

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Inteligencia Emocional en Jóvenes agentes pastorales miembros de una  
comunidad en una Iglesia del Distrito de Lurín

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Heidi Gabriela Fuentes Vásquez

Lima-Perú

2019

## **DEDICATORIA**

Mi trabajo de investigación está dedicado a mi Madre quien me brindo su confianza y su apoyo incondicional, además me enseñó a luchar por mis objetivos, quien me ayudo a ser perseverante en la vida. Y un lo logré al cielo a mi Padre que me guía desde siempre.

Este trabajo se los dedico con amor y gratitud.

Gabriela Fuentes Vásquez.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco ante todo a Dios, a mi familia que me apoyo desde un inicio, al Padre Sebastián quien me impulso en todo momento, a mi padre que desde el cielo nos guía, por darme las fuerzas para seguir preparándome en mi carrera profesional.

A la Universidad Inca Garcilaso de la Vega por los conocimientos adquiridos en todos estos años.

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del Jurado:

Mediante a las normas establecidas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N° 003-FPs y TS.-2016, expongo ante ustedes mi investigación titulado “Inteligencia Emocional en Jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una iglesia del Distrito de Lurín - 2018” bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para adquirir el título profesional de licenciatura.

Por lo consiguiente espero que este trabajo de investigación sea de utilidad y correctamente evaluado y aprobado.

Atentamente,

Heidi Gabriela Fuentes Vásquez

## ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de tablas	viii
Índice de figuras	ix
Resumen	x
Abstract	xi
Introducción	xii

### **CAPÍTULO I:**

<b>1.1 Planteamiento del problema</b>	<b>15</b>
1.2 Descripción de la realidad problemática	15
1.2.1 Formulación del problema	16
1.2.2 Problema específico	17
1.3 Objetivos	
1.3.1 Objetivo General	16
1.3.2 Objetivos Específicos	17
1.4 Justificación e importancia de la Investigación	18

### **CAPITULO II: Marco teórico conceptual**

2.1. Antecedentes	20
2.1.1. Internacionales	20
2.1.2. Nacionales	22
2.2. Bases teóricas (Teorías Científicas)	23
2.2.1 Inteligencia Emocional	31
2.2.2 Elementos de la Inteligencia Emocional	31
2.2.3 Teorías de la Inteligencia Emocional	31

2.2.4	Inteligencia	31
2.3	Definiciones conceptuales de la variable de investigación	32
<b>CAPÍTULO III: Metodología</b>		<b>33</b>
3.1.	Tipo y diseño utilizado	33
3.1.1.	Tipo y enfoque	33
3.1.2.	Nivel	33
3.1.3.	Diseño de investigación	33
3.2.	Población y muestra	34
3.2.1.	Población	34
3.2.2.	Muestra	34
3.3.	Identificación de la variable y su operacionalización	34
3.3.1.	Operacionalización de la variable	35
3.4.	Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico	36
3.4.1.	Técnicas	37
3.4.2.	Instrumento	37
<b>CAPÍTULO IV: Presentación, procesamiento y análisis de los resultados</b>		<b>40</b>
4.1.	Procesamiento de los resultados	42
4.2.	Presentación de los resultados	40
4.3.	Análisis y discusión de los resultados	4
4.4.	Conclusiones	49
4.5.	Recomendaciones	50
<b>CAPÍTULO V: Intervención</b>		<b>51</b>
5.1.	Denominación del programa	51
5.2.	Justificación del problema	51

5.3.	Establecimiento de objetivos	53
5.4.	Sector al que se dirige	54
5.5.	Establecimiento de conductas problemas/metapas	54
5.6.	Metodología de la intervención	54
5.7.	Instrumentos/material a utilizar	55
5.8.	Cronograma	55
5.9.	Actividades	56
<b>Referencias bibliográficas</b>		<b>71</b>
<b>Anexos</b>		<b>74</b>
Anexo 1. Matriz de consistencia		72
Anexo 2. Carta de presentación a la iglesia		74
Anexo 3. Carta de aceptación para la aplicación de la investigación		75
Anexo 4 Test de Inteligencia Emocional		76
Anexo 5. Análisis de confiabilidad		77
Anexo 6. Análisis descriptivos		79
Anexo 7.		

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Modelo de Salovey y Mayer	30
Tabla 2. Modelo de Inteligencia Emocional de BarOn	31
Tabla 3. Modelo de Inteligencia Emocional de Goleman	32
Tabla 4. Identificación de la variable “Inteligencia Emocional” y su operacionalización	36
Tabla 5. Operacionalización de la variable Inteligencia Emocional	36
Tabla 6. Media, mínimo y máximo del total.	40
Tabla 7. Nivel Total de Inteligencia Emocional	41
Tabla 8. Nivel de Atención Emocional	43
Tabla 9 Nivel de Claridad Emocional	44
Tabla 10 Nivel de Reparación Emocional	45

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Instrucciones del Inventario.	38
Figura 2. Nivel de Inteligencia Emocional	43
Figura 3. Nivel de Atención Emocional	45
Figura 4. Nivel de Claridad Emocional	45
Figura 5. Nivel de reparación emocional	46

## RESUMEN

La presente investigación el objetivo es conocer el nivel de inteligencia emocional de los jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una iglesia del distrito de Lurín, la muestra estuvo compuesta por 71 participantes con edades desde 17 a 30 años, quienes fueron seleccionados con un muestreo no probabilístico de tipo intencional, de grupos parroquiales como confirmación, EJE, Coro Nueva Generación, Coro Corazón de Jesús. Se utilizó el instrumento de la escala de Inteligencia Emocional “TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale) “compuesto por 24 items, con una escala tipo Likert, con tres dimensiones: Atención emocional, claridad de sentimientos, reparación emocional, creado por Salovey y Mayer, los resultados de esta investigación reflejaron que el nivel de inteligencia emocional en los jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una Iglesia del Distrito de Lurín se encuentran 74 % en un nivel Promedio, sin embargo existe el 18.30 % de agentes pastorales que deben mejorar su inteligencia emocional, además se evaluó sus dimensiones: atención emocional, claridad emocional y reparación emocional, finalmente se recomendó elaborar un programa de intervención para mejorar la inteligencia emocional.

Palabra clave: Inteligencia Emocional, atención emocional, claridad de sentimientos, reparación emocional.

