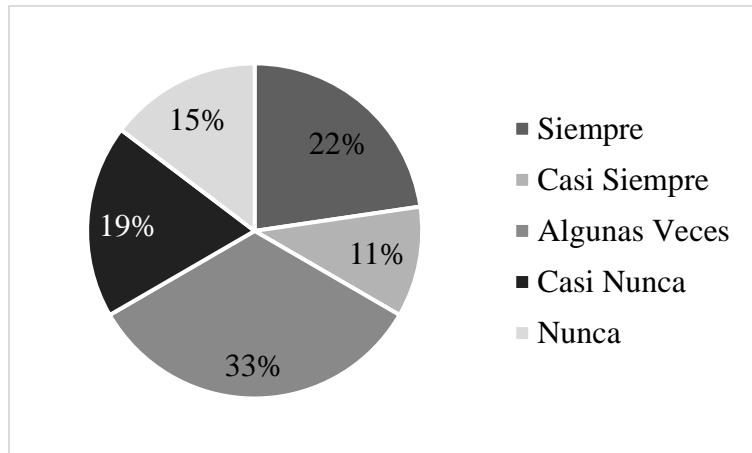


Figura 6. Digo que “No” cuando no quiero prestar algo que me piden.

Tabla 23

Puedo rechazar peticiones que no me agradan

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	81	36
Casi Siempre	61	27.1
Algunas veces	53	23.6
Casi nunca	21	9.3
Nunca	9	4
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

El 36% de las personas siempre rechaza peticiones que no le agradan, mientras que el 4% de la población nunca rechaza las peticiones que no le agradan.

Tabla 24

Puedo decir no cuando me molesta hacer algo.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	83	36.9
Casi Siempre	67	29.8
Algunas veces	52	23.1
Casi nunca	17	7.
Nunca	6	2.7
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

De la tabla anterior, 150 personas siempre y casi siempre se niegan a hacer algo que les molesta, mientras que solamente 23 personas nunca y casi nunca dicen que no cuando les piden hacer algo que les molesta.

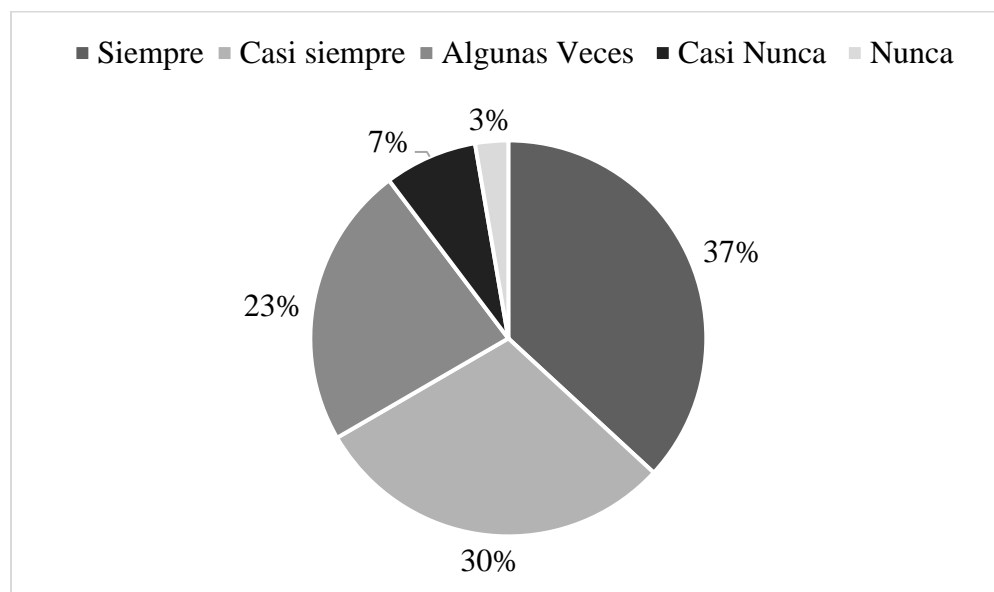


Figura 7. Digo que "No" cuando me piden algo que me molesta hacer.

Tabla 25

Expresión de muestras de cariño a personas que quiero.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	96	42.7
Casi Siempre	44	19.6
Algunas veces	49	21.8
Casi nunca	22	9.8
Nunca	14	6.2
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

La mayor parte de la población, correspondiente a un 62.3% da expresiones de afecto a las personas que quieren, mientras que un 16% no dan muestras de afecto a las personas que quieren.

Tabla 26

Apoyo con un abrazo o una caricia cuando alguien lo necesita

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	100	44.4
Casi Siempre	51	22.7
Algunas veces	44	19.6
Casi nunca	13	5.8
Nunca	17	7.6
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

La tabla anterior, muestra en la opción “siempre” una frecuencia de 100 para un porcentaje de 44.4, demostrando que siempre dan expresiones de apoyo a las personas cuando

lo necesitan, mientras que la frecuencia de 17 con porcentaje de 7.6 nunca da expresiones de apoyo a quienes lo necesitan.

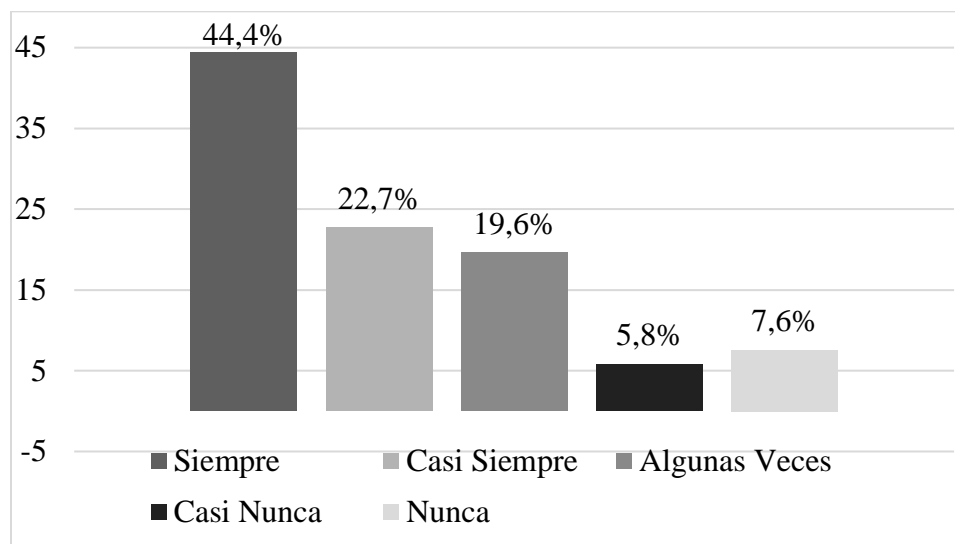


Figura 8. *Doy una expresión de apoyo (abrazo, caricia) a alguien cuando lo necesita.*

Tabla 27

Respondo a una crítica que me ha molestado.

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	63	28
Casi Siempre	55	24.4
Algunas veces	65	28.
Casi nunca	24	10.7
Nunca	18	8
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se evidencia que la frecuencia de 65, correspondiente a un 28.9% algunas veces responde a una crítica que le ha molestado, mientras que la frecuencia 18, correspondiente a 8% nunca responde a una crítica que le haya molestado.

Tabla 28*Logro responder ante una crítica injusta*

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	58	25.8
Casi Siempre	66	29.3
Algunas veces	63	28
Casi nunca	26	11.6
Nunca	12	5.3
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la tabla anterior, se evidencia que el 29.3 % correspondiente a una frecuencia de 66, casi siempre responde a una crítica que se le hace injusta, mientras que el 5.3% correspondiente a una frecuencia de 12 nunca responde.

Tabla 29*Logro invitar a salir a la persona que me gusta*

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	24	10.7
Casi Siempre	10	4.4
Algunas veces	52	23.1
Casi nunca	44	19.65
Nunca	95	42.2
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la tabla anterior se evidencia que la frecuencia 95 correspondiente al 42.2% nunca invita a salir a la persona que le gusta, mientras que las frecuencias siempre, casi siempre y algunas veces representan el 38.2%.

Tabla 30

Le digo a la persona que me atrae que quiero conocerla mejor

Respuestas	Fa	Fr
Siempre	43	19.1
Casi Siempre	43	19.1
Algunas veces	39	17.3
Casi nunca	39	17.
Nunca	61	27.1
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se puede apreciar que el 38.2% siempre y casi siempre dice a la persona que le atrae que le gustaría conocerla mejor, mientras que el porcentaje de 34.6 lo hace algunas veces o casi nunca, dejando un 27.1% que nunca lo hace.

Dimensión: Capacidad de adaptarse al entorno.

Indicador: Adaptación familiar.

Tabla 31

En mi casa debería existir más comprensión y afecto

Respuestas	Fa	Fr
Si	110	48.9
No	91	40.4
?	24	10.7
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

De la tabla anterior, se puede evidenciar que el 48.9% correspondiente a una frecuencia de 110 cree que, si debiera existir más comprensión y afecto, mientras que un

40,4% no ve necesario más muestras de afecto y el 10.7% correspondiente a una frecuencia de 24 no está seguro en su respuesta.

Tabla 32

Considero que mi padre y mi madre muchas veces no me comprenden

Respuestas	Fa	Fr
Si	106	47.1
No	86	38.2
?	33	14.7
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas

Se puede observar que el 47.1% de la población sienten que su padre y su madre no le comprenden, mientras que el 38.2% no siente que su padre y su madre no le comprendan, por otra parte, un 14.7% de la población no tiene una respuesta clara.

Tabla 33

Me veo obligado a callarme o alejarme para evitar problemas en casa.

