



UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON CALIDAD DE
VIDA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE
CHICLAYO, 2016, DURANTE JUNIO – SETIEMBRE 2016

TESIS

Para Optar el Título Profesional de:

Licenciada en Psicología

AUTORA:

Br. MELÉNDEZ CARRANZA, MELIZA SAYURI

ASESOR:

Lic. MARTÍN VALDIVIEZO ITURREGUI

CHICLAYO – PERÚ

2016

DEDICATORIA

A nuestro SEÑOR, por ser mi guía en toda mi vida.

*A mis padres César Octavio Meléndez Rojas y Celina Carranza Pizarro y
hermanos Frank Meléndez Carranza, Eva María Meléndez Carranza y Julio
César Meléndez Carranza por su apoyo y respaldo.*

*A mi esposo Junyor Elmer Hoyos Revilla e hijos Luhana Del Rosario Hoyos
Meléndez y Jehú Junyor Hoyos Meléndez por ser mi fortaleza en cada momento.*

AGRADECIMIENTO

A mi alma mater la Universidad Particular de Chiclayo, ente de mi formación como profesional.

A todos mis docentes que contribuyeron en mi formación profesional, con mucho cariño y respeto.

A mi asesor, Ps. Martín Valdiviezo Iturregui, por su calidad profesional y comprensión en el transcurso del desarrollo de mi tesis.

INDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice	iv
Resumen	v
Abstract	vi
1. Introducción	7
1.1 Marco Teórico	7
1.1.1. Situación problemática	7
1.1.2. Antecedentes	9
1.1.3. Base teórica	10
1.2 Problema	23
1.3 Hipótesis	23
1.4 Objetivos	24
1.5 Justificación e Importancia	25
1.6 Definición y Operacionalización de variables	25
2. Material y Métodos	27
2.1 Tipo de investigación	27
2.2 Diseño de investigación	27
2.3 Población y muestra	28
2.4 Instrumentos y técnicas de recolección de datos	28
2.5 Análisis estadístico	37
3. Resultados	38
4. Discusión	46
5. Conclusiones	49
6. Recomendaciones	50
Referencias Bibliográficas	51
Anexos	53

RESUMEN

El objetivo del presente trabajo de investigación fue determinar la relación entre Inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de la Provincia de Chiclayo, 2016. Se trabajó con una muestra por conveniencia de 65 estudiantes mujeres del tercer año de secundaria. Los instrumentos aplicados fueron de Inteligencia emocional de Baron y la escala calidad de vida de Olson, ambos gozan de confiabilidad, validez y baremación. Entre los resultados más importantes se encontró que no existe relación significativa entre las variables inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa ($p>0,05$). Por otro lado, los estudiantes tienen en su mayoría niveles adecuados de inteligencia emocional, y niveles bajos en la variable calidad de vida. Finalmente, no se encontró relación significativa entre los componentes de la inteligencia emocional: Intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad y calidad de vida ($p>0,05$).

Palabras claves: Inteligencia emocional. Calidad de vida.

ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between Emotional intelligence and quality of life in students of an educational institution of the Province of Chiclayo, 2016. We worked with a convenience sample of 65 female students of the third year of high school. The instruments applied were Baron's Emotional Intelligence and Olson's quality of life scale, both of which enjoy reliability, validity and baremación. Among the most important results it was found that there is no significant relationship between emotional intelligence variables and quality of life in students of an educational institution ($p > 0.05$). On the other hand, the students have in their majority adequate levels of emotional intelligence, and low levels in the variable quality of life. Finally, no significant relationship was found between the components of emotional intelligence: Intrapersonal, interpersonal, stress management, adaptability and quality of life ($p > 0.05$).

Key words: Emotional intelligence. Quality of life.

1. Introducción

1.1. Marco Teórico

1.1.1. Situación Problemática

Actualmente, vemos diversos tipos de problemas en el mundo, como violencia, delincuencia, problemas sociales, problemas en la salud pública y limitaciones en la educación sobre todo en los países del tercer mundo.

En américa latina, países como Costa Rica, Colombia, Ecuador, y otros, reflejan preocupación en cuanto la educación de su población. En el Perú, nuestra realidad en los niños y adolescentes de la etapa escolar vienen asimilando cambios importantes desde el punto de vista cognitivo, sin embargo existen problemas o limitaciones para enfrentar estratégicamente los problemas emocionales, familiares, sociales donde afectará probablemente la autoestima, las relaciones interpersonales y hasta la calidad de vida de los adolescentes.

Según el Ministerio de Salud (Minsa, 2009) presenta documento donde se indica que la población adolescente y joven representa más de la tercera parte de la población total (31.7%), razón por la cual nuestro país es considerado como una nación de adolescentes y jóvenes, que a partir de algunos años contará con mayor población en edad para trabajar.

El informe técnico “Análisis de la Situación de las y los Adolescentes” presentado en la sede central de este portafolio, el viceministro de Salud, Dr. Melitón Arce Rodríguez, señaló que dicho documento pretende contribuir a que los adolescentes alcancen una vida saludable, donde puedan tener la opción de acceder a una mejor forma de vida y al mejor aprovechamiento de oportunidades. “Esto con el solo propósito de convertirnos en adultos competentes para mejorar el nivel de desarrollo del país” dijo.

Señaló además que el problema debe ser tratado de manera multisectorial. Así, indicó que se direccionará las intervenciones en base a sus necesidades de salud. En este sentido, adelantó que la Dirección General de Salud de las Personas (DGSP) a través de la Dirección de Atención Integral de Salud - Etapa de Vida Adolescente, viene elaborando el Plan Estratégico Nacional por la Salud de las y los Adolescentes.

La coordinadora de la Etapa de Vida Adolescente del MINSA, Dra. Lourdes Palomino, refirió que nuestro país atraviesa por un “Bono demográfico”, fenómeno considerado por algunos expertos como un “milagro económico” debido a que el buen aprovechamiento del mismo garantizaría el desarrollo del país. “En la actualidad la mayoría de nuestra población está compuesta por adolescentes. Darle la importancia debida a este segmento se traducirá en logros para el país en el futuro” sostuvo.

El estudio también señala que la población de 10 a 14 años comprende el 10.76% del total de la población peruana. Según a la distribución por departamentos, Lima es el con mayor cantidad de adolescentes, seguido de Piura, La Libertad y Cajamarca. En cuanto a la concentración de adolescentes por departamento en relación a su población departamental, se registra a Apurímac (24.15%), Huánuco (24.02%) seguido de Huancavelica (24.01%), regiones que están dentro del Aseguramiento Universal.

El informe además indica el nivel educativo de los adolescentes, según el área geográfica muestra que en el área urbana el 56.3% cumple la secundaria, mientras que en el área rural el 57.6% sólo culmina la primaria.

Señala también que la quinta parte de los adolescentes a nivel nacional no acceden a las instituciones educativas y uno de los motivos para ello son los problemas económicos, especialmente en el sexo femenino, seguido del embarazo adolescentes en 25.3%.

La violencia física está presente en su mayoría dentro de los hogares, registrando un 25% por el padre y 22% por la madre. A su vez, los motivos de intentos de suicidio según estudio del Instituto de Salud Mental, revela que un 3.6% de adolescentes en Lima ha intentado suicidarse, en la sierra 2.9%, en la selva 1.7%. Los motivos son en su mayoría los problemas con los padres (55%) y otros parientes (22%). Asimismo, se demuestra que mientras haya mayor involucramiento paterno menores conductas de riesgo.

El documento técnico: “Análisis de Situación de Salud de las y los Adolescentes”, fue elaborado en base a los datos de los Censos, ENAHO y ENDES, estudios realizados por Instituciones de prestigio nacional, datos de otros sectores e información propia del Ministerio de Salud (Fuente: Diario la República, 21/09/2009).

En la ciudad de Chiclayo, vemos diferentes situaciones en los adolescentes, también existen problemas sociales, psicológicos y educativos. Sin embargo, nuestra preocupación básicamente es conocer los niveles de inteligencia emocional y calidad de vida en los estudiantes de la institución educativa objeto de nuestro estudio, así como poder brindarles mecanismos para enfrentar sus inconvenientes de tipo emocional y que va a acarrear un perfil de calidad de vida idónea.

1.1.2. Antecedentes

Nacionales

Grimaldo, (2012), En su investigación Calidad de vida en estudiantes de secundaria de la ciudad de Lima. El objetivo de la presente investigación es identificar y comparar los niveles de calidad de vida en estudiantes según sexo y nivel socioeconómico. La muestra estuvo conformada por 589 estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria, de ambos sexos, de centros estatales y particulares, cuyas edades fluctuaron entre 14 y 17 años. El instrumento utilizado fue la Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes. Para el análisis de los

datos se utilizaron, medias y Anova. Se concluye que cada uno de los grupos muestrales se ubica en un nivel Óptimo de Calidad de Vida. Los efectos principales provenientes del sexo y nivel socio económico fueron significativos para el sexo, nivel socio económico; así como en la interacción entre ambos.

1.1.3. Base Teórica

Inteligencia Emocional

Goleman, D. (1998, p. 44), aduce que la inteligencia emocional determina nuestro potencial para aprender las habilidades prácticas que se basan en sus 5 elementos: conocimiento en uno mismo, motivación, autorregulación, empatía y destrezas para las relaciones.

Cooper, R. (1998, p. 14), es la capacidad de sentir, entender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia.

Salovey y Mayer (1990) citado en Ugarriza, N. (2001, p. 7), fue por estos autores que acuñaron el termino de Inteligencia Emocional y definida como un tipo de inteligencia social, que engloba la habilidad para dirigir y controlar nuestras propias emociones y las de los demás, así como de discriminar entre ellas y utilizar la información que nos proporciona para guiar nuestro pensamiento y acciones, de tal forma que resulten beneficiosas para sí mismo y la cultura a la que pertenece.