## **ABSTRACT**

The objective of the present investigation is to know the level of emotional intelligence of young pastoral agents members of a community in a church in the district of Lurin, the sample was composed of 71 participants with ages from 17 to 30 years, who were selected with a sample not probabilistic of intentional type, of parochial groups as confirmation, AXIS, New Generation Chorus, Heart of Jesus Chorus. The instrument of the Emotional Intelligence scale "TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale)" composed of 24 items was used, with a Likert scale, with three dimensions: Emotional attention, clarity of feelings, emotional repair, created by Salovey and Mayer, the results of this research reflected that the level of emotional intelligence in the young pastoral agents members of a community in a Church of the District of Lurín are 74% in an Average level. However, there is 18.30% of pastoral agents who must improve their emotional intelligence, in addition their dimensions were evaluated: emotional attention, emotional clarity and emotional repair, finally it was recommended to elaborate an intervention program to improve emotional intelligence.

**Palabra clave:** Emotional Intelligence, emotional attention, clarity of feelings, emotional repair.

## INTRODUCCIÓN

Actualmente la situación política, social, económica son cada vez más demandantes en el Perú y el mundo, producto de la globalización y avances de la tecnología cambios acelerados de nuestra sociedad.

Esta situación exige poner en práctica habilidades que anteriormente no se tenían en cuenta. En este contexto nuestras emociones serán las que nos proporcionen el éxito y la adaptación en un entorno desafiante, estresante, que requiere de nosotros un continuo análisis y resolución de conflictos, la auto-regulación emocional y la comprensión hacia los demás generan en los seres humanos un estado de alerta y ansiedad, así mismo la capacidad de adaptarnos a los cambios bruscos del mundo que nos rodea. Es por ello en lo que respecta a la inteligencia emocional, ésta es fundamental para la vida cotidiana. Estudios como los de (Extremera, N., & Fernández, P , 2003); Villacorta, (2002); Salas y García, (2010) dan cuenta de la importancia de desarrollar estas habilidades emocionales en los jóvenes, lo que puede contribuir a tener una percepción más objetiva y clara acerca de lo que la sociedad demanda.

El presente siglo XXI presenta escenarios y situaciones distintos el de los grupos parroquiales en la iglesia católica a diferencia de años atrás.

Así la Inteligencia Emocional de los agentes pastorales, se ve acompañado por los distintos factores que influyen en el desarrollo integral de la labor como agente pastoral como es el sentirse satisfecho acompañado del desarrollo de las diversas estrategias como grupos líderes de una iglesia.

Cabe mencionar que la Catedral San Pedro del Distrito de Lurín, no es ajena a los cambios, y acepta el reto que el presente siglo requiere. Sin embargo, pocas investigaciones se detienen en el estudio de los puestos de trabajo desde la perspectiva de las emociones. Desde la psicología de la religión, espiritualidad,

católica, no existen estudios relacionados con la evaluación emocional en agentes pastorales.

La función del agente pastoral católico conlleva tareas o exige trabajar en contextos que son potencialmente de emoción y considera un estudio necesario porque provienen de condiciones agradables como a la vez de intensas emociones que surgen en las distintas actividades cotidianas. Se trata de tareas o eventos intrínsecos a la función de la iglesia, cumpliendo con el compromiso social, pastoral elegido por vocación, en las que existen el riesgo de no poder evitar que la emoción interfiera sobre la correcta intervención. Por ello la presente investigación se centra en el interés por la evaluación emocional de los agentes pastorales de la parroquia, estudiando posteriormente a través de un diseño descriptivo, la inteligencia emocional en general y sus componentes en agentes pastorales de una comunidad de una Iglesia del Distrito de Lurín, personas capaces de someterse a intervenciones que realizan y cuya exigencia emocional de la vocación alude a la necesidad de fortaleza emocional. Siendo afectada por diversos factores, uno de ellos es la poca comunicación asertiva de los jóvenes en sus comunidades, lo cual trae como consecuencia de diversos problemas sociales y el aumento de jóvenes introvertidos, además, la baja autoestima y poca motivación por la vocación elegida.

En este contexto se consideró oportuno realizar esta investigación, donde se busca Determinar el nivel de Inteligencia Emocional en Jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una Iglesia del Distrito de Lurín 2018.

El siguiente trabajo está dividido por capítulos, los cuales se exponen partes de la construcción de la investigación y el programa de intervención desarrollado para el mejoramiento de las emociones.

Encontraremos en el capítulo I el Planteamiento del problema, que se formuló para la investigación, en base a esto, se plantea el problema general y los específicos que servirá para ser contestados luego. Además, se incluye el objetivo general y los específicos, concluyendo así con la justificación e importancia del estudio.

Con respecto al capítulo II, se presenta el Marco teórico, que es base de la investigación, en este apartado se expone los antecedentes que son investigaciones tanto internacionales como nacionales. El segundo subcapítulo son las Bases Teóricas que sustentan el estudio, donde se presentan los significados de la variable estudiada, las teorías que resguardan la investigación y del instrumento utilizado. Al finalizar el capítulo, se muestra la definición conceptual donde se exponen la definición de la variable principal del trabajo científico.

Continuando con el capítulo III, hallaremos en esta sección la metodología empleada para la investigación, el tipo de investigación, enfoque, nivel, diseño, la población, muestra, el instrumento.

En capítulo siguiente, capítulo IV, se podrá encontrar los resultados obtenidos mediante la aplicación del instrumento del estudio. Además, se expondrán las discusiones, conclusiones y recomendaciones.

Finalizando con el capítulo V, donde se proyecta la intervención mediante un programa elaborado por 8 sesiones en la cual su objetivo es fortalecer los resultados obtenidos en los resultados.

# CAPÍTULO I

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### **1.1. Descripción de la realidad problemática**

La presente investigación se realizará en la Catedral San Pedro de Lurín que hace 30 años atrás inicio su labor pastoral con la creación de grupos parroquiales como uno de los mejores espacios de formación catequética y misionera en la fe cristiana católica de niños, adolescentes y jóvenes del distrito de Lurín.

Al transcurrir el tiempo estos grupos parroquiales han ido desarrollando su labor pastoral teniendo como eje principal a los catequistas como formadores de grupo, a los adolescentes y jóvenes integrantes de los coros y son ellos que juegan una labor importante en la conducción de los diferentes grupos parroquiales dentro de la Catedral San Pedro de Lurín.

En la actualidad estos agentes y guías pastorales de la iglesia desarrollan su labor pastoral en horarios diferentes, además presentan riesgos lo cual le crea un desgaste tanto intelectual como emocional, asimismo los catequistas siempre están en relación con las personas de diversos status económicos y culturales por las misiones que realizan, lo cual hace que puedan enfrentarse a situaciones incómodas, situaciones de frustración como también de tensión, es importante que estas personas tengan la capacidad para poder manejar, comprender y entender sus emociones y las emociones de los demás para tener una adecuada inteligencia emocional, lo cual no es fácil ya que cada uno como persona trae una carga emocional distinta.