Respuestas	Fa	Fr
Si	101	44.9
No	106	47.
?	18	8
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Es posible observar que el 47.1% de la población no se ve obligado (a) a callarse o irse a un lugar aparte para evitar problemas, el 44.9% si se ve obligado (a), dejando un 8% que no está claro en su respuesta.

Tabla 34

Mi padre y mi madre son demasiado estrictos

Respuestas	Fa	Fr
Si	99	44
No	66	29.3
?	60	26.7
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se puede comprender que el 44% de la población considera que su padre y su madre son o han sido demasiado estrictos, mientras que el 29.3% considera lo contrario.

Tabla 35

No estoy de acuerdo con la forma en que mi padre y mi madre tratan sus asuntos.

Respuestas	Fa	Fr
Si	101	44.9
No	106	47.
?	18	8
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas

Es posible evidenciar que el 47.1% correspondiente a una frecuencia de 106 no está de acuerdo con la forma en la que se manejan los asuntos en su familia, mientras que el 44.9% correspondiente a una frecuencia de 101 si está de acuerdo.

Dimensión: Capacidad de adaptarse al entorno.

Indicador: Adaptación salud-física.

Tabla 36

Sufro heridas y lesiones considerables a menudo

Respuestas	Fa	Fr
Si	29	12.9
No	179	79.6
?	17	7.6
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se rescata que el 79.6% no sufre heridas considerables en su cuerpo a menudo, mientras que el 12.9% si sufre heridas a menudo.

Tabla 37

He sufrido dos o más enfermedades importantes últimamente.

Respuestas	Fa	Fr
Si	22	9.8
No	192	85.3
?	11	4.9
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se logra rescatar que la mayoría de la población, correspondiente al 85.3% no ha sufrido enfermedades graves, mientras que el 14.7% de la población, si ha sufrido enfermedades graves o no sabe.

Tabla 38

He visitado al médico con bastante frecuencia.

Respuestas	Fa	Fr
Si	26	11.6
No	185	82.2
?	14	6.25
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

De la tabla anterior, se evidencia que solamente el 11.6% ha visitado el médico con frecuencia, dejando el 82.2% de la población que no ha ido al médico con frecuencia y el 6.2% que no está seguro (a) de su respuesta.

Dimensión: Capacidad de adaptarse al entorno.

Indicador: Adaptación social.

Tabla 39

Me resulta muy difícil hablar en público

Respuestas	Fa	Fr
Si	127	56.4
No	88	39.1
?	10	4.4
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Al 56.4% de la población, correspondiente a una frecuencia de 127 si le resulta difícil hablar en público, mientras que al 39.1% correspondiente a una frecuencia de 88 no le resulta difícil hablar en público.

Tabla 40

Hago amistad con facilidad.

Respuestas	Fa	Fr
Si	138	61.3
No	68	30.2
?	19	8.45
Total	225	100 %

Nota Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la tabla anterior, se evidencia que el 61.3% si hace amistades con facilidad, mientras que el 30.2% no hace amistades con facilidad y el 8.4% no está seguro (a) de su respuesta.

Tabla 41

Me siento con seguridad cuando debo hablar frente a todos en la clase.

Respuestas	Fa	Fr
Si	76	33.8
No	122	54.2
?	27	12
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas

Al 54.2% de la población no se siente seguro (a) al hablar en público, mientras que el 33.8% si se siente seguro o segura al hablar en público, y un 12% está inseguro o insegura.

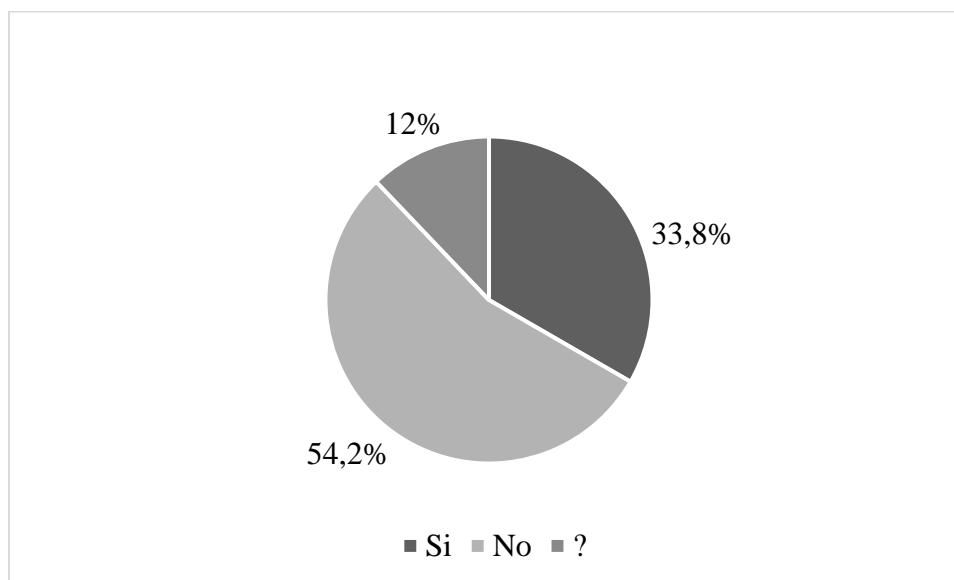


Figura 9. Se siente seguro o segura cuando debe hablar frente a todos en clase.

Dimensión: Capacidad de adaptarse al entorno.

Indicador: Adaptación emocional.

Tabla 42

Lloro con facilidad.

Respuestas	Fa	Fr
Si	93	41.3
No	116	51.6
?	16	7.1
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas

En la tabla anterior, se aprecia que la frecuencia de 116, correspondiente a 51.6% de la población no suele llorar con facilidad, mientras que la frecuencia de 93, correspondiente a 41.3% población si suele llorar con facilidad.

Tabla 43

Comparación de la adaptación emocional por género, suele llorar con facilidad y el género de los y las participantes.

Respuestas	Femenino	Masculino	Otro
Si	71	20	2
No	20	94	2
?	7	8	1
Total	98	122	5

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la *tabla* se trabaja con una de las preguntas de la adaptación emocional donde se resalta que un total de 71 personas de género femenino suelen llorar con facilidad mientras

que un total de 94 estudiantes del género masculino indicas que no lloran con facilidad, las personas que se identifican con otro género poseen la misma cantidad de personas para ambas respuestas.

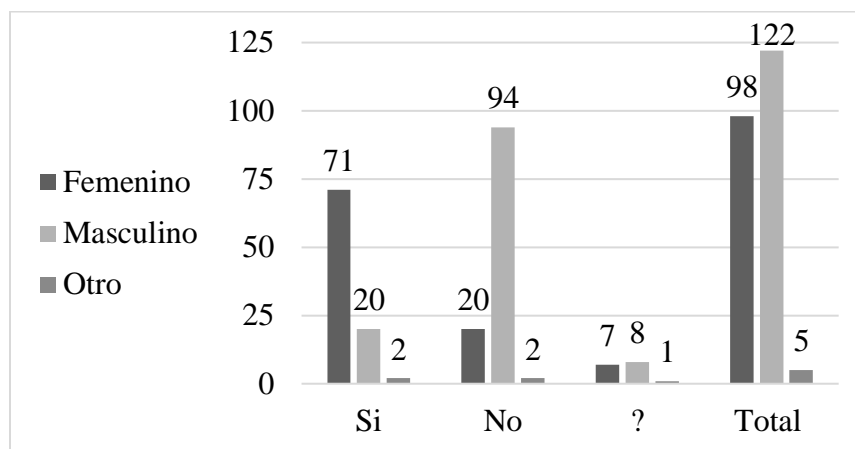


Figura 10. Comparación de la adaptación emocional por género, suele llorar con facilidad y el género de los y las participantes.

Tabla 44

Me desanimo fácilmente.

Respuestas	Fa	Fr
Si	127	56.4
No	84	37.3
?	14	6.2
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

Se puede apreciar que el 56.4% de la población si se desanima fácilmente, mientras que el 37.3% no se desanima fácilmente, y el 6.2% no está seguro de su respuesta.

Tabla 45

Me siento nervioso la mayor parte del tiempo

Respuestas	Fa	Fr
Si	116	51.6
No	90	40
?	19	8.4
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas.

En la tabla anterior se puede observar que la población está en partes casi iguales, siendo un 51.6% la cantidad de población que siente nerviosismo la mayor parte del tiempo, mientras que el 40% no siente nerviosismo la mayor parte del tiempo y un 8.4% no muestra certeza en la respuesta.

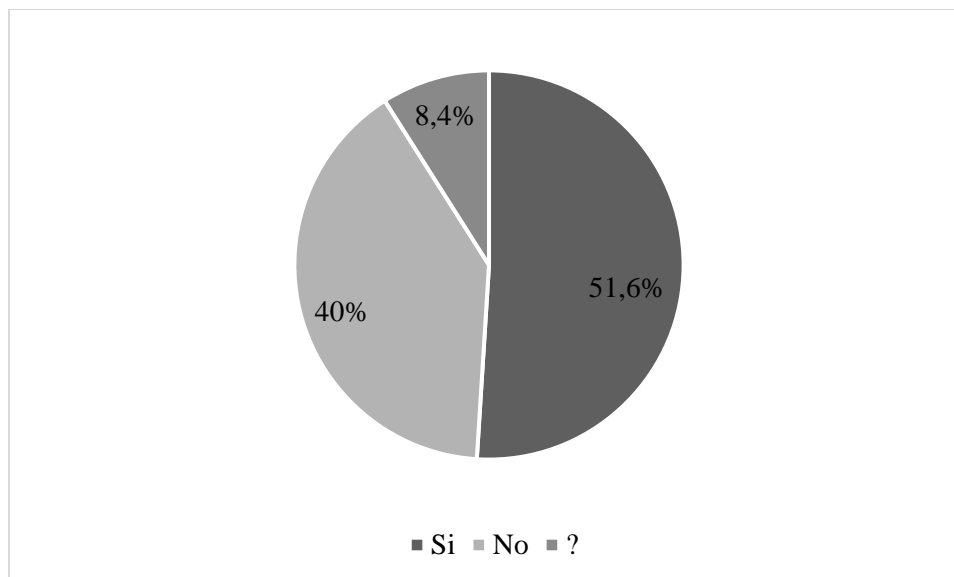


Figura 11. *La mayor parte del tiempo siente nerviosismo.*

Tabla 46

Me preocupo durante mucho tiempo al sufrir una situación vergonzosa.