Bar-On (1997) citado en Ugarriza, N. (2001, p. 8), define la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio. Como tal, nuestra inteligencia no cognitiva es un factor importante en la determinación de la habilidad para

tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional.

Ryback (1998, p. 89), sostiene que la inteligencia emocional es el control de las emociones ya que si se sabe manejar adecuadamente las emociones, la lógica y el trabajo de equipo efectivo (que son los componentes de la inteligencia emocional) permitirán que fructifiquen con éxito.

Olvera, Domínguez y Cruz (2002), definieron la inteligencia emocional como la capacidad de un individuo para ejecutar y depurar las siguientes habilidades: observar y evaluar sus emociones y la de otros, regular sus emociones, ser capaz de expresarlas oportunamente, compartir sus dificultades oportunamente, poseer un estilo de afrontamiento adaptativo, mantener elevada la motivación, mantener perseverante el logro de metas.

Weisinger (2001, p.17), propone que la inteligencia emocional es el uso inteligente de las emociones de forma intencional hacemos que nuestras emociones trabajen para nosotros, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro comportamiento y de qué manera puede influir mejorando nuestros resultados.

Características de la Inteligencia Emocional

Bar-On (1996), tiene en cuenta la siguiente característica:

- **Conocimiento de uno mismo:** Es la capacidad que muestra el individuo de reconocer sus propios sentimientos y la vez diferenciarlos entre ellos; conocer lo que está sintiendo y porque se ocasiono dicho sentimiento.

- **Seguridad:** Es la capacidad del individuo para expresar sus sentimientos, creencias y defender sus derechos en forma no destructiva.
- **Autoestima:** Es donde el individuo muestra respeto por sí mismo y aceptarse como una persona buena.
- **Autorrealización:** Es la capacidad del individuo para desarrollar sus propias capacidades.
- **Independencia:** El individuo es capaz de guiarse y controlarse a sí mismo en forma de pensar y actuar.
- **Relaciones Interpersonales:** Implicando su capacidad de establecer y mantener relaciones mutuamente satisfactorias que están caracterizadas por la intimidad y el dar y recibir afecto.
- **Responsabilidad Social:** Es la capacidad de mostrarse como miembro colaborador, cooperador y constructivo de un grupo social.
- **Empatía:** Es consciente, entiende y aprecia los sentimientos de los demás.
- **Solución de Problemas:** La capacidad de identificar y definir los problemas así como generar y aplicar potencialmente las soluciones afectivas.
- **Flexibilidad:** Es la que adecua el individuo sus propias emociones sentimientos y comportamientos a las distintas situaciones y condiciones cambiantes.

- **Tolerancia a La Tensión del Individuo:** Es capaz de resistir a las circunstancias adversas y a las situaciones llenas sin desmoronarse enfrentando positivamente la tensión.
- **Control de los impulsos:** Siendo la capacidad que tiene la persona de resistir o controlar un impulso, arranque o tensión para actuar.
- **Felicidad:** Donde la persona se sienta satisfecho con su propia vida
- **Optimismo:** Siendo la capacidad del individuo de encontrar el lado más provechoso de la vida y mantener una actitud positiva.

Roviera (2000), presenta características básicas de una persona:

- **Actitud positiva:** Las personas positivas son aquellas que valoran más aciertos que los errores, más de las cualidades que los defectos, más los pequeños éxitos, hacen uso frecuente del elogio sincero, buscan el equilibrio entre la tolerancia y la exigencia.
- **Reconocer los propios sentimientos y emociones:** Implica conocerse a sí mismo. el autoanálisis ayuda a que la persona pueda reconocer a sí misma y esto contribuye al desarrollo de la inteligencia emocional.
- **Capacidad para expresar sentimientos y emociones:** Tanto la emociones positivas como negativas necesitan canalizarse a través de algún medio de expresión. Las personas emocionalmente inteligente sabe reconocer el canal más apropiado y el momento oportuno.

- **Capacidad para controlar sentimientos y emociones:** La persona emocionalmente madura sabe encontrar el equilibrio entre la expresión de las emociones y su control. Hay veces en que hay que saber esperar. La tolerancia a la frustración y la capacidad de demorar gratificaciones son indicadores de inteligencia emocional.
- **Empatía:** Significa hacer nuestros los sentimientos y emociones de los demás. La empática es un indicador de haber superado el egocentrismo y haber llegado a cierta madurez emocional.
- **Ser capaz de tomar decisiones adecuadas:** Las decisiones adecuadas implican integrar lo racional y lo emocional. La emoción a veces impide la decisión y de la indecisión surge el conflicto.
- **Motivación, ilusión, interés:** El deseo suscita la motivación. La pasividad pereza, aburrimiento, demuestran un nivel de madurez emocional.
- **Autoestima:** Significa tener sentimientos positivos hacia sí mismo y confianza en las propias capacidades para hacer frente a los retos que se plantean.
- **Saber dar y recibir:** La inteligencia emocional implica saber dar y recibir más que cosas materiales, valores personales; presencia, escucha, compañía, orientaciones, tiempo, atenciones, etc.
- **Tener valores alternativos:** Se trata de tener valores de un sentido a la vida.
- **Ser capaz de superar las dificultades y frustraciones:** Es decir, la capacidad de superarse aunque se hayan vivido experiencias altamente negativas.

- **Ser capaz de integrar polaridades:** Quiere decir, ser capaz de integrar la tolerancia y la exigencia, soledad y compañía, etc. a veces esta integración supone mantener un difícil equilibrio.

Componentes de la Inteligencia Emocional

Componentes de la inteligencia emocional

Bar-On (1992), ha sistematizado los componentes de la Inteligencia Emocional en:

- **Componente Intrapersonal (CIA)**

Bar-On (1992), es el área que reúne a las siguientes componentes: Comprensión emocional sí mismo, Asertividad, Autoconcepto, Autorrealización e Independencia.

- **Comprensión Emocional de Sí Mismo (CM):**

La habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos conocer el porqué de los mismos.

- **Asertividad (AS):**

La habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás; y defender nuestros derechos de una manera no destructiva.

- **Autoconcepto (AC):**

La habilidad para aprender, aceptar y respetarse así mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, como también nuestras limitaciones y posibilidades.

- **Autorrealización (AR):**

La habilidad para realizar lo que realmente podemos, queremos y disfrutamos de hacerlo.

- **Independencia (IN):**

Es la habilidad para auto dirigirse, sentir seguro de sí mismo, en nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones.

- **Componente Interpersonal (CIE):**

Bar-On (1992), área que reúne a los siguientes componentes: Empatía, Responsabilidad social y Relación interpersonal.

- **Empatía (EM)**

La habilidad de percatarse, comprender y apreciar los sentimientos de los demás.

- **Relaciones Interpersonales (RI)**

La habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizados por una cercanía emocional e intimidad.

- **Responsabilidad Social (RS)**

La habilidad para demostrarse así como una persona que coopera, contribuye y que es un miembro constructivo del grupo social.

- **Componente de Adaptabilidad (CAD)**

Bar-On (1992), área que reúne a los siguientes componentes: Prueba de la realidad, Flexibilidad y Solución de problemas.

- **Solución de Problemas (SP)**

La habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas.

- **Prueba de la Realidad (PR)**

La habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en realidad existe (lo objetivo).

- **Flexibilidad (FL)**

La habilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.

✓ **Componente del Manejo de Estrés (CME)**

Bar-On (1992), área que reúne a los siguientes componentes:
Tolerancia al estrés y Control de impulsos.

- **Tolerancia al Estrés (TE):**

La habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentándose activa y positivamente al estrés.

- **Control de Impulsos (CI)**

La habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones.

- **Componente del Estado de Ánimo en General (CAG):**

Bar-On (1992) área que reúne a los siguientes componentes:
Optimismo y Felicidad.

- **Felicidad (FE):**

La habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros para divertirse y expresar sentimientos positivos.

- **Optimismo (OP)**

La habilidad para ver aspectos más brillantes de la vida y mantener una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos.

CALIDAD DE VIDA

Definición

Según Olson & Barnes, (2003) definen Calidad de Vida a la manera como cada persona logra satisfacer sus dominios de sus experiencias vitales construyendo un juicio individual subjetivos de la forma como realiza sus actividades y logra sus intereses de acuerdo a las posibilidades que le brinda su ambiente.

Asimismo (Pérez de Cabral, 1992) expresa que la calidad de vida es una situación social y personal que permita satisfacer los requerimientos humanos tanto en el plano de las necesidades básicas y sociales, como en el de las necesidades espirituales. La calidad de vida es más que la calidad del ambiente; tiene que ver también con la estabilidad personal, emocional, intelectual, volitiva y con la dinámica cultural en general. La calidad de vida también hace referencia a una armónica convivencia entre los hombres, donde juega un papel importante la justicia social, considerando las oportunidades que en una persona se brinda a sus miembros.

Para Ardila (2003, pp, 163-164), en su definición integradora hace mención que Calidad de Vida es un estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades de la persona.

En esta definición incluyen los siguientes aspectos subjetivos:

- Intimidad.
- Expresión emocional.
- Seguridad percibida.
- Productividad personal.
- Salud percibida.

Para tener calidad de vida necesitamos sentirnos sanos, productivos, seguros y ser capaces de expresar nuestras emociones y compartir nuestra intimidad.

Y como aspectos objetivos incluye:

- Bienestar material.
- Relaciones armónicas con el ambiente.
- Relaciones armónicas con la comunidad.
- Salud objetivamente considerada.