A si mismo mencionar que la labor catequética en estos agentes pastorales es gratuita manifestando compromiso, tiempo y dedicación a esta noble tarea catequética. Tengo que agregar que en el proceso de la misión se presenta también en ellos insatisfacciones personales, sobrecarga de funciones, inestabilidad, irritabilidad, que a su vez afecta directamente el nivel de Inteligencia Emocional de los agentes pastorales, ya sea base de su misión como agentes pastorales como también en sus puestos de trabajo.

Asimismo, se considera que la Inteligencia Emocional es un factor importante en cada agente pastoral porque permite exteriorizar, ser asertivos, tener habilidades comunicativas, reconocer sus propios sentimientos y ajenos, ser autocríticos que nos permitan desarrollar sus relaciones interpersonales e intrapersonales.

Tomando en cuenta se puede definir que la inteligencia emocional según Peter Salovey es “un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminando entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno”. (Mayer y Salovey, 1990)

Por esta razón se requiere conocer cuál es el nivel de inteligencia emocional en los agentes pastorales, según edad, genero, grado de instrucción, grupo pastoral, para poder desarrollar actividades que ayuden a fortalecer, empoderar y fidelizar a los agentes pastorales. Asimismo, ayudaría a la retención de los talentos y a disminuir la deserción de agentes pastorales.

Según el autor (López, 2015), la inteligencia emocional se encuentra asociada con las habilidades sociales con la finalidad de moderar los impulsos o conflictos que puedan presentarse para obtener beneficios ante las decisiones que se presenten y la resolución de problemas, así mismo se puede alcanzar el control de los conocimientos donde interviene la comunicación.

## **1.2. Formulación del problema**

Las empresas, centros pastorales e instituciones a la hora de contratar o contar con un personal siempre buscan tener personas responsable, capaz de poder asumir retos y responsabilidades que la sociedad y el público nos demanda. En el caso de los grupos parroquiales en una Iglesia funciona así también, las nuevas actualizaciones y nuevos estilos de trabajo, materiales, juegos y dinámicas son necesarias para incentivar al participante de estos tiempos porque si no hay actualizaciones y estrategias estaríamos perdiendo feligreses y es de prioridad nuestras emociones como interfieren en el trabajo de equipo, llegando a la conclusión que los cambios de humor o la actitud de las personas es mucho más importante a la hora de desarrollar y ejecutar cualquier actividad diaria.

En este sentido cobra importancia el hecho de la aparición de emociones las cuales pudiesen repercutir de manera negativa en los grupos de la iglesia. Por ello es importante considerar, conocer los sentimientos en sí mismo y en otros, ya que no solo la inteligencia cognitiva nos llevará a desempeñar nuestras funciones con éxito sino también nuestra inteligencia emocional.

### **1.2.1. Problema general**

- ¿Cuál es el nivel de Inteligencia Emocional en Jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una Iglesia del Distrito de Lurín?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en su dimensión de atención a los sentimientos en jóvenes catequistas de una iglesia del distrito de Lurín?
- ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en su dimensión de claridad emocional en jóvenes catequistas de una iglesia del distrito de Lurín?
- ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en su dimensión de reparación de los sentimientos en los jóvenes catequistas de una iglesia del distrito de Lurín?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

- Conocer el nivel de inteligencia emocional en los jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Conocer el nivel de inteligencia emocional en su dimensión de atención a los sentimientos en los Jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.
- Conocer nivel de inteligencia emocional en su dimensión de claridad emocional en los Jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.

- Conocer el nivel de inteligencia emocional en su dimensión de reparación de los sentimientos en los jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.

#### **1.4. Justificación e importancia**

La presente investigación se realiza por la necesidad de establecer la importancia de la Inteligencia Emocional como fundamental para el éxito de la persona humana.

Cuando la persona cuenta con baja inteligencia emocional es influenciada frecuentemente por sus impulsos sin embargo cuando cuenta con una inteligencia emocional alta no calcula los movimientos, pero es más racional e inteligente.

Es importante esta investigación, porque nos permite saber cómo las personas que prestan un servicio a la comunidad como catequistas de una iglesia deben de presentar una adecuada inteligencia emocional a fin de poder lidiar con situaciones incómodas que se muestren en el servicio de pastoral. Es por ello que esta investigación es indispensable para conocer el nivel de inteligencia emocional y poder reforzar las actividades necesarias con el fin de alcanzar objetivos personales como laboral además se puede destacar que la inteligencia emocional ayuda a crear un vínculo personal saludable, ya que se puede desarrollar la habilidad de compartir y tener la capacidad de entender las emociones de otras personas.

No olvidemos también que necesitamos contar con personas con vocación de servicio que sepan no solo de teoría científica, parábolas o enseñanzas sino también de la práctica, como y potenciar las capacidades humanitarias y sociales. Es decir, trabajar valores y dar importancia plena al SABER CONVIVIR, ello permitirá un mayor grado de tolerancia y a su vez estar en mejores condiciones de alcanzar el éxito.

La importancia de esta investigación se justifica en todos los niveles, los cuales son: práctico, teórico y metodológico.

A nivel práctico, la siguiente investigación se identificará mediante los niveles que presenta la inteligencia emocional que poseen los agentes pastorales de la iglesia del distrito de Lurín y en función a los resultados se realizará un programa de intervención,

con la finalidad de que los jóvenes tengan un adecuado manejo de sus pensamientos y emociones, como consecuencia un apropiado desarrollo de su salud mental y un mejor desempeño en la vida diaria, desarrollo profesional y personal.

A nivel metodológico, la investigación sobre inteligencia emocional en agentes pastorales de una iglesia del Distrito de Lurín servirá como base a las futuras investigaciones relacionadas con el tema. Así mismo servirá como referencia de futuros programas de intervención.

Respecto al nivel teórico, esta información es importante ya que se puede conocer el nivel de inteligencia emocional, claridad emocional y reparación emocional.

Finalmente, esta investigación proporcionara énfasis sobre el contexto actual para poder generar y emplear estrategias de mejoramiento frente a las circunstancias que se dará en el futuro.

Por ello considero importante y con plena seguridad que los resultados de la investigación contribuirán con el mejoramiento de la calidad de la educación y ello justificará las actividades desplegadas para su realización.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL**

#### **2.1. Antecedentes**

Siguiendo con lo expuesto, se puede decir que se han realizado estudios diversos a nivel mundial y nacional que sirven como investigaciones que respaldan el trabajo científico presentado. Se expondrán a continuación antecedentes que son de vital énfasis para el sustento de este estudio.

En tiempos de hoy hablar de Inteligencia Emocional es situarnos en tiempos de 1990 donde los psicólogos Peter Salovey y Jhon Mayer dan a conocer a través de un trabajo publicado por el periodista Daniel Goleman que significa y la importancia de la Inteligencia Emocional.