Respuestas	Fa	Fr
Si	140	62.2
No	63	28
?	22	9.8
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas

En la tabla anterior, se evidencia que el 62.2% de la población si se queda preocupada después de haber sufrido una situación vergonzosa, mientras que el 28% de la población no se queda preocupada.

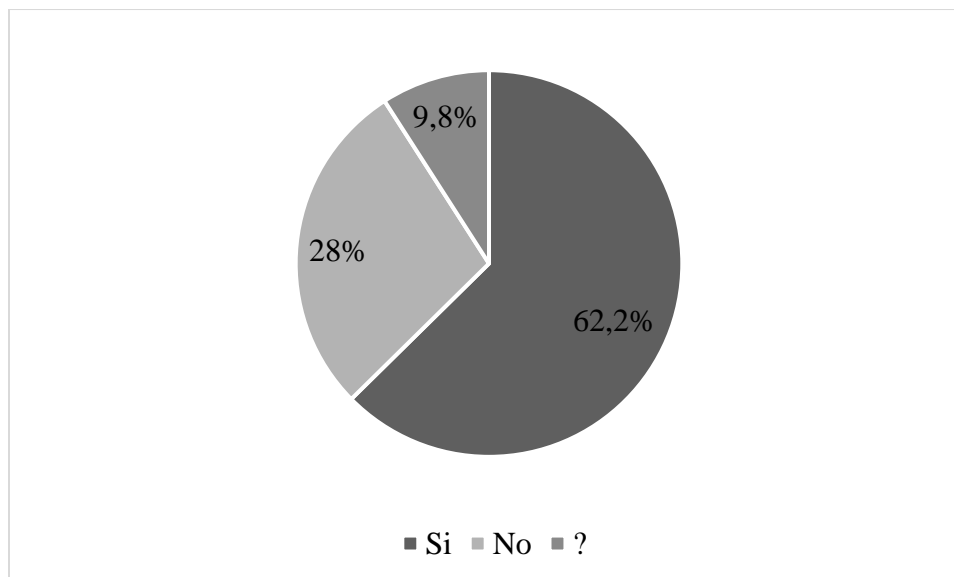


Figura 12. *Luego de haber sufrido una situación vergonzosa, se queda muy preocupado o preocupada durante demasiado tiempo.*

Tabla 47

Tengo cambios de humor sin razón aparente, me enojo rápido y luego ya no.

Respuestas	Fa	Fr
Si	127	56.4
No	83	36.9
?	15	6.7
Total	225	100 %

Fuente. Instrumento aplicado a personas adolescentes de 12,13 y 14 años del colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas

El 56.4% si tiene cambios de humor sin razón aparente, esto corresponde una frecuencia de 127, mientras que el 36.9%, correspondiente a una frecuencia de 83 no tiene cambios de humor sin razón aparente.

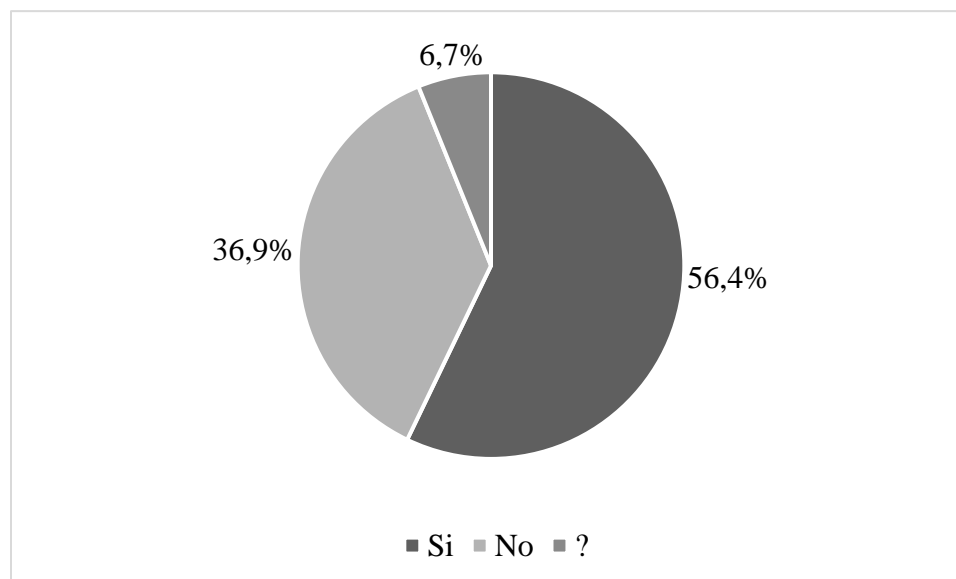


Figura 13. *Tiene cambios de humor sin alguna razón aparente. (te enojas rápidamente y luego ya no)*

Análisis de resultados

En el presente apartado, se presenta el análisis de los resultados obtenidos en la población estudiada, este se presenta segmentado por habilidades básicas, avanzadas y adaptabilidad.

Habilidades básicas

Se presentan los resultados de las habilidades básicas, específicamente, las habilidades relacionadas con hablar o interactuar con personas desconocidas.

De los estudios realizados, se puede evidenciar que más de la mitad de la población no interactúa con desconocidos, sin embargo, un número considerable si lo hace, esto es preocupante ya que en situaciones no controladas puede llegar a ser peligroso, no obstante, el interactuar con desconocidos (as) en el caso de personas adolescentes, siendo ambos de la misma edad y contexto, puede conllevar a amistades nuevas.

Aunado a esto, Goleman (1995), menciona que existen dimensiones endógenas y exógenas en la inteligencia emocional, dentro de estas se encuentra la capacidad para relacionarse, esta se relaciona con la habilidad para establecer lazos de forma no verbal. En el caso analizado se evidencia que la capacidad de adaptación al entorno es de gran importancia y esta se puede relacionar con el hablar con desconocidos en cuanto a que esto puede brindar nuevas amistades.

Por otro lado, el 68.9% expresa que algunas veces o casi siempre la población expresa su opinión, aunque esta sea contraria a la de la persona con la que está, esto se puede relacionar con las dimensiones de la inteligencia emocional, en cuanto a la dimensión de responsabilidad, dado que se pretende que la persona pueda expresarse, aceptando las consecuencias (positivas o negativas) de la expresión de sentimientos o emociones.

Esto puede relacionarse con la comunicación asertiva, es decir, que la población se comunique desde una posición racional para comunicarse sin herir los sentimientos de la otra persona.

Continuando con la interacción con desconocidos, el 44.8% pide con regularidad que se guarde silencio en lugares públicos, como el cine, sin embargo, una minoría importante (17.3%) nunca pide que se guarde silencio, se puede evidenciar que si bien la mayoría de la población posee habilidades para expresar sus sentimientos y emociones, sin embargo, existe otra gran parte de la población posee niveles bajos en este tipo de habilidades, por lo que se ve la necesidad de reforzarlo en la población.

Bisquerra y Pérez (2007) mencionan competencias emocionales como la conciencia del propio estado emocional y habilidad para afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autocontrol. De esto se puede entender que se debe reforzar de forma que la población pueda expresar sus emociones o sentimientos de forma que no hieran a las personas que tienen alrededor.

Se puede evidenciar que la mayoría de la población, correspondiente al 61.4% no pide el respeto por su turno de palabra, de esto podemos identificar la necesidad de implementar la seguridad en cada persona para que desde la inteligencia emocional puedan comunicarse de forma asertiva.

Lo anterior, puede ser relacionado con las habilidades avanzadas y las relacionadas con los sentimientos, las cuales se relacionan con expresarse, dar y obedecer instrucciones, además de expresar sentimientos como miedo, rabia y cariño (Rojas y Hernández, 2020).

Esta expresión de sentimientos y emociones puede generar que la persona adolescente, se desenvuelva de forma adecuada, basada desde la inteligencia emocional y la comunicación asertiva.

En cuanto a salir con personas que casi no se conocen, el 67.1% nunca o casi nunca salen con gente que casi no conocen, al igual que en casos controlados, esto puede significar que la población posee bajos niveles de adaptabilidad, dificultando la socialización y la creación de nuevos vínculos afectivos, sin embargo, también se considera rescatable que la

población no salga con personas que casi no conozca, esto considerando situaciones que no estén controladas, dejando posibles riesgos y situaciones peligrosas en la población.

Habilidades avanzadas

En el presente apartado se analizarán las habilidades sociales avanzadas, relacionadas con mantener la calma ante las críticas, pedir disculpas, rechazar peticiones y las habilidades relacionadas con los sentimientos.

Del estudio realizado, el 32.9% de la población nunca o casi nunca mantiene la calma cuando se ha equivocado, mientras que el 53.4% siempre o casi siempre mantiene la calma; esto demuestra que sí existe un manejo de las emociones, sin embargo, es necesario potenciar el manejo de los recursos emocionales para que se convierta en una práctica adecuada del manejo de emociones.