Evolución de La Conceptualización de Calidad de Vida:

Para Borthwick-Duffy y Cols., (1992); Felce, (1995), citados en Gómez-Vela (2000), la conceptualización de Calidad de Vida ha evolucionado así:

- Calidad de Vida: Calidad de las condiciones objetivas de vida.
- Calidad de Vida: Satisfacción del individuo con sus condiciones de vida.
- Calidad de Vida: Calidad de las condiciones de vida más satisfacción personal.
- Calidad de Vida: Calidad de las condiciones de vida más satisfacción personal más valores personales.

Las necesidades, aspiraciones e ideales relacionados con una vida de calidad varían en función de la etapa evolutiva, es decir que la percepción de satisfacción se ve influida por variables ligadas al factor edad.

Indicadores de Calidad de Vida

Olson & Barnes, (2003) refieren que existen dos indicadores o apreciaciones generales que tratan de medir este concepto:

Media Objetiva:

Se obtiene a partir de la estadística de los indicadores sociales y económicos específicos.

Dentro de lo que se podría llamar condiciones extremas objetivas puede considerarse el estado de salud. Si este es un factor determinante de la calidad de vida, la calidad de vida de la persona determina igualmente su estado de salud.

Media Subjetiva:

Revela acerca de las percepciones que las personas sobre sus situaciones de vida. Existen diversas maneras de identificar los indicadores

de calidad de vida como por ejemplo la calidad de la salud física, practica de ciertas actividades y calidad de las relaciones sociales.

Por lo cual algunos estudios apuntan a señalar las actividades físicas como predictores de la calidad de vida, es por ello que viene dada por el estilo de vidas sedentarias tan comunes en la sociedad actual resultan claramente perjudiciales. Frente a esto tenemos a aquellos estilos de vida activos, que conllevan a la realización de actividades física, ejercicio físico y/o deporte.

En cuanto a considerar a las relaciones sociales como indicadores de la verdad de vida, se conoce que una de las necesidades elementales del ser humano es la filiación, como red disponible de interacciones en diferentes campos, tales como recreativo, laboral, religioso, afectivo, entre otras. Así cuanto más compleja y variada la red disponible de interacciones dentro de un ambiente determinado, más calidad de vida para el individuo.

Influencia de La Familia en La Calidad de Vida

Olson & Barnes, (2003) refiere que en cuanto a la familia y su influencia en la percepción de la calidad de vida de la persona, encontramos que en el caso del niño, tiene interrelación con el ambiente, pero no puede totalizar directamente la sociedad en su conjunto, viviendo un proceso con dos espacios claramente diferenciados: uno exógeno, en el cual vive las interrelaciones con el ambiente y otro endógeno en el que procesa su ser social, es el procedimiento.

En el procedimiento endógeno de estas interrelaciones, el niño tiene que vivir las consecuencias de las interrelaciones que cada uno de los que conforman el grupo familiar establece con la sociedad.

En este sentido, la familia cumple un rol de mediador o catalizador social de los factores exógenos que determinan la vida de grupo humano, lo que se expresa en la atención de necesidades de cada uno de sus miembros, así

estos factores determina cual es localidad de vida y el grado de bienestar que pueden gozar los integrantes de cada familia.

Esto es así, ya que la caída del ingreso familiar es el principal mecanismo de transmisión de los efectos de la situación económica sobre los niños y adolescentes, así mismo las familias transmiten y reproducen por medio de sus interrelaciones la violencia estructural que existe en el país; lo que nos explica la presencia de grupos familiares que viven en alto riesgo, porque no se garantiza la calidad de vida y, muchas veces, la supervivencia del grupo familiar como tal de los individuos que la componen.

Factores Determinantes de La Calidad de Vida

Olson & Barnes, (2003) considera que la calidad de vida tiene factores importantes como:

a. Factores Materiales:

Los factores materiales son los recursos que uno tiene.

- Ingresos disponibles.
- Posición en el mercado de trabajo.
- Salud.
- Nivel de educación, etc.

Muchos autores asumen una relación causa efecto entre los recursos y las condiciones de la vida: mientras más y mejores recursos uno tenga mayor es la probabilidad de una buena calidad de vida.

b. Factores Ambientales:

Se pueden definir índices de una operación cuantitativa como por ejemplo.

- Presencia y acceso a servicios, grado de Seguridad y criminalidad, transporte y movilización, habilidad para servirse de las nuevas tecnologías que hacen la vida más simple.
- También, las características del hogar son Relevantes en determinar la calidad de las condiciones de vida.

c. Factores de Relacionamiento:

Incluyen las relaciones con la familia, los amigos y las redes sociales.

- La integración a organizaciones sociales y Religiosas, el tiempo libre y el rol social después del retiro de la actividad económica son factores que pueden afectar la calidad de vida en las edades avanzadas en la familia.
- Cuando la familia juega un rol central en la vida
De las personas adultas mayores, los amigos. Vecinos otras redes de apoyo pueden tener un rol modesto.

Asimismo Olson & Barnes (2003) menciona que la calidad de vida es la percepción que la persona tiene las posibilidades que el ambiente le brinda para lograr la satisfacción de sus necesidades y el logro de sus intereses en relación a los siguientes factores:

Factor 1: BIENESTAR ECONOMICO:

El cual tiene como Indicadores condiciones de vida, satisfacción de las necesidades básicas, lujos, dinero para gastar.

Factor 2: AMIGOS, VECINDARIO Y COMUNIDAD:

El cual tiene como indicadores: tus amigos, felicidad de compras, seguridad vecinal, barrio.

Factor 3: VIDA FAMILIAR Y FAMILIA EXTENSA: el cual tiene como indicadores: tu familia, hermanos, número de hijos en la familia.

Factor 4: EDUCACION Y OCIO:

El cual tiene como indicadores: situación escolar, tiempo libre propio, uso del tiempo libre.

Factor 5: MEDIOS DE COMUNICACIÓN:

El cual tiene como indicadores. Calidad de los programas de televisión, calidad de cine, calidad de periódicos y revistas.

Factor 6: RELIGION:

El cual tiene como indicadores: Vida religiosa en la familia, vida religiosa en la comunidad.

Factor 7: SALUD:

El cual tiene como indicadores: la Propia salud, salud de los familiares.

1.2. Problema:

¿Cuál es la relación entre Inteligencia Emocional y Calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016?

1.3. Hipótesis**General:**

Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y la calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Específicas

Existe relación significativa entre el componente intrapersonal de inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Existe relación significativa entre el componente interpersonal de inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Existe relación significativa entre el componente manejo del estrés de inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Existe relación significativa entre el componente adaptabilidad de inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

1.4. Objetivos

Objetivo General:

Determinar la relación entre inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Objetivos específicos:

Describir los niveles de inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Describir los niveles de calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Establecer la relación entre el componente intrapersonal de inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Establecer la relación entre el componente interpersonal de inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Establecer la relación entre el componente manejo del estrés de inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Establecer la relación entre el componente adaptabilidad de inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

1.5. Justificación e importancia

La presente investigación se realiza por la necesidad de obtener mayor conocimiento de las variables en estudio y una mayor explicación teórica de la problemática existente entre la Inteligencia emocional y su relación con la Calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016. Es una necesidad tener un diagnóstico sobre las variables antes mencionadas y así tomar medidas de prevención e intervención.

Así mismo sirve como marco de referencia para futuras investigaciones que traten de la misma problemática o similares, pues acrecentará el conocimiento científico de la Psicología Social y Educativa, al conocer cuál es la relación entre Inteligencia emocional y la Calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Por otro lado, las conclusiones y recomendaciones son útiles a la colectividad para llevar a cabo tareas preventivas, promocionales orientadas al fortalecimiento de competencias psicosociales básicas que le permitan desempeñarse adaptativamente en la sociedad con la buena práctica de la inteligencia emocional generando así mayores posibilidades y oportunidades de entablar una buena relación con sus compañeros, a fin de evitar el desarrollo de conductas inadecuadas en el contexto en donde se desenvuelven, la cual puede repercutir a nivel social e institucional de manera que se obtenga un mejor equilibrio socioemocional en los estudiantes.

1.6. Definición y Operacionalización de Variables

Definición:

Inteligencia emocional:

Para. Bar-On (1998), denomina a la inteligencia emocional como el conocimiento emocional de sí mismo, seguridad, empatía, relaciones interpersonales, tolerancia a la tensión y control de los impulsos como habilidades emocionales.

Calidad de vida:

Según Olson & Barnes, (2003) definen Calidad de Vida a la manera como cada persona logra satisfacer sus dominios de sus experiencias vitales construyendo un juicio individual subjetivos de la forma como realiza sus actividades y logra sus intereses de acuerdo a las posibilidades que le brinda su ambiente.

Operacionalización de La Variable

VARIABLES	INDICADORES	NIVELES DE MEDICIÓN	ESCALA DE MEDICION	INSTRUMENTOS
V 1: INTELIGENCIA EMOCIONAL	Intrapersonal Interpersonal Manejo del estrés Adaptabilidad Animo general Impresión positiva	86 A Más – Calidad de vida óptima. 54 A 85 – Tendencia a buena calidad de vida. 16 A 53 – Tendencia a baja calidad de vida. Menos de 16 – Mala Calidad de vida.	Ordinal	Inventario de Inteligencia emocional de Baron (ICE)
V 2: CALIDAD DE VIDA	Bienestar económico Amigos, vecindario y comunidad Vida familiar y Familia extensa Educación y Ocio Medios de comunicación Religión Salud		Ordinal	Escala de Calidad de Vida de David Olson y Howard Barnes, adaptado por Miriam Pilar Grimaldo Muchotrigo.