Los antecedentes encontrados en la siguiente investigación cuya variable de estudio es Inteligencia Emocional ha sido trabajo referido en ámbitos nacional y extranjero.

##### **2.1.1. Internacionales**

Cerón Perdomo, Pérez-Olmos e Ibañez Pinilla, (2010) Realizaron una investigación titulada “Inteligencia Emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá”, con el objetivo de determinar diferencias en el grado de desarrollo de la inteligencia emocional asociadas con el género y escolaridad. De diseño observacional-comparativo y corte transversal, se empleó la prueba Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) en una muestra de 451 adolescentes, donde se halló que las dimensiones de la inteligencia emocional guardan relación directa y significativa con el género y escolaridad, particularmente los indicadores de Comprensión y Percepción se hallan ligados al sexo femenino.

Ramirez,Larriviere, Canaza, (2015) "Realizaron un estudio sobre la relación entre la Inteligencia Emocional y el desempeño laboral de los trabajadores de una institución educativa de la ciudad de Tacna”. El objetivo principal fue hallar la relación entre inteligencia emocional en el desempeño laboral, sobre la base de un adecuado análisis y/o diagnóstico de las dimensiones de las variables de estudio. El estudio se realizó en la ciudad de Tacna en una empresa de servicios de educación.

La investigación es de “Enfoque Cuantitativo”, a la vez tipo “Descriptivo No Experimental”. La población es definida y se restringe a los docentes en tres niveles de educación básica regular (Inicial, Primaria y Secundaria). Se revelo los resultados que los niveles de Inteligencia Emocional no tienen relación con el desempeño laboral, puesto que no guardan relación significativa de acuerdo a los resultados obtenidos en la prueba estadística. Se debe precisa que existen altos niveles en el estudio con el personal docente, asimismo se recomienda una evaluación periódica en Inteligencia emocional fortaleciendo con talleres, para obtener la capacidad de transmitir valores y desarrollar competencias en sus estudiantes relacionadas en el aspecto de Inteligencia Emocional y Motivacional.

Alecsiuk, (2015) Desarrollo su investigación “Inteligencia Emocional y Desgaste Por Empatía en Terapeutas - Argentina”, esta investigación brinda información del sobre un factor importante que es la inteligencia emocional, teniendo una muestra definida de 158 psiquiatras y también psicólogos de nacionalidad argentina a los que se les evaluaron con una escala de Estados Emocionales (TMMS-24) y la Escala de Agotamiento por Empatía (ESAPE). Los resultados logrados mediante el estudio de regresión lineal múltiple revelaron que la inteligencia emocional se encuentra relacionada con el deterioro de la empatía principalmente con las dimensiones de atención.

Enrique, E. Martinez, J. Guevara, (2015) En su proyecto de investigación relacionan la inteligencia emocional y el desempeño laboral, en la organización Amanecer médico, área administrativa de Cali Colombia. Esta investigación es tipo correlacional, utilizando un modelo correlacional no experimental, se obtuvo una muestra representativa de 23 colaboradores entre hombre y mujeres y se empleó como una recolección de datos: un test desempeño laboral, y el test de Inteligencia emocional TMMS – 24. Teniendo como resultado que hay una correlación alta entre las variables mencionadas, asimismo es relevante el componente emocional para tanto hombres como mujeres para su desempeño en sus puestos de trabajo. Concluyendo que las variables si están relacionadas

### **2.1.2. Nacionales**

Garay, (2014) en su tesis llegó a la conclusión que existe una alta relación del rendimiento académico con la Inteligencia Emocional en los estudiantes de 6to ciclo de la UNMSM en la facultad de educación, mostrando que los alumnos saben controlar sus estados emocionales como Atención, Claridad y Reparación le ayudara a prestar mejor atención a los problemas y captar con claridad las ideas y lograr buenas calificaciones a fin de obtener elevados niveles de rendimiento académico.

Fernández Castillo, (2017), realizo una investigación titulada “Inteligencia Emocional Percibida y Liderazgo transformacional en docentes de una universidad particular” con el objetivo de determinar la relación que existe entre percepción emocional y liderazgo transformacional en un contexto universitario. El diseño que se utilizo es no experimental transaccional de tipo correlacional, se utilizó como instrumento el (TMMS-24) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, y además la adaptación peruana del Cuestionario Multifactorial de Liderazgo (Multifactor Leadership Questionnaire - MLQ) de Bass y Avolio, para medir los niveles de Liderazgo Transformacional, tomando únicamente la Sub escala: Liderazgo Transformacional. Finalmente, los resultados mostraron que existe correlación significativa entre ambas variables de estudio, en especial en la dimensión de “Dirección de personas” con “atención a los propios sentimientos” y “claridad de sentimientos”. Cabe señalar además una correlación significativa entre “motivación inspiracional” y “atención a los propios sentimientos”

Cuno, (2015) Desarrollo una investigación “Relación entre inteligencia emocional y cultura organizacional en docentes de una Institución Particular en Puno”, determinando que existe relación significativa y positiva de los docentes en la Institución Educativa Privada Andrés Avelino Cáceres Puno; mostrando seguridad emocional favorable en la organización, son indisociables, notables en las expresiones, por tanto la inteligencia emocional, mediante la identificación y manejo de emociones, le permite al individuo mantener una percepción de la organización lo que se traduce en la delimitación de la cultura organizacional en el cual interactúa, definiendo así aptitudes, actitudes y reacciones en orden a la percepción que tienen y asumen de la organización.

Salas, (2017) en su investigación titulada “La Inteligencia Emocional de los Colaboradores “Millennials” en la Empresa Ventcorp- Perú” como objetivo principal fue establecer el nivel de inteligencia emocional en los trabajadores millennials de la empresa Ventcorp Perú. Se manejó el inventario de ICE de Bar-On , adaptado en Perú en el 2000, por Zoila Abanto, Leonardo Higuera y Jorge Cueto, la muestra fue de 97 trabajadores, de acuerdo al análisis se señala que el 48% de los trabajadores presenta un nivel promedio de inteligencia emocional, finalmente se concluye que los colaboradores millennials presentan una adecuada capacidad emocional.

Perez, (2018) en su investigación titulada “Inteligencia Emocional en vigilantes de una empresa de seguridad del distrito del Cercado de Lima” como objetivo principal fue determinar el nivel de inteligencia emocional de los vigilantes de una empresa de seguridad de Lima. Utilizo el instrumento de la escala de Inteligencia emocional Meta Scale TMMS 24 creado por Salovey y Mayer los resultados de esta investigación reflejaron que el nivel de inteligencia emocional en los vigilantes de una empresa de seguridad en el distrito del Centro de Lima se encuentran 83,7% en un nivel alto sin embargo existe el 16,3% del personal de vigilancia que deben mejorar su inteligencia emocional, además se evaluó sus dimensiones: atención emocional, claridad emocional y reparación emocional.