Esto, según Martínez, Piqueras y Ramos (2010), en el ámbito de salud es gran importancia, ya que se ha visto que los niveles bajos de inteligencia emocional pueden ser causantes de situaciones violentas en la población estudiada.

Las situaciones violentas en la población podrían verse en aumento en la población adolescente debido a la falta de inteligencia emocional de la misma, lo cual causa preocupación, ya que la violencia puede darse con las personas que le rodean o consigo mismos.

Por otro lado, se puede notar que el 51.1% de la población tiene inconvenientes afrontando las críticas que le hacen las demás personas, dando a entender que las críticas tienen peso en la población estudiada.

Según la teoría de Erick Erickson, citada por Bordignon (2005), concuerda con la Etapa del desarrollo Identidad Vs Confusión de Identidad, en donde se menciona que se desarrolla la identidad y los grupos de pares adquieren más importancia. De esto se puede decir que las críticas provenientes de grupos de pares pueden ser de gran importancia.

Las críticas en la población adolescente pueden ser un arma peligrosa, ya que el miedo a las críticas y el miedo o preocupación a no pertenecer a un grupo, de la mano con la baja habilidad de inteligencia emocional, comunicación asertiva y toma de decisiones pueden generar daños en la salud de la persona.

Se puede señalar que, en cuanto a pedir disculpas cuando el comportamiento ha molestado a alguien, la mayoría de la población, correspondiente a un 59.5% no tiene inconvenientes con pedir disculpas,

De igual forma, que la mayoría de la población (75.5%) no presenta inconvenientes para pedir disculpas cuando hieren los sentimientos de otras personas, demostrando la concordancia entre ambos ítems.

Lo anterior demuestra que la población posee un manejo de inteligencia emocional, especialmente en cuanto a las dimensiones endógenas Goleman (1995) ya que se menciona la responsabilidad, esta, comprendida como la capacidad que tiene la persona para comprender que sus acciones tienen consecuencias.

Además de esto, se debe potenciar para que además de la dimensión de responsabilidad se pueda desarrollar la capacidad de aprender; es decir que la población sea capaz de aprender de su error y aprender a manejar la situación de forma tal que puedan pensar, sentir y luego actuar.

En cuanto a responder una crítica que le ha molestado, el 47.6% algunas veces, casi nunca o nunca responde a una crítica que le ha molestado, mostrando que es necesario potenciar la inteligencia emocional y la comunicación asertiva.

Aunado a esto, cuando se trata de decir que “no” cuando no quiere prestar algo que le piden, la mayor parte de la población expresa no tener problema para negarse a una prestar algo, solamente la minoría correspondiente a un 14.7% presenta problema ante la petición.

De lo anterior, se puede comprender que la población no presenta problema en expresar molestia o negación ante una crítica o una solicitud que no les agrada, lo cual reafirma lo expuesto en resultados anteriores, que la población no tiene problema en expresarse, manteniendo la responsabilidad de sus emociones y como las expresan.

Sin embargo, se puede inferir que es necesario el refuerzo de la comunicación asertiva, la inteligencia emocional y el entendimiento de los recursos emocionales. En la misma línea del resultado anterior, el “rechazar una petición que no me agrada” el 63.1% muestra que siempre o casi siempre rechaza peticiones que no le agradan, demostrando que son capaces de expresar la negación ante algo que no les agrada.

Asociado a esto, el decir que no cuando piden hacer algo que les molesta solo el 2.7% de la población dice que no de forma regular. Aunque la cantidad de personas es muy poca, se debe realizar un refuerzo, ya que dependiendo a la petición que se realice, esta minoría podría convertirse en población de riesgo.

En otro orden de ideas, para la expresión de cariño; la mayor parte de la población (62.3%) casi siempre y siempre da expresiones de cariño a personas que quiere, dejando un 6.2% de población nunca da expresiones de cariño a personas que quieren, mientras que el 67.1% siempre y casi siempre da muestras de afecto y apoyo a quien lo necesita y solamente el 7.6% nunca.

De lo anterior, se puede evidenciar la población en su mayoría no tiene dificultad en dar muestras de cariño en forma de apoyo a las personas que lo necesitan, esto demuestra la empatía presente en la población, sin embargo, también se evidencia la necesidad de reforzar esta temática.

Capacidad de adaptarse

Uno de los apartados de análisis por tomar en cuenta es la adaptación de los y las adolescentes partiendo desde los datos del cuestionario de Adaptación de Bell distribuido en 4 grandes dimensiones: adaptación familiar, adaptación física, adaptación emocional y adaptación social.

Adaptación familiar

Cabe resaltar que un total de 110 lo que corresponde a un 48.9% de participantes muestran un interés por una posible muestra de afecto y mayor comprensión de la familia esto posee una incongruencia por parte de lo mencionado por Campos, M., Padilla, S y Valerio, J (2004) los cuales dentro de las características de la adolescencia mencionan la búsqueda de identidad caracterizada por la obtención una lucha de la persona adolescente por conseguir libertad y autonomía sin embargo en la investigación casi en la mitad no se logra esto ya que los y las participantes muestran un interés por más afecto y comprensión en sus hogares.

También se resalta que 33 personas que corresponde a un 14,7% no tienen una idea clara si existe una comprensión de sus padres y madres que se evidencia al evitar una respuesta de si o no ante la comprensión en el hogar, a esto se le suma también que 86 correspondiente a un 38,2% estudiantes están de acuerdo que sus padres y madres **no** los comprenden, siendo la comprensión familiar uno de los apartados que según los datos no se ha trabajado en una gran parte de la población.

Por otra parte es importante que 101 personas lo que corresponde a 44,9% de la población se ve obligado a callar y alejarse para evitar problemas en casa esto puede ser un factor determinante en las relaciones interpersonales en las familias y otros contextos el reprimir sentimientos puede generar algunas conductas violentas en los y las adolescentes, esta situación se debe de tomar en cuenta ya que se asocia con el desarrollo del Trastorno de adaptabilidad el cual se caracteriza por síntomas emocionales y conductuales como: estado de ánimo depresivo, ansiedad, preocupación, sentimientos de incapacidad para afrontar problemas, planificación del futuro y deterioro diario. (Alberola,2019). El callar y alejarse

de las situaciones que sucedan en el hogar está específicamente relacionada con el afrontamiento de problemas.

Es importante resaltar que con respecto a la adaptación familiar un 26.7% de los y las adolescentes lo que corresponde a 60 personas no posee una respuesta clara a la pregunta relacionada a si los padres y madres de familia son demasiados estrictos, para Güemes-Hidalgo, González-Fierro e Hidalgo-Vicario, (2017) la etapa adolescente está relacionada con los cambios físicos de la pubertad, sin embargo cabe resaltar que a partir de los 14 años la etapa se caracteriza por conflictos con los familiares esto se está viendo evidenciado por medio de 99 personas lo que es igual a un 44% que consideran que sus padres son muy estrictos y solo el 29,3% lo que corresponde a un total de 66 personas creen están de acuerdo que sus padres y madres no son demasiado estrictos.

Con lo anterior se puede llegar a la generación de conflictos y los primeros indicios de las relaciones familiares inestables esto partiendo que más del 47% de la población no está de acuerdo con la forma en que sus padres y madres trata diferentes asuntos en el hogar.

Adaptación salud- física

Cabe resaltar que un 12.9% de la población que corresponde a un total de 29 adolescentes menciona que a menudo sufre lesiones considerables en su cuerpo, si bien la pregunta de análisis está enfocada a un apartado de actividad física es un dato que podría estar relacionado con posibles problemáticas que afecten la salud.

De la adaptación física cabe mencionar que las tres preguntas muestran una tendencia a una buena salud física y una adaptación “normal”, teniendo un 85,3% de personas que no han tenido enfermedades graves y un 82,2% que no han tenido que visitar al médico, esto podría estar muy relacionado según Caponi (2000) a uno de los cumplimientos de la adaptación tomando en consideración la variable hereditaria.

Adaptación social

Con respecto a la adaptación social y a la facilidad de hacer amistades se puede visualizar que el 61.3% de la población hace amistades con facilidad esto es algo que coincide con lo planteado por Güemes-Hidalgo, González-Fierro e Hidalgo-Vicario, (2017) ya que de los 14 a los 17 años la etapa tiene como característica la importancia que adquieren los grupos de pares cabe aclarar que este hecho posee una gran importancia en la adaptación social ya que para López, Ferrer y Gutiérrez (2009) “el hecho de tener amigos puede aumentar la autoestima y la sociabilidad de la persona, también podría ser que los adolescentes que presentan una autoestima más elevada y mejores habilidades sociales, establezcan y conserven más amistades”. (p.46)

Cabe resaltar que si bien es bastante elevado la cantidad de personas que poseen facilidad para hacer amistades existe un 30.2 % de personas a las que no se les facilita y las consecuencias podrían ser las mismas que se mencionan anteriormente por los autores, pero donde una connotación menos positiva donde la autoestima y las habilidades sociales influyan en las relaciones de amistad.

Tomando en consideración la seguridad para hablar frente a la clase cabe resaltar que un 54.2% de las personas participantes no se siente seguro de realizar esta acción es una de las situaciones que se deben de tomar en consideración ya que esto puede ser un detonante de alguna situación de TA MayoClinic (2019) ya que todo esto “se basa en la identificación de los factores importantes de la vida que causan estrés, tus síntomas y cómo estos afectan tu capacidad para desenvolverte.” (MayoClinic, 2019). La adaptación a los cambios puede generar estrés y en la adaptación social una situación como hablar frente a toda la clase puede influir como detonante del TA en la población.