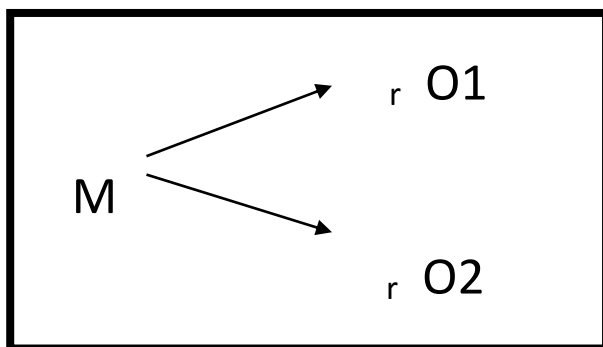
2. Material y Métodos

2.1. Tipo de estudio

La presente investigación fue un estudio Descriptivo Correlacional, porque recolectó los datos en un solo momento, en un tiempo único teniendo como propósito describir ambas variables, así como la relación entre ellas (Inteligencia emocional y su relación con la Calidad de vida) y se analizó su incidencia e interrelación en un momento dado (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

2. 2. Diseño de investigación

La presente investigación fue un estudio No experimental, transeccional o transversal, porque no se manipularon las variables deliberadamente, así mismo recolectó los datos en un solo momento, en un tiempo único teniendo como propósito describir ambas variables, así como la relación entre ambas variables (inteligencia emocional y calidad de vida) y se analizó su incidencia e interrelación en un momento dado (Hernández et al., 2014). Cuyo esquema es el siguiente:



Dónde:

M = Muestra conformada por 65 estudiantes mujeres del 3er año de secundaria.

O1 = Inteligencia emocional.

O2 = Calidad de vida.

r = Relación existente entre las variables

2.3. Población y muestra

La Población.

En cuanto a la población del presente estudio está conformada por 121 estudiantes. Para lo cual se trabajó con una muestra por conveniencia siendo un total de:

n=65

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de 3er año de secundaria, cuyas edades oscilan entre de 14 y 15 años de edad.
- Estudiantes que culminaron en responder los instrumentos.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no deseen participar de la aplicación del instrumento.
- Estudiantes presentaron algún tipo de alteraciones o deficiencias mentales.

2.4. Instrumentos y Técnicas de Recolección de Datos:

Instrumentos:

Antes que nada se tuvo en cuenta lo señalado por la Asociación Psicológica Americana (APA, 2010) todo estudio involucra el respeto por la confidencialidad de los participantes. Se respetará a las estudiantes que participen en este estudio ya que ejercerán la libertad de elegir aceptar o no, previa explicación de los objetivos del mismo, sin ser influenciadas por personas o circunstancias, quedando constancia de su espontánea participación en el consentimiento informado.

Teniendo en cuenta lo mencionado se aplicó el inventario de inteligencia emocional de Baron Ice y la escala de calidad de vida de Olson, los cuales detallamos a continuación:

1. Inventario De Coeficiente Emocional De Baron

Ficha Técnica

Nombre Original	:	EQ-I –Barón Emocional Quotient Inventory.
Autor	:	Reuven Bar-On.
Procedencia	:	Toronto Canadá.
Adaptación Peruana	:	Nelly Ugarriza.
Administración	:	Individual o Colectiva, Tipo cuadernillo.
Duración	:	Sin límite de tiempo. A aproximadamente de 30 a 40 minutos.
Aplicación	:	Sujetos de 14 años y más.
Puntuación	:	Calificación Manual o Computarizada.
Significación	:	Estructura Factorial: CE-T-5-Factores componentes.
Usos	:	Educacional, clínico, jurídico, médico, laboral y en la investigación. Son potenciales usuarios aquellos profesionales que se desempeñan como consultores de desarrollo organizacional, psicólogos, psiquiatras, médicos, trabajadores sociales, consejeros y orientadores vocacionales.
Materiales	:	Cuestionario que contiene los ítems de I-CE hoja de respuestas, plantilla de corrección, hoja de resultados y de perfiles (Ay B).

Validez:

Los diversos estudios de validez del I-CE básicamente están destinados a demostrar cuan exitosos y eficiente es este instrumento en la evaluación de lo que se propone.

Nueve tipos de validación: validez de contenido, aparente, factorial, de constructo, convergente, divergente, de grupo-criterio, discriminante y validez predictiva ha sido conducida en seis países en los últimos 17 años.

La validación de contenido y validez aparente no son pruebas de validación en sentido estricto, sino una indicación de cuán bien los ítems cubren de cada una de las escalas (validez de contenido) y cuan fácilmente ella es comprendida por el probando (validez aparente). Con respecto a este tipo de validación el I-CE fue primariamente validado de una manera sistemática la elaboración y selección de los ítems que expresaban la esencia de cada factor basándonos en las definiciones. Más aun en los probandos se les pregunto que den sugerencias con respecto a las palabras contenidos de los ítems, de tal modo que fuesen comprendidos fácilmente. La efectividad de este tipo de validación fue luego examinada por medio de un análisis de ítems. El número de análisis de ítems que se llevaron a cabo fue numeroso para eliminar aquellos que están pobremente relacionados con la validez del contenido y pobremente comprendidos por los probandos. Más aun la retroalimentación directa con respecto a las validez aparente fue brindada por 39 sujetos que fueron entrevistados en las primeras etapas de desarrollo del I-CE realizado por Barón.

Confiabilidad

Los estudios de confiabilidad ejecutados sobre el I-CE en el extranjero se han centrado en la consistencia interna y la confiabilidad re-test. Los coeficientes alfa promedio de Crombach son altos para casi todos los subcomponentes, el más bajo 0,69 fue para responsabilidad social y el más alto 0.86 para comprensión de sí mismo.

Para la muestra peruana los coeficientes alfa de Crombach se observa que la consistencia interna para el inventario total es muy alto 0.93, para los componentes del I-CE, oscila entre 0.67 y 0.91. Los más bajos coeficientes son para los subcomponentes de flexibilidad 0.48, independencia y solución de problemas 0.60. Los trece factores restantes arrojan valores por encima de 0.70.

Con relación a la confiabilidad retest, Barón (1997), refiere a la estabilidad de promedio de 0.85 después de un mes y de 0.75 después de cuatro meses. Estos valores significa que hay una buena consistencias en los hallazgos, de una administración a la siguiente, pero el grado de correlación no es muy fuerte no es muy alto como para conseguir que la inteligencia emocional social se permanente (Estable). Es una muestra de Sudáfrica, los coeficientes de confiabilidad re-test con un intervalo de cuatro meses, oscilaron entre 0.55 y 0.82. En el Perú no se determinó la confiabilidad del re-test.

Formas de Calificación

La calificación comprende. La evaluación de la Validez de nos resultados, la obtención de los puntajes directos y establecidos para los subcomponentes, para los componentes y la obtención del cociente emocional total de los percentiles.

Primer paso: evaluar la validez de los resultados del I-CE:

El puntaje del cociente emocional debe ser considerado invalido, si 8 o más de los ítems son omitidos.

- Para los subcomponentes: AC, AR, RI, RS, TE, CI, SE, que tienen 9 o más ítems: máximo 3 ítems pueden ser omitidos.
- Para los subcomponentes: CM, EM, FL, SP, OP, que tienen 8 o más ítems: máximo 2 ítems pueden ser omitidos.
- Para los subcomponentes AS, IN, que tienen 7 ítems: solo 1 ítem puede ser omitido

- A la sumatoria de los puntajes directos de los 5 componentes del I-CE, resta los valores absolutos de los ítems 11, 20, 23, 31, 62,88 y 108 respondidos por evaluado.
- Ubicar esta suma total en los baremos del cociente emocional total en la hoja de resultados.

Segundo paso: Obtención de los puntajes estándar para los subcomponentes.

- Colocar la Plantilla de Corrección sobre la Hoja de Respuestas.
- Sumar los valores absolutos teniendo en cuenta el valor positivo o negativo del ítem que corresponde a los códigos de cada escala que aparecen en Plantilla de Corrección y en la Hoja de Resultados del I-CE. Para facilitar el computo los ítems negativos aparecen sombreados en la Plantilla de Corrección, los no sombreados corresponden a los ítems positivos. Los ítems “negativos” tienen una puntuación inversa

Tercer paso: Obtención de los puntajes estándar para los componentes del I-CE

- Obtener los puntajes directos para cada una de las escalas componentes del I-CE y para ello sume los puntajes directos obtenidos provenientes de las escalas que integran cada uno de los componentes.
- Ubicar en el baremo correspondiente el percentil y el puntaje de escala para cada una de las cinco componentes del I-CE u anótelos en el casillero respectivo de las hojas de resultados.

Cuarto paso: Obtención del puntaje estándar del I-CE

- A la sumatoria de los puntajes directos de los 5 componentes del I-CE, restar los valores absolutos de los ítems 11, 20, 23, 31, 62,88 y 108, que han sido resueltos por el evaluado.

- Ubicar esta suma total en el baremo respectivo para obtener el puntaje estándar, es decir el cociente emocional total en la hoja de resultados.

Formas de Interpretación

Hoja de Resultados del I-CE

La hoja de calificación (HC) ha sido elaborada para facilitar la calificación. El Manual de la Prueba contiene en la parte superior de la página datos de identificación de la persona, los indicadores de validez, las puntuaciones directas y puntajes de escala y términos de cocientes emocionales y percentiles para el cociente emocional total, los componentes y subcomponentes. Así como también brinda pautas para la interpretación de los puntajes estándar.