### **2.3. Bases teóricas**

En esta sección se hará un análisis sobre las definiciones, teorías y conceptos que se encuentran desarrolladas para explicar lo que es la inteligencia emocional, cómo se ajusta, cómo se ve inmersa en la vida diaria y cómo aspectos que lo originan.

#### **2.2.1 Inteligencia Emocional:**

La expresión “Inteligencia Emocional” fue acentuada por primera vez por Peter Salovey de la Universidad de Yale y John Mayer, de la Universidad de New Hampshire en los años 1990. Quienes lo describían como la destreza para dirigir sus propios sentimientos y emociones así como de los demás, definiéndola como "la capacidad de examinar y regular las emociones de uno mismo para resolver los problemas de manera pacífica, obteniendo un bienestar para sí mismo y para los demás". Años después en 1995 el

periodista y psicólogo en la actualidad Daniel Goleman introdujo en el mercado su libro, “La Inteligencia emocional” (1995), publicándolo y siendo visible a través de los medios de comunicación y el mundo empresarial educativo.

Mayer y Salovey, (1997) Mencionan que la inteligencia emocional ayuda al autoconocimiento emocional para un buen control de las emociones y así promover un incremento emocional e intelectual de la persona.

Mayer y Salovey, (1990) Definió la inteligencia emocional como la habilidad para entender el periodo de ánimo de los demás y los de uno mismo. Conforme a estos autores, esta interpretación es la correlación entre dos definiciones sobre la inteligencia interpersonal como la intrapersonal, la cual propuso Gardner en su Teoría de las Inteligencias múltiples. (Mayer, Salovey y Caruso, 2000).

Goleman, (1995) Manifiesta que la Inteligencia Emocional es la facultad de manejar nuestras propias relaciones emocionales y de los demás.

González (1990) Afirma que la inteligencia emocional es otra forma de la inteligencia social que implica el control de sentimientos y emociones ajenos, diferenciarlos y emplearlos como ayuda a la orientación del juicio crítico y de las acciones.

BarOn, (1997), toma la idea de Mayer y Salovey, (1990). Acerca de la Inteligencia Emocional: La describe como un conjunto de conocimientos y habilidades emotivas y sociales que influyen en la capacidad general de afrontamiento efectivo ante las contrariedades del entorno. Esto implica capacidad de conciencia, comprensión y control de emociones.

Hoy en día necesitamos una visión distinta referida a la inteligencia humana que nos permita ir más allá de aspectos cognitivos e intelectuales, que permita entender al ser humano y darle el lugar que le corresponde al mundo emocional que todo ser posee y que se relaciona directamente con cada una de las actividades que realizamos. En estudios realizados por especialistas especialmente por Goleman se afirma que a la hora de alcanzar un éxito personal, profesional, social, se necesita no solo de conocimientos sino de saber conocer y entender nuestras emociones para poder actuar adecuadamente en el momento y lugar oportuno.

En la era que vivimos necesitamos una visión distinta de inteligencia humana necesitamos no solamente hablar de un coeficiente intelectual promedio o mayor o aspectos cognitivos, sino también hablar de nuestras emociones como ser humano, sentimientos, características, destrezas, emociones que todo ser humano posee y relacionarlas directamente con cada una de las actividades que realizamos día a día.

### **2.2.2 Elementos de la Inteligencia Emocional**

Los elementos de la inteligencia emocional es el manejo de emociones, la motivación personal, la empatía con los demás y las relaciones sociales interpersonales e intrapersonales.

**Control de las emociones:** Capacidad que permite utilizar nuestras habilidades básicas como controlar sentimientos y adaptarlos en el momento

**Empatía:** Habilidad para reconocerse a uno mismo y entender las emociones de los demás.

**La motivación:** Habilidad para encontrar soluciones frente a los problemas ya sea estando en búsqueda y persistencia con la intención de cumplir los objetivos.

Capacidad de motivarse uno mismo, teniendo un control de la vida emocional.

**Autoconciencia:** capacidad de los seres humanos de poder interpretar los mecanismos mentales, físicos y emocionales que viven día a día utilizando los componentes: la de vincular estados físicos emocionales, y la manera de manejar, controlar, detectar y dirigir el pensamiento, conducta y sentimiento negativo como positivo.

**Relaciones Sociales:** Cultivar relaciones adecuadas para reconocer los conflictos, encontrar una solución y percibir el estado de ánimo de las personas ajenas.

### **2.2.3 Teorías de la Inteligencia Emocional**

#### **Modelo de Mayer y Salovey (Modelo de habilidad)**

Define la inteligencia emocional como la capacidad de acerca de las emociones para mejorar el pensamiento, lo que incluye la capacidad para percibir con precisión y para regular reflexivamente las emociones con el fin de promover el crecimiento emocional e intelectual (Mayer y Salovey, 1990)

Como sabemos la personalidad es un patrón de actitudes, pensamientos, sentimientos y repertorio intelectual que caracteriza a una persona y que es manifestada a lo largo de su vida.

Este modelo presenta dos postulados teóricos, uno presentado en 1990 y otra reformulada el año 1997, se estudia inteligencia emocional el cual se generaliza a través de cuatro habilidades básicas.

#### **A) Modelo de la Inteligencia Emocional Percibida**

Este modelo se centra en el metaconocimiento o creencias individuales que poseen las personas con respecto a conceptos propios de la Inteligencia emocional como habilidad emocional, define a la Inteligencia emocional como la capacidad para supervisar los sentimientos y emociones propias y de los otros, de discriminar entre ellos y de emplear esa información para guiar la acción y los pensamientos.

Las dimensiones básicas de la Inteligencia Emocional Percibida son:

##### **a) La Atención Emocional**

El factor de atención emocional es donde se perciben los sentimientos propios en el mismo momento en el que se dan.

La percepción de los estados emocionales consiste en el registro de los estímulos emocionales en sí mismo.

Maneja dos capacidades: la percepción emocional personal la cual busca que la persona dirija y mantenga la atención sobre uno mismo y en los demás a través de la expresión

fácil y de otros elementos como la voz o la expresividad corporal. La percepción emocional interpersonal que consiste en disponer de una óptima conciencia de las emociones de los demás, es decir poder identificar las señales corporales de los otros. Los elementos requeridos por la percepción y con los cuales obtenemos información del mundo externo tenemos: la recepción sensorial (proveniente de los sentidos), la estructuración simbólica (es la representación de un concepto), y los elementos emocionales (ligados a los procesos emocionales)

#### b) La Claridad Emocional

Es la habilidad para Identificar y comprender los propios estados emocionales reconociendo la causa que los genera.