Adaptación emocional

Existe un alto nivel de personas que se desaniman fácilmente un total del 56.4% de la población suele presentar esta característica cabe mencionar que es una parte de la etapa en la que se encuentran adecuada de manera que influya de manera positivas en las etapas del ciclo vital posteriores esto tomando lo que menciona Erickson, citado por Bordignon (2005),

las personas adolescentes que se encuentran en estas edades están atravesando por la etapa de búsqueda de identidad vs confusión de roles, esta comienza desde los 12 y termina a los 20 años. Esta además se caracteriza por la búsqueda de identidad en diferentes aspectos, como, por ejemplo: psicosocial, sexual, vocacional, etc. Además de los aspectos mencionados anteriormente no se puede dejar de lado la parte emocional y afectiva la cual toma mucha importancia en esta etapa.

Dentro de la adaptación emocional cabe resaltar que existen tablas donde es importante tomar en cuenta algunos resultados en la tabla 35 se visualiza como 116 participantes lo que es un 50.6% de la población menciona que la mayor parte del tiempo sientes nerviosismo, no solo es importante ese dato ya que en la tabla 36 el 62.2% de los participantes se quedan muy preocupados por alguna situación vergonzosa y a su vez en la tabla 37, 127 personas lo que es un 54.4% de la población posee cambios de humor fácilmente estos datos son de vital importancia esto tomando en consideración lo de Dueñas (2002) citando a Perea (2002) sobre la salud emocional en donde menciona que todas las personas necesitan sentirse seguras emocionalmente, buscando un bienestar emocional así como estabilidad, desde el factor emocional tomando la adaptación es importante que la prevención es fundamental para la prevención de algunas enfermedades. De lo anterior es importante resaltar que gran parte de la población la adaptación emocional es un apartado a tomar en cuenta.

Cabe resaltar la importancia de las dimensiones de adaptación y como se podrían entrelazar para formar una influencia en diferentes contextos de las y los adolescentes, un ejemplo claro de esto se puede ver en la adaptación familiar donde 101 personas lo que corresponde a 44,9% de la población se ve obligado a callar y alejarse para evitar problemas, teniendo una posible relación con un 54.2% de las personas participantes no se siente seguro de hablar en frente de la clase.

Por otra parte, es importante que 101 personas lo que corresponde a 44,9% de la población se ve obligado a callar y alejarse para evitar problemas en casa esto lo cual podría relacionarse al 116 correspondiente a 51.6% de la población no suele llorar con facilidad lo

que claramente podría estar relacionado debido al no expresar y callar lo que siente. Sin embargo, relacionados con estos datos resalta que el 56.4% de la población si se desanima fácilmente, si bien la población no suele llorar en su gran mayoría si se desanima fácilmente.

Otro dato importante es que 47.1% de la población sienten que su padre y su madre no le comprenden, pero se evidencia que el 61.3% si hace amistades con facilidad lo que podría indicar que los y las adolescentes buscan una mayor comprensión fuera del hogar.

Esto mencionado anteriormente, puede considerarse un factor de riesgo en la población adolescente, ya que pueden involucrarse en situaciones riesgosas en las que las amistades pueden dar consejos inadecuados.

Capítulo V

Conclusiones y recomendaciones.

Conclusiones

En el presente apartado, se mencionan las conclusiones de presente estudio partiendo de los objetivos planteados y los resultados obtenidos durante la aplicación de instrumentos en la población seleccionada.

Partiendo del objetivo general el cual busca analizar capacidad de adaptación al entorno y la capacidad de relacionarse para la salud integral de personas adolescentes de 12 a 14 años. La investigación realizada permite concluir tanto teóricamente como en el campo de estudio que, efectivamente la inteligencia emocional influye en la salud integral de la población, y esto puede evidenciarse en los diferentes comportamientos que estos demuestran tanto en el contexto familiar como en el social.

En relación con el primer y segundo objetivo específico correspondiente a descubrir los recursos emocionales de los y las adolescentes presentes en la población y revisar el nivel de desarrollo personal social de los y las adolescentes presentes en la población, se puede evidenciar que la población en su gran mayoría logra reconocer sus emociones y en ocasiones logran identificar la situación que lo detona, por lo que se puede concluir que la población posee altos niveles de habilidades sociales básicas.

Aunado a esto se evidencia que la comunicación asertiva juega un papel importante en la identificación de los recursos emocionales en la población, además de que es vital para la resolución de situaciones conflictivas que pueden afectar a la salud integral de la población.

Se puede concluir que la población logra identificar sus emociones, en ocasiones son capaces de expresarlas de forma adecuada y resolver qué les está causando esta emoción de forma autoeficiente, dando a entender que la población posee un manejo básico del conocimiento y demostrando como este afecta en la salud integral.

Con respecto al cumplimiento del tercer objetivo enfocado en inspeccionar la adaptación de los y las adolescentes se puede evidenciar que la población ha presentado inconvenientes al momento de adaptarse a los cambios, especialmente después de la Pandemia por COVID-19, pues se ha visto que ha causado problemas en la comunicación y creación de vínculos con personas externas a la familia. Es importante resaltar que se logró el fin de este y solo en términos generales también en cada una de las dimensiones de la adaptabilidad, a grandes rasgos se puede determinar que la adaptación es un tema que aún se debe de trabajar con la población ya que existe una clara muestra de que casi la mitad de los y las adolescentes aún requiere trabajar las diferentes dimensiones de la adaptabilidad.

Con respecto a la adaptación familiar es importante resaltar que los datos muestran que casi la mitad de las personas participantes está aún en un proceso de cómo saber adaptarse a muchas de las situaciones que suceden en las familias, esto partiendo desde lo que puede ser la falta de muestra de afecto y comprensión por parte de los padres y madres, también el callarse y alejarse de algunas situaciones familiares, por otra parte también el considerar que sus padres y madres son muy estrictos, luego resaltar que casi la mitad de los y las adolescentes no está de acuerdo como se tratan diferentes asuntos en el hogar.

Analizando los recursos emocionales, el nivel de desarrollo personal-social y la capacidad de adaptación forman un conjunto de factores importantes, los cuales se puede concluir que es importante fomentar, ya que si bien se pueden evidenciar niveles básicos en la adaptación e inteligencia emocional, sin embargo es necesario potenciar dichas habilidades en la población ya sea a modo de refuerzo o para instruirlos y que estos puedan desarrollarse adecuadamente para las etapas del ciclo vital futuras.

Se puede observar que, entre los recursos emocionales y la adaptabilidad en la salud integral de las personas adolescentes, se logró evidenciar que tanto los niveles de habilidad social como los niveles de adaptabilidad son medios, no obstante, hay ocasiones en las que se invierten los datos y la población presenta más alto un indicador que otro, lo cual nos

demuestra que, aunque estos se relacionan no necesariamente uno influye directamente en el otro.

Recomendaciones

En el presente apartado se mencionan recomendaciones que se pueden aplicar en futuras investigaciones o bien aplicarse en los centros educativos para obtener mejoras en los resultados de la inteligencia emocional y por ende en la salud integral de las personas adolescentes.

Departamento de Orientación Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas

- Reforzar en el trabajo con los padres y madres de familia los temas de convivencia familiar, comunicación asertiva, escucha activa y relaciones intrafamiliares. también es importante trabajar la adaptación a las diferentes dimensiones en específico la adaptación familiar y emocional.
- Fomentar la adaptabilidad a los cambios en la población, además de esto fomentar la inteligencia emocional para que estos puedan tomar decisiones asertivas que les beneficien en las etapas posteriores del ciclo vital, esto se puede lograr mediante cambios en los grupos de trabajos, cambio de los entornos de clases.
- Trabajar estrategias en las sesiones de Orientación relacionadas con las habilidades sociales, que puedan influenciar en las habilidades sociales de los y las adolescentes que poseen niveles bajos y medios.
- Es de vital importancia que la población docente se capacite en la inteligencia emocional, de forma que todas las personas del centro educativo puedan evidenciar cambios en la población los cuales sean de riesgo en la población adolescencia.

Ministerio de educación Pública y Patronato Nacional de la Infancia

- Se recomienda trabajar a nivel gobierno, es decir Ministerio de Educación Pública (MEP) y Patronato Nacional de la Infancia (PANI) para divulgar la

importancia de las leyes que velan por el bienestar emocional de los y las adolescentes.

- Al Ministerio de Educación Pública es importante reforzar temáticas con prevención del suicidio, reforzar y actualizar el protocolo ya establecido, tomando en consideración las nuevas temáticas que influyen en esta situación como lo es la adaptación ante diferentes situaciones emergentes que sucedan en la adolescencia.

División de educación para el trabajo

- Se recomienda a la División de Educación para el Trabajo implementar en los cursos correspondientes a la niñez y adolescencia técnicas de reconocimiento y abordaje de conductas violentas, enfocándose en la prevención.
- Brindar más herramientas de enseñanza y aplicación de la Orientación tanto individual como colectiva de manera remota o virtual.

Profesionales en Orientación

- Se considera importante, capacitar a los padres, madres y encargados de familia en la temática de inteligencia emocional, de manera que estos puedan criar y educar basado en esta temática y poder identificar cambios en sus hijos e hijas que puedan afectar su salud integral.
- Se plantea esta tesis como un punto de partida para futuros trabajos finales de graduación relacionados con personas adolescentes, tratando de retomar la misma población u otra con características similares.
- Conocer la etapa del desarrollo por la que los y las adolescentes están atravesando para que puedan empatizar con los diferentes cambios que se presentan.
- Desde la adaptación física comentar y compartir con los adolescentes las diferentes enfermedades que se derivan por genética familiar siempre y cuando se tome en consideración el respeto al tratar demás de confidencialidad en las familias, esto se puede lograr desde un trabajo interdisciplinario.