Hoja Perfil del I-CE

La Hoja de Perfil de A del I-CE (HP A-1) permite tener una visión de conjunto de los resultados de la persona en el I-CE. Contiene en la parte superior e inferior de la página los puntajes estándar CE del cociente emocional total, los componentes y subcomponentes, distribuidos en tres categorías cuyos valores son los siguientes:

Rangos	Interpretación
116 y más desarrollada	Capacidad emocional muy desarrollada.
85 – 115	Capacidad emocional adecuada buena.
84 y menos	Capacidad emocional por mejorar.

2. Escala de Calidad de Vida de Olson:

Ficha técnica:

Nombre Original	: Escala de Calidad de Vida.
Autor	: David Olson y Howard Barnes.
Adaptado	: Miriam Pilar Grimaldo Muchotrigo.
Administración	: Individual o Colectiva.
Duración	: Aproximadamente de 20 Minutos.
Nivel de Aplicación	: A partir de 13 años.

Significación:

Escala de Calidad de Vida .Evalúa los niveles de calidad de vida, la percepción que la persona tiene de las posibilidades que el ambiente le brinda para lograr la satisfacción de sus necesidades y el logro de ss intereses en relación a los siguientes factores: Bienestar económico, Amigos, Vecindario y Comunidad, Vida Familiar y Familia extensa, Educación y Ocio, Medios de Comunicación, Religión y Salud.

- **Factor 1: BIENESTAR ECONOMICO:**
El cual tiene como Indicadores condiciones de vida, satisfacción de las necesidades básicas, lujos, dinero para gastar.
- **Factor 2: AMIGOS, VECINDARIO Y COMUNIDAD:**
El cual tiene como indicadores: tus amigos, felicidad de compras, seguridad vecinal, barrio.
- **Factor 3: VIDA FAMILIAR Y FAMILIA EXTENSA:** el
Cual tiene como indicadores: tu familia, hermanos, número de hijos en la familia.
- **Factor 4: EDUCACION Y OCIO:**
El cual tiene como indicadores: situación escolar, tiempo libre propio, uso del tiempo libre.
- **Factor 5: MEDIOS DE COMUNICACIÓN:**
El cual tiene como indicadores. Calidad de los programas de televisión, calidad de cine, calidad de periódicos y revistas.

- **Factor 6: RELIGION:**

El cual tiene como indicadores: Vida religiosa en la familia, vida religiosa en la comunidad.

- **Factor 7: SALUD:**

El cual tiene como indicadores: la Propia salud, salud de los familiares.

A) CONFIABILIDAD

La confiabilidad se trabajó a partir del coeficiente Alfa de Cronbach para la muestra total, en donde se obtuvo ,86; para la muestra de colegios particulares en donde se alcanzó un 0,83, para los colegios estatales, llegando a 0,86 y para la muestra norteamericana 0,86.

El estudio de la confiabilidad también incluyo el análisis de los siete factores identificados desde el factor1 en 0,82 hasta 0,58 en el factor 7.

B) VALIDEZ

La validez de esta escala a mediante la validez de Constructo a partir del análisis factorial, el cual sustentó la estructura conceptual inicial de la escala con pocas excepciones.

La Validez Divergente: Se utilizó el coeficiente de Pearson, para establecer el análisis correlacional entre la Escala de Calidad de Vida de Olson& Barnes, La Prueba de Autoeficacia General y el Inventario de Afectos Positivos y Negativos (SPANAS). Donde se observa una baja correlación entre la Prueba de Autoeficacia y la Escala de Calidad de Vida lo cual indica que estos constructos mantienen su independencia. De manera similar con el Inventario de Afectos Positivos y Negativos (SPANAS). En donde se observa una baja correlación.

C) FORMA DE CORRECCION

Se lleva acabo de la siguiente manera:

- Se suman las puntuaciones correspondientes a cada uno de los ítems contestados, considerando que cada respuesta tiene un puntaje correspondiente de: 5, 4, 3, 2, 1, considerando la marca realizada por el examinado.
- Las puntuaciones directas se ubican en la parte final de la prueba.
- Las puntuaciones directas se convertirán en centiles por medio de las tablas baremos correspondientes.

D) FORMA DE INTERPRETACION

En la tabla 12 se presentan las normas correspondientes a la conversión de los puntajes directos a puntajes estandarizado normalizado, tanto para el puntaje total, para el grupo de varones y mujeres, así como a los grupos diferenciados en función al nivel socio económico.

Así mismo en la tabla 13 se observa la categorización de los puntajes T correspondientes y cada tabla con un factor de la Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes.

E) BAREMOS

Se ofrecen los baremos en percentiles, obtenidos en una muestra de 589 estudiantes cuyas edades fluctuaron entre los 14 a 18 años de edad, de 4to y 5to de secundaria de cuatro centros educativos estatales y particulares de Lima.

Categorización de los puntajes en base a los percentiles

Puntajes	Categorías
86 a más	calidad de vida optima
54 a 85	tendencia a calidad de vida buena
16 a 53	tendencia a baja calidad de vida
menos de 16	mala calidad de vida

Técnicas de Recolección de Datos

Se utilizó la técnica psicométrica la cual según Anastasi (2009) es objetiva, medible y que todo test debe contar con confiabilidad y validez.

2.5. Análisis Estadístico

Se aplicó la estadística inferencial para la comprobación de las hipótesis, aplicándose la prueba de correlación de gamma (usada para variables ordinales), los datos se realizaron en el programa de microsoft Excel, 2016 y el análisis fue con el programa estadístico de SPSS versión español 22 presentándose en las tablas unidimensionales y bidimensionales y figuras. Asimismo se utilizó la estadística descriptiva para la presentación de los resultados, las cuales son leídas en tablas de frecuencias y porcentajes.

3. Resultados

Se puede apreciar en la tabla 1, que el 54,5% de estudiantes con CET muy desarrollada poseen niveles bajos de calidad de vida; un 35,6% con CET adecuada tienen un nivel óptimo de calidad de vida; finalmente, un 44,4% con CET por mejorar tienen tendencia baja de calidad de vida. Sin embargo no se halló relación estadísticamente significativa ($p>0,05$).

Tabla 1

Análisis correlacional de la inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Calidad de vida		Inteligencia Cociente emocional total (CET)			Total
		Muy desarrollada	Adecuada	Por mejorar	
Mala	F	2	5	2	9
	%	18.2%	11.1%	22.2%	13.8%
Tendencia baja	F	1	11	4	16
	%	9.1%	24.4%	44.4%	24.6%
Baja	F	6	13	2	21
	%	54.5%	28.9%	22.2%	32.3%
Optima	F	2	16	1	19
	%	18.2%	35.6%	11.1%	29.2%
Total	F	11	45	9	65
	%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Instrumentos psicológicos de Inteligencia emocional de Baron y Calidad de vida de Olson.

		Valor	Sig. aproximada
Ordinal por ordinal	Gamma	-.104	0.58

Legenda : $p>0,05$ relación no significativa.

$p<0,05$ relación significativa.

Se puede apreciar en la tabla 2, que el 75,4% de estudiantes poseen niveles adecuados en inteligencia intrapersonal; un 61,5% tienen un nivel adecuado en interpersonal; un 70,8% de nivel adecuado en manejo de estrés; un 75,4% tienen un nivel adecuado en adaptabilidad; finalmente, un 69,2% de niveles adecuados en inteligencia emocional total.

Tabla 2

Análisis descriptivo de los componentes de la inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Inteligencia emocional		f	%
Intrapersonal	Adecuada	49	75.4%
	Por mejorar	5	7.7%
	Muy desarrollada	11	16.9%
	Total	65	100.0%
Interpersonal	Adecuada	40	61.5%
	Por mejorar	17	26.2%
	Muy desarrollada	8	12.3%
	Total	65	100.0%
Manejo de estrés	Adecuada	46	70.8%
	Por mejorar	14	21.5%
	Muy desarrollada	5	7.7%
	Total	65	100.0%
Adaptabilidad	Adecuada	49	75.4%
	Por mejorar	3	4.6%
	Muy desarrollada	13	20.0%
	Total	65	100.0%
Cociente emocional total	Adecuada	45	69.2%
	Por mejorar	9	13.8%
	Muy desarrollada	11	16.9%
	Total	65	100.0%

Fuente: Instrumento psicológico de Inteligencia emocional de Baron.