Presenta una competencia personal que es la integración de la emoción y la razón, y una competencia social que es la empatía.

Al integrar la emoción con el razonamiento lo que permite es contar con un razonamiento más inteligente y por ende tomar decisiones más acertadas, mientras que empatizar es posicionarse emocionalmente en el lugar de la otra persona y ser consciente de qué sentimientos tiene, así como el origen de ellos y las implicaciones que pudiera tener en su vida.

Las emociones son conocidas como los estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica, reflejada en los comportamientos internos y externos. La emoción siempre se mantuvo cercana al cuerpo y a la razón, vigila y evalúa constantemente todo tipo de situaciones que se nos presentan.

#### c) La Reparación de las emociones

Es la capacidad que tiene la persona de impedir los efectos negativos de esa emoción y utilizar los aspectos positivos que permiten conocer y comprender la emoción con la finalidad de actuar sin perjudicarse.

La reparación emocional va dirigida hacia uno mismo y hacia los demás, por ello encontramos:

- Regulación emocional personal, capacidad para no generar respuestas emocionalmente descontroladas, lo que implica reconocer los sentimientos, experimentarlos y manejar esa información de la forma más efectiva.
- Resolución de conflictos interpersonales, habilidad para relacionarse con los demás, aquí encontramos habilidades emocionales específicas como: la capacidad para ofrecerse a otros, saber escuchar y saber responder en el momento oportuno, emplear la crítica constructiva, tener honestidad, llegar a acuerdos, saber defender las ideas propias respetando a los demás.

B) Modelo de la I.E como Procesamiento de la Información. Aquí intervienen procesos psicológicos básicos (percepción y facilitación emocional) y procesos psicológicos complejos (comprensión y análisis de información emocional y regulación de emociones)

a) Percepción, evaluación y expresión de las emociones: Una adecuada percepción implica saber leer los propios sentimientos y emociones, etiquetarlos y vivenciarlos La forma de evaluar nuestro grado de conciencia emocional está unida a la capacidad de poder describir las emociones, expresarlas con palabras y darles una etiqueta verbal correcta.

b) Facilitación emocional del pensamiento: puesta en práctica de habilidades de competencia para priorizar el pensamiento, generar y revivir emociones, y habilidad para usar los estados emocionales para facilitar la solución de problemas y la creatividad.

c) Comprensión y análisis de las emociones: Responde a dos habilidades: habilidad para etiquetar las emociones y habilidad para entender las relaciones asociadas con las emociones.

d) Regulación de emociones: Consiste en dirigir nuestras reacciones emocionales ante situaciones intensas, siendo positivas o negativas, aquí encontramos 2 habilidades: con capacidad de apertura y regulación emocional para el crecimiento integral en la persona.

Tabla 1. Modelo de Mayer y Salovey

<b>Dimensiones</b>	<b>Definiciones</b>
<i>Percepción</i>	<i>Capacidad de sentir y expresar sentimientos adecuadamente</i>
<i>Comprensión</i>	<i>Comprensión de los estados emocionales</i>
<i>Regulación</i>	<i>Capacidad de regular el estado emocional</i>

### **Modelo de BarOn (Modelo Mixto)**

En el modelo de BarOn, (1997), la capacidad de reconocimiento y expresión de emociones, la comprensión de sí mismo, actualización de potenciales para llevar una vida saludable, son características de una persona emocionalmente inteligente. Por otro lado, estas personas son capaces de comprender sentimientos ajenos y sostener adecuadas relaciones interpersonales sin caer en la dependencia de los otros. Asimismo, suelen ser optimistas, flexibles, realistas, con capacidad de resolución de problemas sin perder el control de sí mismos a consecuencia del estrés.

Así de acuerdo con el modelo de BarOn, la inteligencia general está compuesta por la inteligencia cognitiva, evaluada por el CI, como por la inteligencia emocional por el CE (coeficiente emocional). Las personas saludables que funcionan bien y son exitosas, poseen un grado suficiente de inteligencia emocional. La inteligencia emocional se desarrolla a través del tiempo, cambia a través de la vida, y puede ser mejorada con el entrenamiento y por intervenciones terapéuticas.

El modelo de BarOn es multifactorial, se relaciona con el potencial para el rendimiento en sí mismo, es un modelo orientado en el proceso antes que en el modelo orientado hacia los logros. Así mismo el modelo de BarOn comprende cinco componentes principales: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general. Cada una de estas dimensiones involucran un número de subcomponentes que son relacionadas, que han sido descritas y procesadas en el estudio de la inteligencia emocional en los adultos. Ugarriza, (2001).

La propuesta de BarOn refiere que la inteligencia global es resultado de los procesos cognitivos y emocionales; así se tiene que las personas con mayor éxito y estabilidad presentan un nivel adecuado de inteligencia emocional el cual puede evolucionar con el paso del tiempo, es modificable y puede ser optimizados mediante intervenciones y entrenamientos terapéuticos.

Comprende 5 componentes principales:

Tabla 1. Modelo de Inteligencia Emocional de BarOn

<b>Áreas</b>	<b>Componentes</b>
<b>Intrapersonal</b>	Comprensión de sí mismo Asertividad Autocontrol Autorrealización Independencia
<b>Interpersonal</b>	Empatía Relaciones Interpersonales Responsabilidad Social
<b>Adaptabilidad</b>	Solución de problemas Prueba de la realidad Flexibilidad
<b>Manejo de estrés</b>	Tolerancia al estrés Control de impulsos
<b>Estado de Ánimo</b>	Felicidad Optimismo

### **Modelo Goleman (Modelo de competencia)**

Goleman, (1995) Según el libro publicado sobre “Inteligencia emocional”, se establece la inteligencia emocional en cinco capacidades, conocer los sentimientos y las emociones, manejarlos, gestionar relaciones y fomentar la propia motivación” Define la Inteligencia Emocional como el conjunto de competencias cognitivas y no cognitivas que facilita al sujeto el manejo de las emociones propias y de los demás.

Goleman, incluyendo un conjunto de caracteres de personalidad como la autoconciencia, autorregulamiento, automotivación, manejo de estrés o áreas comportamentales de manejo en las relaciones interpersonales agrupando las áreas de personalidad (Goleman, 2002). Este

modelo fue diseñado referente a las competencias genéricas y ocupaciones administrativas y está constituido por dos aptitudes intrapersonal e interpersonal contiendo escalas de autocontrol, empatía, motivación, habilidades sociales etc.