Referencias

- Abarca, E. y Romero, J. (2010). *Elementos sociales, educativos y personales que influyen en la deserción de los estudiantes del Colegio Técnico Profesional de General Viejo*. Recuperado de: <https://repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/18183/Elementos%20sociales%2c%20educativos%20y%20personales%20que%20influyen%20deserci%3%b3n%20de%20estudiantes%20Colegio%20T%c3%a9cnico%20Profesional%20de%20General%20Viejo%202010.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Acuña, I., Castillo, D., Bechara, A y Godoy, J. (2013). *Toma de decisiones en adolescentes: rendimiento bajo diferentes condiciones de información e intoxicación alcohólica*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/560/56027416004.pdf>
- Adasme, R y Zúñiga, J (2020). *Introducción al análisis cuantitativo de datos* .Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/343188494_Introduccion_al_analisis_cuantitativo_de_datos
- Ágora, A. (2016). *Proyecto de investigación sobre el suicidio*. Recupero de: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3765/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION%20SOBRE%20EL%20SUICIDIO.pdf?sequence=1>
- Aguilar, A. (2019). *La influencia del estilo de vida e inteligencia emocional en la autoestima de adolescentes*. Recuperado de: <http://132.248.9.195/ptd2019/septiembre/0795235/0795235.pdf>
- Aguilar, E. (2019). *Comunicación Asertiva*. Recuperado de: http://www.direcciondepersonal.com/comunicacion_asertiva.pdf
- Aguilar, K. (2018). *Inteligencia Emocional: Una herramienta para el desarrollo de habilidades socio-emocionales en adolescentes en la telesecundaria 39*. Recuperado de: <http://132.248.9.195/ptd2018/marzo/0772248/0772248.pdf>

- Alfonso, M. y Sosa, L. (2020). *Aplicación de estrategias lúdico-Pedagógicas en modalidad virtual, para fortalecer la habilidad blanda: capacidad para relacionarse, en niños de 6 a 10 años*. Recuperado de: <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/37773/lhsosah.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arberola, J. (2019). *La adaptación al cambio según la psicología*. Recuperado de: <https://www.psicologia-online.com/la-adaptacion-al-cambio-segun-la-psicologia4380.html>
- Arce, I. (2012). *El efecto de la metodología de aprendizaje cooperativo en el desarrollo de las competencias emocionales en un grupo de estudiantes de séptimo año del Liceo Santo Domingo, en Heredia, circuito 05, durante el 2012. Trabajo final para optar al grado de maestría en Psicopedagogía*. Recuperado de: <https://repositorio.uned.ac.cr/handle/120809/943>
- Arguedas, I. (2015). *Orientación para la prevención*. El desarrollo teórico de la orientación: un aporte de la Universidad de Costa Rica. p.51. Recuperado de: <https://www.orientachile.cl/wp-content/uploads/2016/07/El-desarrollo-te%C3%B3rico-de-la-Orientaci%C3%B3n.pdf>
- Arguedas, K., Ocampo, A., Ramírez, R., Reyes, J. y Valerín, M. (2020). *Factores protectores y de riesgo en dos personas adolescentes que intentaron suicidarse: Recomendaciones para la prevención desde la Orientación*. (Trabajo de grado). Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.
- Awuapara, S., Valdivieso, M., (2013). *Características bio-psicosociales del adolescente*. Recuperado de: <http://repebis.upch.edu.pe/articulos/op/v12n2/a3.pdf>
- Bastidas, L. A. (2020). *Adicción al internet e inteligencia emocional en adolescentes: Unidad Educativa Juan Pablo II*. (Bachelor's thesis, Quito: UCE). Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/20850/1/T-UCE-0007-CPS-248.pdf>

- Bérezon, M. (2013). *Acciones didácticas para el abordaje de factores relacionados con la inteligencia emocional y habilidades sociales cognitivas y personales, desde la promoción de la salud y educación para la salud, en el escenario escolar del Colegio Técnico Profesional Uladislao Gámez Solano*. Recuperado de: <http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/handle/123456789/1873>
- Bisquerra, R. (Coord.). (2014). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid, España: Editorial La Muralla.
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Recuperado de; <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Las-competencias-emocionales.pdf>
- Boletín Oficial del Estado (BOE). *Ley Orgánica para la mejora de la calidad educativa*. Agosto de 2013. Recuperado de: <https://www.boe.es/buscar/pdf/2013/BOE-A-2013-12886-consolidado.pdf>
- Bordignon, N. (2005). *El Desarrollo psicosocial de Eric Erickson. El diagrama epigenético del adulto*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>
- Burgarelli, R; Rivera, J; Fallas, M. (2016). *El proceso vocacional del estudiantado universitario en condición de logro y rezago académico: Un análisis desde el enfoque evolutivo de Donald Super*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/1941/194150012001/html/>
- Caballo, Salazar, Irutia y Equipo de Investigación CISO-A 2016 en Piqueras, J. (2017). *Desarrollo y Validación de un nuevo instrumento para la evaluación de las actividades sociales; El Cuestionario*. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/316582949_Desarrollo_y_validacion_d
- Cabrera, E. (2019). *Musicoterapia en el desarrollo de habilidades de inteligencia emocional, en jóvenes estudiantes del Colegio IPARM de la Ciudad de Bogotá*. Recuperado de:

<https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/75788/1026560742.2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Campos, M., Padilla, S., Valerio, J. (2004). *Prevención. De suicidio y conductas autodestructivas en jóvenes*. Recuperado de: <https://www.binasss.sa.cr/adolescencia/aserril1.pdf>

Caponi, G. (2000). *La Regla de Darwin*. Recuperado de: <file:///Users/mariapaula/Downloads/Dialnet-LaReglaDeDarwin-5251272.pdf>

Cejudo, J., Losada, L. y Pérez, J. C. (2017). *Inteligencias múltiples y su relación con inteligencias cognitiva y emocional en adolescentes*. *Universitas Psychologica*, 16(3), 1-13. Recuperado de: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/18052>

Cerna, C. (2020). *Propiedades psicométricas del cuestionario de adaptación para adolescentes Bell en estudiantes de la ciudad de Cajamarca*. Universidad de Cajamarca, Facultad de Psicología. Recuperado de: <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1261>

Céspedes, F. (2018). *Cómo adaptarse a los cambios*. Recuperado de: <https://www.psicologia-online.com/como-adaptarse-a-los-cambios-74.html>

Colegio de Profesionales en Orientación. (2012). *Código de Ética*. Recuperado de: <https://www.cpocr.org/wp-content/uploads/2012/10/C%C3%93DIGO-DE-%C3%89TICA-CPO-5-nov-12.pdf>

Congreso de la República del Perú. *Ley que declara de necesidad pública y de preferente interés nacional la incorporación del Enfoque de Educación Emocional y Social en los contenidos curriculares de la Educación Básica Regular*.

Corrales, A., Quijano, N y Góngora, E. (2017). *Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. un programa para desarrollar habilidades para la vida*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161005.pdf>

- Corrales, M. (2003). *Estrategias de afrontamiento del estrés que le produce la vida diaria a jóvenes colegiales*. Recuperado de: <https://repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/11293/Tesis%205425?sequence=1&isAllowed=y>
- Díaz, A. y Gutiérrez, P. (2018). *Educación emocional y competencias emocionales y ciudadanas de los estudiantes de grado sexto de las I.E. Asunción y Antonio Ricaurte de Medellín*. Universidad de Medellín Facultad de Ciencias Sociales y Humanas Maestría en Educación.
- Dueñas, M. (2002). *Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la Orientación educativa*. Educación XX1, núm. 5, 2002, pp. 77- 96. Recuperado de: [Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa \(redalyc.org\) e_un_nuevo_instrumento_para_la_evaluacion_de_las_habilidades_sociales_el_Cuestionario_de_habilidades_sociales_CHASO](http://redalyc.org/e_un_nuevo_instrumento_para_la_evaluacion_de_las_habilidades_sociales_el_Cuestionario_de_habilidades_sociales_CHASO)
- Estado de la Educación Costarricense. (2017). *Sexto informe estado de la educación*. Recuperado de: <https://www.estadonacion.or.cr/educacion2017/assets/ee6-informe-completo.pdf>
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). *El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas*. Revista Electrónica de Investigación Educativa. Recuperado de: <http://redie.uabc.mx/vol6no2/contenido-extremera.html>
- Fernández, M., Domínguez, M y Cruz, V. (2009). *Inteligencia emocional: beneficios educativos de su estimulación y desarrollo*. Recuperado de: <https://www.educacion.udc.es/grupos/gipdae/documentos/congreso/xcongreso/pdfs/t9/t9c332.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2002). *La adolescencia, una etapa fundamental*. Recuperado de: https://ibdigital.uib.es/greenstone/sites/localsite/collect/portal_social/index/assoc/unicef0002.dir/unicef0002.pdf

Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF). (2017). *Una revisión sistemática de los determinantes de la violencia que afectan a niños, niñas y adolescentes: Costa Rica*. Recuperado de: https://www.unicef.org/Innocenti-ViolenciaCR4-final_13012017.pdf

García Fernández, M. & Giménez-Mas, S.I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado* [en línea], 3(6), 43-52. Recuperado de: <http://www.cepcuevasolula.es/espinal>.

García, M., Giménez, S. (2010). *Propuesta de un modelo integrador*. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3736408>

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós. Barcelona, España.