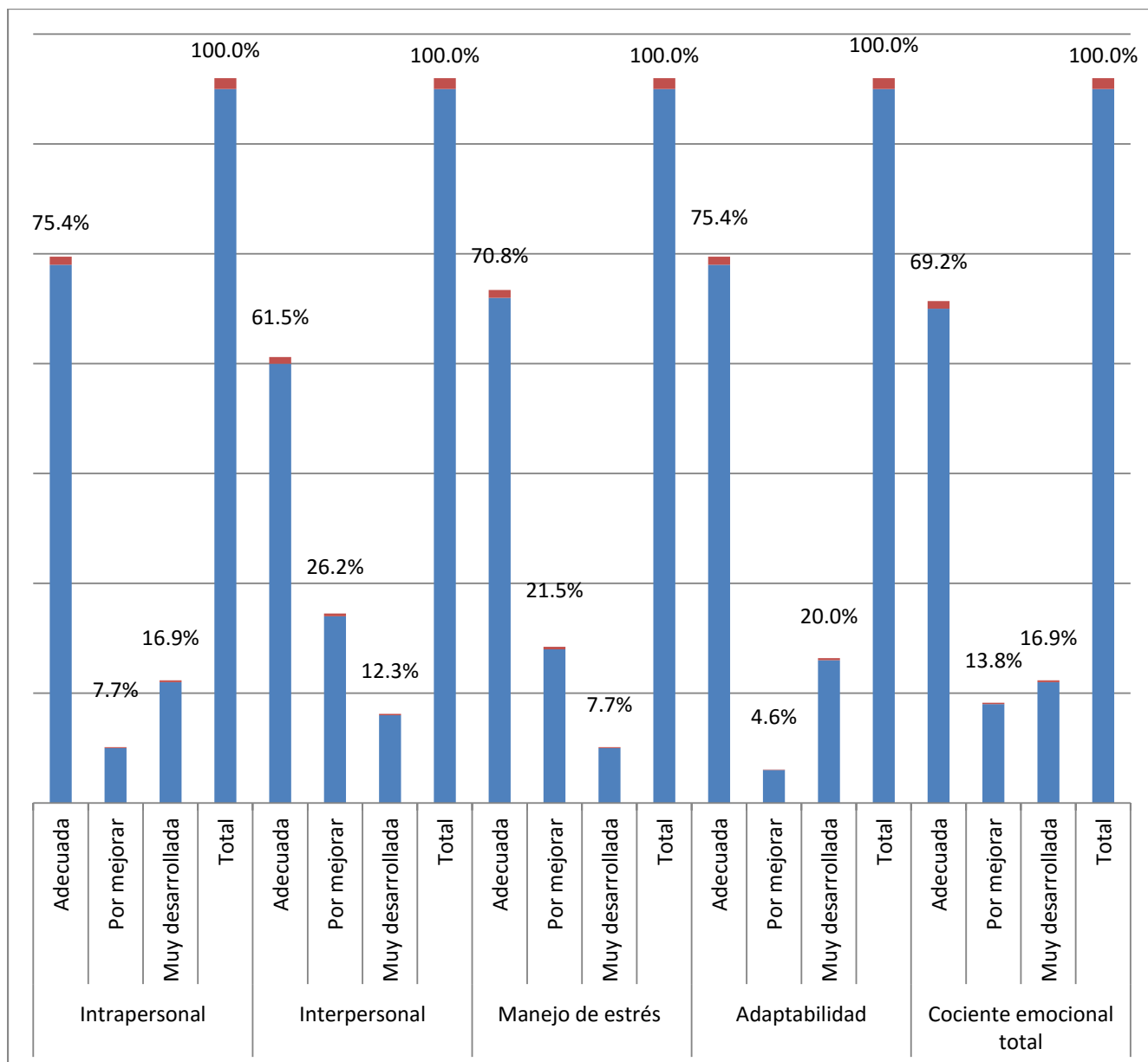


Figura 1

Análisis descriptivo de los componentes de la inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Se puede apreciar en la tabla 3, que el 32,3% de estudiantes poseen niveles bajos en calidad de vida; un 29,2% nivel óptimo; un 24,6% presentan una tendencia baja y finalmente, un 13,8% tienen niveles malos de calidad de vida.

Tabla 3

Análisis descriptivo de los niveles de calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Calidad de vida	f	%
Optima	19	29.2%
Baja	21	32.3%
Tendencia baja	16	24.6%
Mala	9	13.8%
Total	65	100.0%

Fuente: Instrumento psicológico de Calidad de vida de Olson.

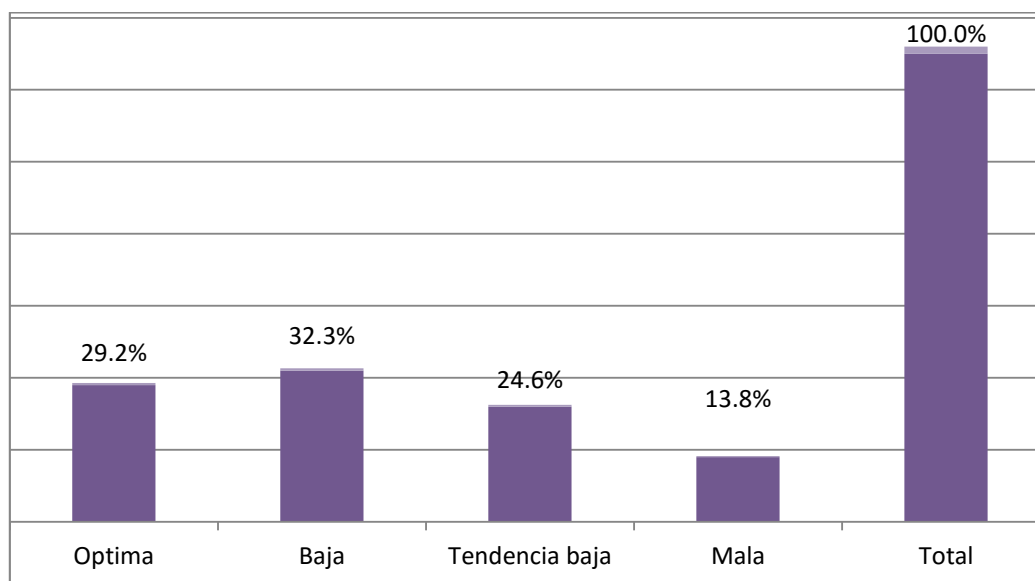


Figura 2

Análisis descriptivo de los niveles de calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Se puede apreciar en la tabla 4, que el 36,4% de estudiantes con inteligencia intrapersonal muy desarrollada poseen niveles de tendencia baja de calidad de vida; un 32,7% con inteligencia intrapersonal adecuada tienen nivel bajo y óptimo de calidad de vida; finalmente, un 40% con inteligencia intrapersonal por mejorar tienen tendencia baja de calidad de vida. Sin embargo no se halló relación estadísticamente significativa ($p>0,05$).

Tabla 4

Análisis correlacional de la inteligencia emocional Intrapersonal y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Calidad de vida		I.E. Intrapersonal			Total
		Muy desarrollada	Adecuada	Por mejorar	
Mala	F	2	6	1	9
	%	18.2%	12.2%	20.0%	13.8%
Tendencia baja	F	4	11	1	16
	%	36.4%	22.4%	20.0%	24.6%
Baja	F	3	16	2	21
	%	27.3%	32.7%	40.0%	32.3%
Optima	F	2	16	1	19
	%	18.2%	32.7%	20.0%	29.2%
Total	F	11	49	5	65
	%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Instrumentos psicológicos de Inteligencia emocional de Baron y Calidad de vida de Olson.

		Valor	Sig. aproximada
Ordinal por ordinal	Gamma	.022	0.91

Leyenda : $p>0,05$ relación no significativa.

$p<0,05$ relación significativa.

Se puede apreciar en la tabla 5, que el 50% de estudiantes con inteligencia interpersonal muy desarrollada poseen niveles de tendencia baja de calidad de vida; un 40% con inteligencia interpersonal adecuada tienen nivel bajo; finalmente, un 29,4% con inteligencia interpersonal por mejorar tienen tendencia baja de calidad de vida. Sin embargo no se halló relación estadísticamente significativa ($p>0,05$).

Tabla 5

Análisis correlacional de la inteligencia emocional Interpersonal y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Calidad de vida		Interpersonal			Total
		Muy desarrollada	Adecuada	Por mejorar	
Mala	F	1	4	4	9
	%	12.5%	10.0%	23.5%	13.8%
Tendencia baja	F	4	7	5	16
	%	50.0%	17.5%	29.4%	24.6%
Baja	F	1	16	4	21
	%	12.5%	40.0%	23.5%	32.3%
Optima	F	2	13	4	19
	%	25.0%	32.5%	23.5%	29.2%
Total	F	8	40	17	65
	%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Instrumentos psicológicos de Inteligencia emocional de Baron y Calidad de vida de Olson.

		Valor	Sig. Aproximada
Ordinal por ordinal	Gamma	.232	0.15

Leyenda : $p>0,05$ relación no significativa.

$p<0,05$ relación significativa.

Se puede apreciar en la tabla 6, que el 40% de estudiantes con inteligencia en manejo de estrés muy desarrollada poseen nivel malo y bajo en calidad de vida; un 32,6% con inteligencia manejo de estrés adecuada tienen nivel bajo; finalmente, un 42,9% con inteligencia manejo de estrés por mejorar tienen tendencia baja de calidad de vida. Sin embargo no se halló relación estadísticamente significativa ($p>0,05$).

Tabla 6

Análisis correlacional de la inteligencia emocional Manejo de estrés y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Calidad de vida		Manejo de estrés			Total
		Muy desarrollada	Adecuada	Por mejorar	
Mala	F	2	7	0	9
	%	40.0%	15.2%	0.0%	13.8%
Tendencia baja	F	0	10	6	16
	%	0.0%	21.7%	42.9%	24.6%
Baja	F	2	15	4	21
	%	40.0%	32.6%	28.6%	32.3%
Optima	F	1	14	4	19
	%	20.0%	30.4%	28.6%	29.2%
Total	F	5	46	14	65
	%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Instrumentos psicológicos de Inteligencia emocional de Baron y Calidad de vida de Olson.

		Valor	Sig. aproximada
Ordinal por ordinal	Gamma	.152	0.46

Leyenda : $p>0,05$ relación no significativa.

$p<0,05$ relación significativa.

Se puede apreciar en la tabla 7, que el 46,2% de estudiantes con inteligencia en adaptabilidad muy desarrollada poseen niveles bajos de calidad de vida; un 36,7% con inteligencia en adaptabilidad adecuada tienen nivel óptimo; finalmente, un 33,3% con inteligencia en adaptabilidad por mejorar tienen niveles malos, tendencia baja y baja en calidad de vida. Sin embargo no se halló relación estadísticamente significativa ($p>0,05$).