Tabla 2. Modelo de Inteligencia Emocional de Goleman

<b>Componente</b>	<b>Dimensión</b>
<i>Autoconciencia</i>	Autoconciencia Emocional Autoevaluación
<i>Autorregulación</i>	Autoconfianza Autocontrol Confiabilidad
<i>Automotivación</i>	Responsabilidad Adaptación Innovación Motivación de logro Compromiso Iniciativa Optimismo Empatía
<i>Empatía</i>	Conciencia Organizacional Orientación de servicio Desarrollo de los demás Aprovechamiento de los demás Liderazgo Comunicación Influencia
<i>Habilidades Sociales</i>	Gestión de Conflictos Construcción de Alianzas Colaboración Trabajo en equipo

#### 2.2.4 Inteligencia

Destreza que presenta todo ser humano para la resolución de problemas, para saber, aprender, entender y razonar.

De acuerdo a David Wechsler definió la inteligencia como la capacidad global de la persona con el objetivo de pensar racionalmente para enfrentar en un modelo eficaz.

En esta definición la inteligencia es la capacidad de buscar alternativas de solución para la resolución de problemas.

## **Inteligencias Múltiples**

Howard Gardner (1995) propone la teoría de la inteligencia múltiples, el menciona que todo ser humano poseen diferentes inteligencias en muchas áreas ya sea para desenvolverse en el entorno en el que viven como también para resolver problemas con una determinada habilidad, es mediante esta teoría él explica las competencias cognitivas como una serie de conjuntos de habilidades.

### **2.3 Definiciones conceptuales de la variable de Investigación**

Es la disposición que tienen los seres humanos para percibir y generar las emociones facilitando el pensamiento mediante aspectos significativo para el crecimiento tanto emocional como intelectual. Mayer, Salovey y Caruso, (2000).

**Inteligencia emocional:** Es la facultad para crear empatía, manejar y controlar las emociones a fin de solucionar los problemas que se puedan presentar en su entorno.

## **CAPÍTULO III METODOLOGÍA**

### **3.1. Tipo y diseño utilizado**

#### **3.1.1. Tipo y enfoque**

La siguiente investigación es no experimental, transaccional o transversal, mediante la recolección de datos, teniendo como objetivos describir y analizar la variable mediante en un momento dado. (Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P., 2006). En este caso, se pretende conocer la inteligencia emocional en jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.

#### **3.1.2. Nivel**

Esta investigación se elaboró mediante el nivel descriptivo de investigación científica, la cual nos permite ser específicos con las propiedades, características de nuestro objeto o población a investigar, lo que nos permite realizar una descripción de la población con respecto a un hecho en particular y un diagnóstico. En la cual solo se concentra en la recolecta de información y la medición independiente de una variable en una determina sociedad (Sánchez y Reyes, 2006).

#### **3.1.3. Diseños de investigación**

Esta investigación tiene un diseño no experimental perteneciendo a un corte transversal. Según Liu y Tucker (como se citó en Hernández *et al.*, 2014) por la cual no está ligada al aspecto de manipulación de la variable estudiada, el diseño transversal determina que el procedimiento de recolección de datos solo se dará en determinado tiempo. Teniendo como principal objetivo la observación científica de una variable en un contexto cultural determinado no siendo provocadas intencionalmente por el investigador (Fernández *et al.*, 2014).

## **3.2. Población y muestra**

### **3.2.1. Población**

La población está conformada por 120 jóvenes agentes pastorales de “Catedral San Pedro” del distrito de Lurín- Lima 2018.

Con respecto a la población de este estudio, se evaluará a agentes pastorales de la “Catedral San Pedro” del Distrito de Lurín.

Por lo cual, se solicitó al sacerdote responsable la información correspondiente por medio de una carta para conocer los jóvenes pertenecientes a los grupos asistentes a la Catedral. Por medio de la respuesta se obtuvo que hay 120 asistentes.

### **3.2.2. Muestra**

La muestra está constituida por 71 jóvenes agentes pastorales de “Catedral San Pedro” del distrito de Lurín- Lima 2018. El tipo de muestra es no probabilístico de tipo intencional dado a la elección de la cantidad de sujetos estuvo determinado por la autora de investigación, con el fin de describir, inteligencia emocional en los estudiantes (Fernández et al., 2014).

## **3.3. Identificación de la variable y su operacionalización**

### **Inteligencia Emocional en Jóvenes agentes pastorales**

Como bien se ha descrito la Inteligencia emocional se da mediante procesamiento de información, experiencia en donde interviene el medio cultural con respecto a la variable, y de la cual el sujeto tiene una intención a realizar una acción mediante el proceso cognitivo, a nivel de afecto y comportamental.

#### **3.3.1. Operacionalización de la variable**

Definiremos la operacionalidad de la variable en inteligencia emocional a través de la tabla 5 los cuales se dividen en 5 partes: definición, operacional, indicador o ítems, calificación y escala de medición.

Tabla 5  
Operacionalización de la variable *Inteligencia Emocional*.

VARIABLE	DEFINICIÓN TEÓRICA	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS		
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Inteligencia emocional	ATENCIÓN EMOCIONAL	*Percepción Emocional	1,2,3,4,5,6,7,8		
	consiste en la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; poder comprender la emoción y el conocimiento emocional, es la habilidad para regular las emociones para promover el crecimiento emocional e intelectual.	CLARIDAD EMOCIONAL	*Percepción Emocional Interpersonal			88-120=
		REPARACIÓN A LAS EMOCIONES	*Integración de la Emoción y la Razón.	9,10,11,12,13,14,15,16		Alto
			*Empatía	17,18,19,20,21,22,23,24		56-87=
			*Regulación Emocional Personal.			24-55=
			*Resolución de Conflictos Interpersonales.			Bajo

*Elaborado por la autora.*

### **3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico**

#### **3.4.1. Técnicas**

La técnica para recolección fue una encuesta, que nos permite procesar los datos del TMMS-24 adaptado por Fernández-Berrocal, esta técnica es utilizada en el ámbito de la psicología de la investigación, por presentar las siguientes características: rapidez y confiabilidad según (Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P., 2006).

#### **3.4.1. Instrumento**

Los datos fueron obtenidos mediante la aplicación del siguiente instrumento:

El instrumento que se utilizó fue la escala TMMS-24, del autor Salovey y Mayer (1995), adaptada al castellano por Fernandez- Berrocal (2004),

Sus creadores la diseñaron con la finalidad de evaluar la inteligencia emocional intrapersonal percibida.

Este instrumento evalúa lo que los autores denominan Inteligencia Emocional Percibida (IEP), es decir, el metaconocimiento que las personas tienen de sus habilidades emocionales. Está compuesta por 24 ítems tipo Likert con un rango de puntuación que oscila entre 1 y 5, donde 1 significa nada de acuerdo y 5 totalmente de acuerdo.

A su vez los ítems están marcados por tres dimensiones de tipo interpersonal: Atención, Claridad y Reparación Emocional, cada uno de los cuales se de 8 ítems.