Gómez y De la Iglesia. (2017). *Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Adaptación para Adolescentes Bell en Población Bogotana*. Vol. 17, No2. ISSN 1667-4545. Recuperado de: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar>

González, A., Hernández, A. (2014). *Positivismo, Dialéctica Materialista y Fenomenología: Tres Enfoques Filosóficos del Método Científico y la Investigación Educativa*. Recuperado de: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-47032014000300021

Güemes-Hidalgo, M., Ceñal González-Fierro, M., Hidalgo Vicario, M. (2017). *Pubertad y Adolescencia*. Recuperado de: <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol5num1-2017/07-22%20Pubertad%20y%20adolescencia.pdf>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill. Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.

- Hurtado, E. P. (2020). *Implementación de una estrategia Pedagógica mediante un recurso digital para la enseñanza de la inteligencia emocional en espacios remotos*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10554/52533>.
- Leiva, V. A. L. (2007). *Competencias mentalistas en niños y adolescentes con altas capacidades cognitivas: implicaciones para el desarrollo socioemocional y la adaptación social*. (Doctoral dissertation, Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Madrid). Recuperado de: http://files.eespecial5.webnode.es/200000045-a7638a85d8/D.14.Tesis_Doctoral.pdf
- Lomelí, A., López, M. y Valenzuela, J. (2016). *Autoestima, motivación e inteligencia emocional: Tres factores influyentes en el diseño exitoso de un proyecto de vida de jóvenes estudiantes de educación media*. Recuperado de: <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/7825/16497>
- Lopategui, E. (2016). *Conceptos Generales de Salud*. Recuperado de: http://www.saludmed.com/saludybienestar/contenido/I1_U1-01_Conceptos_Generales_de_Salud.pdf
- López, E. E., Ferrer, B. M., & Gutiérrez, T. I. J. (2009). *Las relaciones sociales en la escuela: el problema del rechazo escolar*. *Psicología Educativa. Revista de los psicólogos de la educación*, 15(1), 45-60. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/6137/613765489007.pdf>
- Luna, A., Laca, F. (2014). *Patrones de toma de decisiones y autoconfianza en adolescentes bachilleres*. *Revista de Psicología*, vol. 32, núm. 1, 2014, pp. 39-65 Pontificia Universidad Católica del Perú Lima, Perú. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3378/337831261002.pdf>
- Madrigal, M. (2008). *Planificación de talleres para padres de familia en donde se analice la inteligencia emocional y su importancia para el desarrollo de las habilidades sociales en niños y niñas en edad preescolar*. Recuperado de:

<https://repositorio.uned.ac.cr/reuned/bitstream/handle/120809/1259/Planificaci%C3%B3n%20de%20talleres%20para%20padres%20de%20familia%20en%20donde%20se%20analice%20la%20inteligencia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Mamani, O., Brousett, M., Ccori, D., Villasante, K. (2018). *La inteligencia emocional como factor protector en adolescentes*. Recuperado de: [file:///Users/mariapaula/Downloads/DialnetLaInteligenciaEmocionalComoFactorProtectorEnAdoles-6258007%20\(1\).pdf](file:///Users/mariapaula/Downloads/DialnetLaInteligenciaEmocionalComoFactorProtectorEnAdoles-6258007%20(1).pdf)

Martínez, A., Piqueras, J., Ramos, L. (2010). *Inteligencia Emocional en la Salud Física y Mental*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293122002020.pdf>

Mayo Clinic. (2019). *Trastornos de adaptación*. Recuperado de: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/adjustment-disorders/diagnosis-treatment/drc-20355230>

Meza, G. (2015). *El paradigma positivista y la concepción dialéctica del conocimiento*. Recuperado de: <https://181.193.125.13/index.php/matematica/article/view/2296>

Ministerio de Educación Pública (2018). *Protocolo de atención a la población estudiantil que presenta lesiones autoinfligidas y/o en riesgo por tentativa de suicidio*. Recuperado de: <https://www.mep.go.cr/sites/default/files/protocolo-prevencion-suicidio.pdf>

Ministerio de Salud (2014). *Norma nacional para la atención integral de la salud de las personas adolescentes: componente de salud sexual y salud reproductiva*. Recuperado de: <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Norma%20nacional%20para%20la%20atenci%C3%B3n%20integral%20de%20la%20salud%20de%20las%20personas%20adolescentes.%20Componente%20de%20salud%20sexual%20y%20reproductiva.pdf>

Ministerio de Salud de la Ciudad de Buenos Aires, 2016. *Salud en la Adolescencia*. Recuperado de: https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2018-10/0000001221cnt-boletin_virtual-10-salud_integral_adolescencia.pdf

Ministerio de Salud de la República de Costa Rica. 2014. *Norma Nacional para la atención integral de la salud de las personas adolescentes: Componente de Salud sexual y salud reproductiva*. Recuperado de: <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Norma%20nacional%20para%20la%20atenci%C3%B3n%20integral%20de%20la%20salud%20de%20las%20personas%20adolescentes.%20Componente%20de%20salud%20sexual%20y%20reproductiva.pdf>

Montero, A. (2019). *Propuesta de intervención a través de la educación emocional en Educación infantil*. Trabajo Fin de Grado-Universidad Pontificia de Salamanca, Facultad de Educación. Recuperado: <https://summa.upsa.es/details.vm?q=id:0000132406&view=main&lang=es>

Moreno, E. (2016). *Ventajas y limitaciones de los cuestionarios*. Recuperado de: <https://tesisinvestigacion-cientifica.blogspot.com/2016/12/ventajas-y-limitaciones-del-cuestionario.html>

Palomares, L. (2019). *Salud emocional: ¿Qué es y cómo cuidarla?*. Recuperado de: <https://www.avancepsicologos.com/salud-emocional/>

Patronato Nacional de la Infancia. (28, marzo,2021). *PANI lanza campaña para apoyar a niños y jóvenes durante la pandemia*. Recuperado de: <https://costaricamedios.cr/2021/03/28/pani-lanza-campana-para-apoyar-a-ninos-y-jovenes-durante-esta-pandemia/>

Pérez, Y. y Guerra, V. (2014). *La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente*. Revista Cubana de Pediatría. 86(3):368-375. Recuperado de: <http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v86n3/ped11314.pdf>

Prieto, O. 2016. *Promoción y desarrollo integral de la salud de la población adolescente*. Recuperado de: <https://revistacienciassociales.ucr.ac.cr/images/revistas/RCS154/01-PRIETO.pdf>

Proyecto de Ley N° 3523/2018-CR. octubre de 2018. Recuperado de: https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/Proyectos_de_Ley_y_de_Resoluciones_Legislativas/PL0352320181005..PDF

Real Academia Española. (2021). *Adaptarse*. En Diccionario de la lengua española (22. Ed). Recuperado de: <https://dle.rae.es/adaptar?m=form>

Rodríguez, M. P. (2019). *Las habilidades y competencias para la vida como ingrediente esencial de la educación emocional*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10554/46672>.

Rojas, M. D. P., y Hernández, L. H. (2020). *Aplicación de estrategias lúdico-Pedagógicas en modalidad virtual, para fortalecer la habilidad blanda: capacidad para relacionarse, en niños de 6 a 10 años*. Recuperado de: <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/37773/lhsosah.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Romero Sánchez, E. y Hernández Pedreño, M. (2019). *Análisis de las causas endógenas y exógenas del abandono escolar temprano: una investigación cualitativa*. *Educación XXI*, 22(1), 263-293, doi: 10.5944/educXX1.21351

Rosello, C. (2020). *El manejo del sí y del no en las relaciones interpersonales*. [Diapositivas de PowerPoint]. Recuperado de: https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5120/capacidadescolomarsello.pdf

- Ruiz, P. y Carranza, R. (2018). *Inteligencia emocional, género y clima familiar en adolescentes peruanos*. Acta Colombiana de Psicología, 21(2), 188-199. http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v21n2/en_0123-9155-acp-21-02-188.pdf
- Sánchez, S. (2016). *Autoestima y conductas autodestructivas en Adolescentes (Estudio realizado con adolescentes de 14 a 17 años en el instituto IMBCO de Nebaj, Quiché)*
- Segura, J., Soto, V. (2016). *Inteligencia emocional (IE) y liderazgo transformacional (LT): propuesta de un programa de entrenamiento en habilidades para mandos medios*. Recuperado de: <https://repositoriosidca.csuca.org/Record/RepoKERWA29036/Details>
- Suárez, Y. (2012). *La Inteligencia Emocional como Factor Protector ante el Suicidio en Adolescentes*. Revista de Psicología GEPU, 3 (1), 182 - 200. Recuperado de: <https://biblat.unam.mx/en/revista/revista-de-psicologia-gepu/articulo/la-inteligencia-emocional-como-factor-protector-ante-el-suicidio-en-adolescentes>
- Torres, D. S. (2019). *La inteligencia emocional de alumnos en educación secundaria entre 16 y 18 años y su relación con el rendimiento académico [en línea]*. Tesis de grado. Pontificia Universidad Católica Argentina. Facultad Teresa de Ávila. Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/10611>
- Vargas, H., Saavedra, J. (2012). *Prevalencia y factores asociados con la conducta suicida en adolescentes de Lima Metropolitana y Callao*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2031/203125431005.pdf>
- Vega, G., Ávila, J., Vega, A., Camacho, N., Becerril, A., Leo, G. (2014). *Paradigmas en la Investigación. Enfoque cuantitativo y Cualitativo*. Recuperado de: <https://core.ac.uk/reader/236413540>
- Zinoni, M. J. (2020). *Autorregulación emocional y uso de estrategias de aprendizaje en alumnos el último año del nivel medio de la ciudad de Paraná [en línea]*. Tesis de grado. Pontificia

Universidad Católica Argentina. Facultad Teresa de Ávila, 2020. Disponible en:
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/11498>

Apéndices

En el presente apartado se presentan apéndices pertinentes a la investigación realizada con el fin de ejemplificar o reafirmar lo mencionado durante el presente estudio.