Tabla 7

Análisis correlacional de la inteligencia emocional Adaptabilidad y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Calidad de vida		Adaptabilidad			Total
		Muy desarrollada	Adecuada	Por mejorar	
Mala	F	4	4	1	9
	%	30.8%	8.2%	33.3%	13.8%
Tendencia baja	F	2	13	1	16
	%	15.4%	26.5%	33.3%	24.6%
Baja	F	6	14	1	21
	%	46.2%	28.6%	33.3%	32.3%
Optima	F	1	18	0	19
	%	7.7%	36.7%	0.0%	29.2%
Total	F	13	49	3	65
	%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Instrumentos psicológicos de Inteligencia emocional de Baron y Calidad de vida de Olson.

		Valor	Sig. aproximada
Ordinal por ordinal	Gamma	-.330	0.10

Leyenda : $p>0,05$ relación no significativa.

$p<0,05$ relación significativa.

4. Discusión

El objetivo de la presente investigación fue determinar la relación entre inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de la Provincia de Chiclayo, 2016. Entre los resultados hallados no se encontró relación significativa entre las variables en mención ($p>0,05$). Lo que quiere decir psicológicamente que ambas variables actúan de manera aislada, no es necesario tener niveles desarrollados o bajos en inteligencia emocional para gozar de una adecuada calidad de vida. En la definición de Salovey y Mayer (1990) citado en Ugarriza, N. (2001), considera el término de Inteligencia Emocional como un tipo de inteligencia social, que engloba la habilidad para dirigir y controlar nuestras propias emociones y las de los demás, así como de discriminar entre ellas y utilizar la información que nos proporciona para guiar nuestro pensamiento y acciones, de tal forma que resulten beneficiosas para sí mismo y la cultura a la que pertenece. Asimismo, Bar-On (1997) citado en Ugarriza, N. (2001), define la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio. Como tal, nuestra inteligencia no cognitiva es un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional. Por otra parte, la variable calidad de vida Olson & Barnes, (2003) la definen en que cada persona logra satisfacer sus dominios de sus experiencias vitales construyendo un juicio individual subjetivos de la forma como realiza sus actividades y logra sus intereses de acuerdo a las posibilidades que le brinda su ambiente.

Siguiendo el análisis de la investigación, vemos que en la variable inteligencia emocional predominan los niveles ADECUADOS en los componentes intrapersonal, según Bar-On (1992), es el área reúne los siguientes componentes: Comprensión emocional sí mismo, Asertividad, Autoconcepto, Autorrealización e Independencia. Comprensión emocional de sí mismo (CM): es la habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos conocer el porqué de los mismos.

La Asertividad (AS), habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás; y defender nuestros derechos de una manera no destructiva. El Autoconcepto (AC): habilidad para aprender, aceptar y respetarse así mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, como también nuestras limitaciones y posibilidades. Autorrealización (AR): Habilidad para realizar lo que realmente podemos, queremos y disfrutamos de hacerlo. Independencia (IN): que es la habilidad para auto dirigirse, sentir seguro de sí mismo, en nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones. En el *Componente interpersonal (CIE)*: Bar-On (1992), área que reúne a los siguientes componentes: Empatía, Responsabilidad social y Relación interpersonal. Es decir, Empatía (EM) es la habilidad de percatarse, comprender y apreciar los sentimientos de los demás. Relaciones interpersonales (RI) habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizados por una cercanía emocional e intimidad. Responsabilidad social (RS) es la habilidad para demostrarse así como una persona que coopera, contribuye y que es un miembro constructivo del grupo social. Con respecto al *Componente de adaptabilidad (CAD)*, Bar-On (1992), señala que es el área que reúne a los siguientes componentes: Prueba de la realidad, Flexibilidad y Solución de problemas. Así señala que el componente Solución de problemas (SP) es la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas. La Prueba de la realidad (PR) considera que es la habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en realidad existe (lo objetivo). Y Flexibilidad (FL) como la habilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes. Continuando el análisis de la variable inteligencia emocional también encontramos niveles adecuados en el *Componente del manejo de estrés (CME)*, Bar-On (1992), refiere que es el área que reúne a los siguientes componentes: Tolerancia al estrés y Control de impulsos. Considera a la Tolerancia al estrés (TE) como la habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentándose activa y positivamente al estrés. Y

finalmente, al Control de impulsos (CI) como la habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones.

En el análisis de la variable calidad de vida según Olson & Barnes, (2003) definen Calidad de Vida a la manera como cada persona logra satisfacer sus dominios de sus experiencias vitales construyendo un juicio individual subjetivos de la forma como realiza sus actividades y logra sus intereses de acuerdo a las posibilidades que le brinda su ambiente.

Entre los resultados encontramos que predomina niveles bajos de la calidad de vida, lo que significa que los estudiantes no gozan o no perciben de manera positiva un bienestar económico, el cual tiene como indicadores condiciones de vida, satisfacción de las necesidades básicas, dinero para gastar. Asimismo, el factor amigo, vecindario y comunidad, el cual tiene como indicadores: amigos, felicidad de compras, seguridad vecinal y barrio. Tampoco gozan de una buena vida familiar, así como en educación, medios de comunicación: el cual tiene como indicadores: calidad de los programas de televisión, calidad de cine, calidad de periódicos y revistas. Así también el factor religión, el cual tiene como indicadores: vida religiosa en la familia, vida religiosa en la comunidad. Finalmente, el factor salud, el cual tiene como indicadores: la Propia salud y la salud de los familiares.

5. Conclusiones

Después del análisis de resultados se concluye:

- ✓ No existe relación significativa entre las variables inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa ($p>0,05$).
- ✓ Los estudiantes tienen en su mayoría niveles adecuados de inteligencia emocional, y niveles bajos en la variable calidad de vida.
- ✓ Finalmente, no se encontró relación significativa entre los componentes de la inteligencia emocional: Intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad y calidad de vida.

6. Recomendaciones

Se recomienda lo siguiente:

- ✓ Realizar talleres con inducción a elevar los niveles de inteligencia emocional y así optimizar en los estudiantes el soporte emocional y puedan desempeñarse de manera óptima en sus roles cotidianos.
- ✓ Realizar talleres donde los estudiantes puedan mejorar sus niveles de calidad de vida en situaciones como: hogar, educación, comunicación entre otros.
- ✓ Finalmente, realizar estudios en la institución con otras variables y así las autoridades educativas puedan contar con mayor conocimiento la realidad de sus estudiantes y entorno familiar.

Referencias Bibliográficas

- Anastasi, A. & Urbina, S. (1998) Test Psicológicos. Pearson Educación.
- Asociación Mundial de Educadores Infantiles (1998). *Inteligencia Emocional y Educación*, <http://www.umb.edu.co/edición/pedagogía/poli/val.htm>
- Ávila, H. (1988). "Diccionario de Psicología Educativa". Lima. Publicaciones EFIP.
- Conger, J.A., y Kanungo, R.N. (1988). El proceso de empoderamiento: la teoría de la integración y la práctica. *Academia de Management Review*, 13, 471 a 482.
- Cuba. Jurado. Romero. (2013) *Características Familiares asociadas a la percepción de Calidad de Vida en pobladores de un área urbano-marginal en el distrito de los olivos*. Rev. Med Hered. Vól.24. Pág.3
- De Montes, G. & Montes, L. (2007). *Desarrollo de habilidades del pensamiento*. (5ª ed. Colombia: Alfa omega.
- Dorsh, F. (1981). "Diccionario de Psicología". Barcelona. Ed. Herder
- Fernández M. (2002, citado por Merino, L., 2006) Relación entre Inteligencia Emocional y Síndrome de Burnout en Técnicos Asistenciales de la Dirección Regional de Piura.
- Goleman D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona. España: Kairós.
- Grimaldo, M. (2009). *Calidad de Vida en estudiantes de Secundaria de la ciudad de Lima*. Rev .INFORMES PSICOLÓGICOS – UPB – Medellín. Vól.10 Pág.4
- Grimaldo, M. (2010). *Adaptación de la escala de calidad de Vida de Olson & Barnes para profesionales de la salud*. Rev. Cultura. Vól 24 Pág.13.
- Hernández, Fernández & Baptista (2014). *Metodología de la Investigación*. 6ta. Edición. Editorial Mc Graw Hill. México.
- Hidalgo, C. & Abarca, M. (2000) *Comunicación interpersonal programa de entrenamiento en habilidades sociales*. Santiago: Universidad Católica de Chile.
- Tomado de

http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/Docentes_emocionalmente_inteligentes_2010.pdf

Jiménez M. (2013). *Impacto de la Inteligencia Emocional Percibida, Actitudes Sociales y Expectativas del Profesor en el Rendimiento Académico*. Universidad Católica San Antonio de Murcia (UCAM). España.

Jiménez, M. (2000). *Las relaciones interpersonales en la infancia. Sus problemas y soluciones*. Málaga: Aljibe.

Leal, Onsló, Alfaro & Rodríguez (1999, 2001, 2004) *El factor humano en las relaciones laborales manual de dirección y gestión*. Ediciones pirámide (Grupo Anaya, S. A).

Linkografía:

www.psicologiacientifica.com

www.psicologia.cl

http://www.une.edu.pe/modelo_proyecto_correlacional.pdf

ANEXOS

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por la Bachiller en Psicología de la Universidad Particular de Chiclayo con el objetivo de determinar la relación entre inteligencia emocional y calidad de vida en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, 2016.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá completar un cuestionario. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario serán anónimas. Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Desde ya agradezco su participación.

PARTICIPANTE FIRMA

INVESTIGADORA FIRMA

ANEXOS: Instrumentos

Edad:.....

Año de Estudios:.....

Nombres:.....

Centro Educativo:.....

Fecha:.....

A continuación te presentaremos oraciones referidas a diferentes aspectos de tu vida.

Lee cada una de ellas y marca la alternativa que consideres conveniente. Recuerda que no hay respuestas correctas, ni incorrectas.

Que tan Satisfecho estás con:	ESCALA DE CALIDAD DE VIDA				
	1 Insatisf echo	2 Un poco satisfe cho	3 Más o meno s satisfe cho	4 Basta nte satisfe cho	5 Completa mente satisfecho
HOGAR Y BIENESTAR ECONOMICO					
1. Tus actuales condiciones de vida.					
2. Tus responsabilidades en la casa.					
3. La capacidad de tu familia para satisfacer tus necesidades básicas.					
4. La capacidad de tu familia para darte lujos.					
5. La cantidad de dinero que tienes para gastar.					
AMIGOS, VECINDARIO Y COMUNIDAD					
6. Tus amigos.					
7. Las facilidades para hacer compras en tu comunidad.					
8. La seguridad en tu comunidad.					
9. El barrio donde vives.					
10. Las facilidades para recreación (parque, campos de juegos, etc.)					

Que tan Satisfecho estás con:	ESCALA DE RESPUESTAS				
	1 Insatisfecho	2 Un poco satisfecho	3 Más o menos satisfecho	4 Bastante satisfecho	5 Completamente satisfecho
VIDA FAMILIAR Y FAMILIA EXTENSA					
11. Tu familia.					
12. Tus hermanos.					
13. El número de hijos en tu familia.					
14. Tu relación con tus parientes (abuelos, tíos, primos...)					
EDUCACION Y OCIO					
15. Tu actual situación escolar					
16. El tiempo libre que tienes					
17. La forma como usas tu tiempo.					
MEDIOS DE COMUNICACIÓN					
18. La cantidad de tiempo que los miembros de tu familia pasan viendo televisión.					
19. Calidad de los programas de televisión.					
20. Calidad de cine.					
21. La calidad de periódicos y revistas.					
RELIGION					
22. La vida religiosa de tu familia.					
23. La vida religiosa de tu comunidad.					
SALUD					
24. Tu propia salud.					
25. La salud de otros miembros de la familia.					

PUNTAJE DIRECTO:.....

PERCENTIL :.....

PUNTAJES T :.....

PUNTAJES PERCENTILES

Puntaje directo	Percentil
41	1
42	1
43	1
44	1
45	1
46	1
47	1
48	1
49	1
50	1
51	1
52	1
53	1
54	1
55	1
56	2
57	3
58	3
59	3
60	3
61	4
62	4
63	4
64	4
65	5
66	6
67	7
68	8
69	8
70	9
71	10
72	11
73	12
74	13
75	14
76	15
77	17
78	20
79	23
80	25
81	27
82	30
83	32
84	34
85	36
86	39

Puntaje directo	Percentil
87	42
88	45
89	48
90	51
91	54
92	57
93	61
94	64
95	67
96	71
97	75
98	78
99	80
100	82
101	84
102	86
103	88
104	90
105	91
106	92
107	94
108	95
109	95
110	96
111	97
112	98
113	99
114	99
115	99.2
116	99.3
117	99.5
118	99.5
119	99.6
120	99.7
121	99.8

CATEGORIZACION DE LOS PUNTAJES EN BASE A LOS PERCENTILES

PUNTAJES	CATEGORIAS
86 A MAS	Calidad de Vida Optima
54 A 85	Tendencia a Calidad de Vida Buena
16 A 53	Tendencia a Baja Calidad de Vida
MENOS DE 16	Mala Calidad de Vida

FACTOR 1

PUNTAJE DIRECTO	PERCENTIL
4	1
5	1
6	1
7	2
8	5
9	8
10	12
11	16
12	23
13	32
14	43
15	55
16	68
17	79
18	87
19	93
20	98

FACTOR 2

PUNTAJE DIRECTO	PERCENTIL
4	1
5	1
6	1
7	1
8	2
9	5
10	9
11	14
12	23
13	33
14	45
15	58
16	70
17	82
18	90
19	95
20	99

FACTOR 3

PUNTAJE DIRECTO	PERCENTIL
3	1
4	1
5	1
6	3
7	5
8	9
9	14
10	22
11	33
12	47
13	62
14	78
15	93

FACTOR 4

PUNTAJE DIRECTO	PERCENTIL
3	1
4	1
5	2
6	5
7	8
8	15
9	27
10	41
11	57
12	73
13	85
14	93
15	98

FACTOR 5

Puntaje directo	Percentil
3	1
4	2
5	3
6	7
7	15
8	26
9	38
10	53
11	68
12	80
13	88
14	94
15	98

FACTOR 6

Puntaje directo	Percentil
2	1
3	3
4	6
5	15
6	31
7	52
8	74
9	89
10	97

Factor 7

Puntaje directo	Percentil
2	1
3	1
4	3
5	8
6	19
7	38
8	62
9	83
10	96

INVENTARIO EMOCIONAL BarON

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permite hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces. Hay cinco respuestas por cada frase :

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso

INSTRUCCIONES

Lee cada una de las frases y selecciona UNA de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para ti, seleccionando el número (del 1 al 5) que corresponde a la respuesta que escogiste según sea tu caso.

Marca con un aspa el número.

Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta como te sentirías, pensarías o actuarías si estuvieras en esa situación. Notarás que algunas frases no te proporcionan toda la información necesaria; aunque no estés seguro(a) selecciona la respuesta más adecuada para ti. No hay respuestas “correctas” o “incorrectas”, ni respuestas “buenas” o “malas”.

Responde honesta y sinceramente de acuerdo a cómo eres, **NO** como te gustaría ser, no como te gustaría que otros te vieran. No hay límite de tiempo, pero por favor trabaja con rapidez y asegúrate de responder a **TODAS** las oraciones.

1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.
2. Es duro para mí disfrutar la vida.
3. Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.
4. Sé como enfrentar los problemas más desagradables.
5. Me agradan las personas que conozco.
6. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.
7. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.
8. Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).
9. Reconozco con facilidad mis emociones.
10. Soy incapaz de demostrar afecto.
11. Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones.
12. Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza.
13. Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.
14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.
15. Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.
16. Me gusta ayudar a la gente.
17. Me es difícil sonreír.
18. Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.
19. Cuando trabajo con otros, tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.
20. Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.
21. Realmente no sé para que soy bueno(a).
22. No soy capaz de expresar mis ideas.
23. Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.
24. No tengo confianza en mí mismo(a).

25. Creo que he perdido la cabeza.
26. Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.
27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.
28. En general, me resulta difícil adaptarme.
29. Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.
32. Prefiero que otros tomen decisiones por mí.
33. Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso(a).
34. Pienso bien de las personas.
35. Me es difícil entender como me siento.
36. He logrado muy poco en los últimos años.
37. Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.
38. He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.
39. Me resulta fácil hacer amigos(as).
40. Me tengo mucho respeto.
41. Hago cosas muy raras.
42. Soy impulsivo(a), y eso me trae muchos problemas.
43. Me resulta difícil cambiar de opinión.
44. Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.
45. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.
46. A la gente le resulta difícil confiar en mí.
47. Estoy contento(a) con mi vida
48. Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).
49. No puedo soportar el estrés.
50. En mi vida no hago nada malo.
51. No disfruto lo que hago.
52. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.
53. La gente no comprende mi manera de pensar.
54. Generalmente espero lo mejor.
55. Mis amigos me confían sus intimidades.
56. No me siento bien conmigo mismo(a).
57. Percibo cosas extrañas que los demás no ven.
58. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.
59. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.
60. Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.
61. Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aún cuando tuviese algo que hacer en ese momento.
62. Soy una persona divertida.
63. Soy consciente de cómo me siento.
64. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.
65. Nada me perturba.
66. No me entusiasman mucho mis intereses.
67. Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.
68. tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mí alrededor.
69. me es difícil llevarme con los demás.
70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.
71. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.
73. Soy impaciente.
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.
77. Me deprimó.
78. Sé como mantener la calma en situaciones difíciles.
79. Nunca he mentado.
80. En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.
81. Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.

82. Me resulta difícil decir “no” aunque tenga el deseo de hacerlo.
83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.
84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.
85. Me siento feliz con el tipo de persona que soy.
86. Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar.
87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.
88. Soy consciente de lo que me está pasando, aún cuando estoy alterado(a).
89. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.
90. Soy capaz de respetar a los demás.
91. No estoy muy contento(a) con mi vida.
92. Prefiero seguir a otros a ser líder.
93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.
94. Nunca he violado la ley.
95. Disfruto de las cosas que me interesan.
96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.
97. Tiendo a exagerar.
98. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.
99. Mantengo buenas relaciones con los demás.
100. Estoy contento(a) con mi cuerpo.
101. Soy una persona muy extraña.
102. Soy impulsivo(a).
103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres.
104. Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.
105. Disfruto las vacaciones y los fines de semana.
106. En general tengo una actitud positiva para todo, aún cuando surgen problemas.
107. Tengo tendencia a depender de otros.
108. Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.
109. No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.
110. Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.
111. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.
112. Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.
113. Los demás opinan que soy una persona sociable.
114. Estoy contento(a) con la forma en que me veo.
115. Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.
116. Me es difícil describir lo que siento.
117. Tengo mal carácter.
118. Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema.
119. Me es difícil ver sufrir a la gente.
120. Me guste divertirme.
121. Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.
122. Me pongo ansioso(a).
123. No tengo días malos.
124. Intento no herir los sentimientos de los demás.
125. No tengo buena idea de lo que quiero en la vida.
126. Me es difícil hacer valer mis derechos.
127. Me es difícil ser realista.
128. No mantengo relación con mis amistades.
129. Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).
130. Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.
131. Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.
132. En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación que voy a fracasar.
133. He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.