Apéndice A

Instrumento aplicado

Introducción

Estimados (as) estudiantes, el presente cuestionario pretende recolectar información acerca de los recursos emocionales presentes en la población, para la investigación de Trabajo final de Graduación en Licenciatura de Orientación denominado "*Inteligencia Emocional para la salud integral de adolescentes de 13 a 14 años del colegio Unidad José Rafael Araya Rojas del cantón de Tibás*" es por esto por lo que encontrarán dos bloques de preguntas relevantes para la investigación planteada. Este cuestionario es completamente confidencial, por lo que no se le solicitarán datos como el nombre, cédula o correo. El tiempo aproximado para completarlo es de 25 a 35 minutos.

Si desea conocer datos sobre los resultados obtenidos o consultas con respecto al instrumento puede comunicarse con las personas investigadoras a los siguientes correos electrónicos: maria.campos.e@est.una.ac.cr, kenneth.chavez.morales@est.unanc.cr.

Agradecemos de antemano la información que nos puedan brindar.

Parte I. Aspectos Generales

1. Seleccione el distrito en el que reside actualmente

- San Juan
- Cinco Esquinas
- Llorente
- León XIII
- Colima

2. Edad

- 12 años
- 13 años
- 14 años

3. Género

- Femenino
- Masculino
- Otro

4. Seleccione el grado al que pertenece

- Sétimo
- Octavo

Escala de habilidades sociales.

El presente instrumento posee una serie de afirmaciones, las cuales se responderán del 1 al 5 siendo 1 siempre y 5 nunca según sea su caso con el fin de determinar el grado de habilidades sociales presentes en la población.

Ítem	Siempre (1)	Casi siempre (2)	Algunas veces (3)	Casi nunca (4)	Nunca (5)
5. Pido disculpas cuando mi comportamiento ha molestado a otra persona.					
6. Mantengo la calma cuando me he equivocado delante de otras personas.					
7. Digo que “No” cuando no quiero prestar algo que me piden.					

8. Respondo a una pregunta de un profesor en clase o de un superior en una reunión.					
9. Hablo en público ante desconocidos.					
10. Mantengo la calma ante las críticas que me hacen otras personas.					
11. Doy una expresión de cariño (besos, abrazos, caricias) a personas que quiero.					
12. Expreso una opinión diferente a la que expresa la persona con la que estoy hablando.					
13. Respondo a una crítica que me ha molestado.					
14. Rechazo una petición que no me agrada.					
Ítem	Siempre (1)	Casi siempre (2)	Algunas veces (3)	Casi nunca (4)	Nunca (5)
15. Digo que “No” cuando me piden algo que me molesta hacer.					

<p>16. Pido que baje la voz a alguien que está hablando demasiado alto en el cine o en algún lugar que requiera silencio.</p>					
<p>17. Digo a otra persona que respete mi turno de palabra.</p>					
<p>18. Invito a salir a la persona que me gusta.</p>					
<p>19. Salgo con gente que casi no conozco.</p>					
<p>20. Pido disculpas a alguien cuando he herido sus sentimientos.</p>					
<p>21. Doy una expresión de apoyo (abrazo, caricia) a alguien cuando lo necesita</p>					
<p>22. Respondo a una crítica injusta que me hace otra persona</p>					
<p>23. Digo a la persona que me atrae que me gustaría conocerla mejor.</p>					
<p>24. Hablo ante mis compañeros de clase, en un trabajo o una reunión.</p>					

Adaptación para adolescentes de Bell Versión Abreviada.

A continuación, se presenta una serie de preguntas que tienen como fin conocer acerca de la adaptación a diferentes situaciones de la vida. Le solicitamos que respondas las preguntas con toda sinceridad, teniendo en cuenta que no hay respuestas correctas o incorrectas, por lo que debe marcar su respuesta según tu realidad. Marque en la casilla correspondiente a “SI”, “NO” o “?”, según sea su respuesta. Debe responder siempre que le sea posible “SI” o “NO” y ÚNICAMENTE marque el signo de interrogación “?” en aquellos casos en que esté completamente seguro de no poder responder ni “SI” ni “NO”. Si no vive en casa de su madre o padre, las preguntas que hagan referencia a su hogar contestarlas con relación a las personas con las que conviva.

25. ¿Cree que en su casa debería existir más comprensión y afectos?

- Si
- No
- ?

26. ¿Sufre a menudo heridas o lesiones considerables en su cuerpo?

- Si
- No
- ?

27. ¿Suele llorar con facilidad?

- Si
- No
- ?

28. ¿Le resulta difícil empezar una conversación con una persona que acabas de conocer?

- Si
- No
- ?

29. ¿Últimamente ha tenido dos o más enfermedades importantes? (enfermedades graves o que te hayan obligado a guardar cama durante varias semanas)

- Si
- No
- ?

30. ¿La mayor parte del tiempo no está de acuerdo con la forma en que su padre y madre tratan los asuntos?

- Si
- No
- ?

31. ¿Se desanima fácilmente?

- Si
- No
- ?

32. ¿Le parece que su padre y madre han sido o son demasiado estrictos con usted?

- Si
- No
- ?

33. ¿Ha necesitado visitar al médico con bastante frecuencia?

- Si
- No
- ?

34. ¿Le resulta muy difícil hablar en público?

- Si
- No
- ?

35. ¿Su madre o padre tiene hábitos o conductas que le desagradan?

- Si
- No
- ?

36. ¿De vez en cuando se ve obligado u obligada a callarse o irse a un lugar separado para evitar problemas en casa?

- Si
- No
- ?

37. ¿Hace amistades con facilidad?

- Si
- No
- ?

38. ¿La mayor parte del tiempo siente nerviosismo?

- Si
- No
- ?

39. ¿Luego de haber sufrido una situación vergonzosa? ¿Se queda muy preocupado o preocupada durante demasiado tiempo?

- Si
- No
- ?

40. ¿Tiene cambios de humor sin alguna razón aparente? (te enojas rápidamente y luego ya no)

- Si
- No
- ?

41. ¿Se siente seguro o segura cuando debe hablar frente a todos en clase?

- Si
- No
- ?

42. ¿La mayor parte del tiempo tiene la impresión de que su padre y madre no le comprenden?

- Si
- No
- ?

Muchas gracias por su participación.

*Apéndice B***Consentimiento Informado utilizado.**

Universidad Nacional de Costa Rica
 Centro de Investigación y Docencia en Educación
 División de Educación para el Trabajo
 Colegio Unidad Pedagógica José Rafael Araya Rojas

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El presente documento hace referencia a la autorización para la participación de la persona menor de edad a su cargo para formar parte de la investigación “Inteligencia Emocional en la salud integral de adolescentes de sétimo y octavo del colegio José Rafael Araya Rojas” realizada por Bach. Kenneth Chávez, cédula de identidad 402290508 y Bach. María Paula Campos cédula de identidad 116980379, pertenecientes a la Universidad Nacional de Costa Rica optando por la Licenciatura en Orientación.

La investigación se llevará a cabo mediante la aplicación de un cuestionario basado en aspectos generales (aspectos sociodemográficos) así como preguntas sobre la habilidad y capacidad de relacionarse con los demás y capacidad de adaptarse a los cambios, en este cuestionario no se preguntarán datos personales delicados y será anónimo.

Sin más por el momento, agradecemos su colaboración.

.....

...

Yo _____ **padre, madre o encargado (a)** del estudiante
 _____ de la sección _____ del colegio Unidad Pedagógica José
 Rafael Araya Rojas, autorizo su participación en la investigación “Inteligencia emocional para la
 salud en adolescentes de 13 a 14 años en el cantón de Tibás”

Firma y cédula

Apéndice C

Carta de autorización de la institución.

11 de Octubre de 2021
San José, Costa Rica

M.Sc. Heriberto Aguilar Sánchez
Director

Estimado director, por este medio me permito saludarle y de la forma más respetuosa solicitar su colaboración para realizar la investigación "Inteligencia emocional para la salud de Adolescentes de 13 a 14 años para la prevención de conductas violentas" en la institución U.P José Rafeel Araya Rojas. La misma consta de una investigación cuantitativa para conocer cómo la inteligencia emocional puede prevenir este tipo de conductas riesgosas. El tema fue conversado con la orientadora Laura Rojas Mora, quién menciona que es de gran viabilidad en la institución.

Esta se plantea lograrla por medio de cuestionarios con la población investigada, de forma tal que se puedan identificar habilidades a fortalecer y plantear un proyecto que mitigue dicha necesidad.

Este proyecto corresponde al Trabajo Final de Graduación de la Licenciatura en Orientación de la Universidad Nacional de Costa Rica, y será llevado a cabo por el y la estudiantes Kenneth Chávez Morales, cédula de identidad 4-02290508, correo electrónico, kenneth.chavez.morales@est.una.ac.cr y María Paula Campos Espinoza, cédula de identidad 1-1698-0379, correo electrónico maria.campos.e@est.una.ac.cr

Sin más por el momento y de antemano agradeciendo la colaboración,

Kenneth Chávez Morales
Bach. Kenneth Chávez Morales
4-02290508
Tel: 8564-0702

Paula Campos Espinoza
Bach.Ma. Paula Campos Espinoza
1-1698-0379
Tel: 7004-4338

M.Sc. Heriberto Aguilar Sánchez

Recibido por

13