#### **Ficha Técnica**

Nombre: Trai Meta- Mood Scale (TMMS-24) / Escala de Inteligencia Emocional

Autores: Peter Salovey y John Mayer (1995)

Adaptación: Fernández- Berrocal, Extremera N y Ramos, N. (2004), Sánchez (2005)

Estandarización y normalización: Dr. Edmundo Arévalo y Jenny Valera Gálvez, (2015)

**Origen:** Estados Unidos

**Ámbito de aplicación:** personas mayores de 17 años.

**Aplicación:** Se puede aplicar de forma individual.

**Duración:** La duración es de 10 minutos máximo.

**Administración:** Se puede aplicar de forma individual o colectiva.

**Calificación:** la presente prueba nos brinda una información de cada una de la dimensión, atención emocional, claridad emocional y reparación emocional, se suma los ítems del 1 al 8 para la dimensión atención emocional, los ítems del 9 al 16 para la dimensión claridad emocional y del 17 al 30 para la dimensión reparación de las emociones. Finalmente se suma las puntuaciones y se obtiene un puntaje de acuerdo a la dimensión.

Para corregir y obtener la puntuación General, se sumó los ítems del 1 al 24.

Luego se ubicó la puntuación en el rango establecido: P. MAX= 120 y P. MIN=

$$24 \cdot 96/3 = 32$$

**Propósito:** Evaluar el nivel de inteligencia emocional en las tres dimensiones de la prueba (comprensión emocional, percepción emocional y regulación emocional).

**Ítems del cuestionario:** El cuestionario consta de 24 ítems divididos en tres partes, cada uno representa el tema materia de investigación y con tres dimensiones.

Distribución de dimensiones e ítems

DIMENSIÓN	ITEMS	TOTAL DE ITEMS
ATENCIÓN	1,2,3,4,5,6,7,8	8
CLARIDAD	9,10,11,12,13,14,15,16	8
REPARACIÓN	17,18,19,20,21,22,23,24	8

Interpretación:

De 24 a 55 puntos significa baja I.E

De 56 a 87 puntos significa regular I.E

De 88 a 120 puntos significa alto I.E

El TMMS-24 contiene 24 elementos claves, con 8 ítems por cada dimensión y evalúa las siguientes características emocionales:

Mide las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones, así como de nuestra capacidad para regularlas.

Como su nombre indica, la escala se compone de 24 ítems que deben ser puntuados con una escala tipo Likert de cinco puntos ( desde 1= Nada de acuerdo, hasta 5= Totalmente de Acuerdo), los cuales se agrupan en las siguientes dimensiones:

- Atención emocional: se refiere a la percepción percepción de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada. Está compuesta por ocho ítems (por ejemplo: “Presto mucha atención a los sentimientos”); el coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach, encontrado por Fernández-Berrocal et al. (2004) fue de .90.

- Claridad emocional: Esta dimensión evalúa la percepción que se tiene sobre la comprensión de los propios estados emocionales. Incluye ocho ítems (por ejemplo: “Puedo llegar a comprender mis sentimientos”); el coeficiente de fiabilidad encontrado por los autores es de .90.

Reparación emocional: Mide la capacidad percibida para regular los estados emocionales de forma correcta. Se compone de ocho ítems; el coeficiente de fiabilidad según los autores es de .86.

Las puntuaciones de las dimensiones varían según el sexo

<b>Puntuaciones</b>		
	<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
Atención	Debe mejorar su atención : presta poca atención < 21	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 24
	Adecuada atención 22 a 32	Adecuada atención 25 a 35
	Debe mejorar su atención : presta demasiada atención > 33	Debe mejorar su atención : presta demasiada atención > 36
Claridad	Debe mejorar su claridad < 25	Debe mejorar su claridad < 23
	Adecuada claridad 26 a 35	Adecuada claridad 24 a 34
	Excelente claridad >36	Excelente claridad > 35
Reparación	Debe mejorar su reparación <23	Debe mejorar su reparación <23
	Adecuada reparación 24 a 35	Adecuada reparación 24 a 34
	Excelente reparación >36	Excelente reparación >35

**Confiabilidad:** El instrumento para la adaptación española presentó una confiabilidad ( $r=0,90$ ) para Atención emocional, ( $r=0,90$ ) para Claridad emocional y ( $r=0,86$ ) para Reparación emocional.

La confiabilidad obtenida para la presente investigación fue 0,734 en Atención emocional, 0,734 en Claridad emocional y 0,672 en Reparación emocional, lo cual demuestra que el instrumento es confiable.

**Aspectos psicométricos** Para esta investigación se usó el instrumento adaptado para la población organizacional en Lima Perú por Sánchez (2015).

Sus resultados de confiabilidad son de 0.88 mediante del Alfa de Cronbach.

## CAPÍTULO IV

### PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

#### 4.1. Procesamiento de los resultados

Los resultados del Test Trait – Mood Scale(TMMS-24) fueron procesados y codificada a través del paquete estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS) versión 21, se realizó un análisis descriptivo para poder crear tablas de frecuencias, porcentajes y tablas cruzadas.

De otro lado, también se utilizó la hoja de cálculo Excel para el empleo de figuras, con el propósito de establecer los porcentajes entre cada uno de los objetos a medir, aplicando las siguientes técnicas estadísticas: Valor, mínimo, Máximo y Media aritmética.

#### 4.2. Presentación de los resultados

Se presentan los resultados obtenidos del TMMS-24 de la evaluación aplicada a los jóvenes agentes de una iglesia del Distrito de Lurín, así mismo se muestra los resultados en las siguientes tablas estadísticas, frecuencia y gráficos.

Tabla 3. Medidas Estadísticas Descriptivas de la Variable de Investigación Inteligencia Emocional

Tabla 3

*Media, mínimo y máximo del total*

Valores	
Válidos	71
Perdidos	0
Media	85,3944
Mínimo	51,00
Máximo	113,00

*Elaborado por la autora.*

El estudio realizado a 71 sujetos, sobre inteligencia emocional tiene como interpretación los siguientes datos:

Se puede visualizar que la inteligencia emocional promedio de la muestra es 85,4 que se categoriza como “adecuada” Capacidad emocional, lo cual significa que están en el promedio de la muestra. Con un valor mínimo de 51 que se categoriza como “Muy bajo” capacidad emocional por debajo del promedio, y un valor máximo de 113 que se categoriza como “Marcadamente alta” lo que significa que por lo menos un agente pastoral se encuentra en extremo de una inteligencia emocional muy bajo y por lo menos un gente pastoral posee una inteligencia emocional marcadamente alta.

A continuación expondremos la tendencia de los evaluados para con las dimensiones, cuántos de los Jóvenes agentes pastorales poseen una adecuada y poca Inteligencia Emocional.

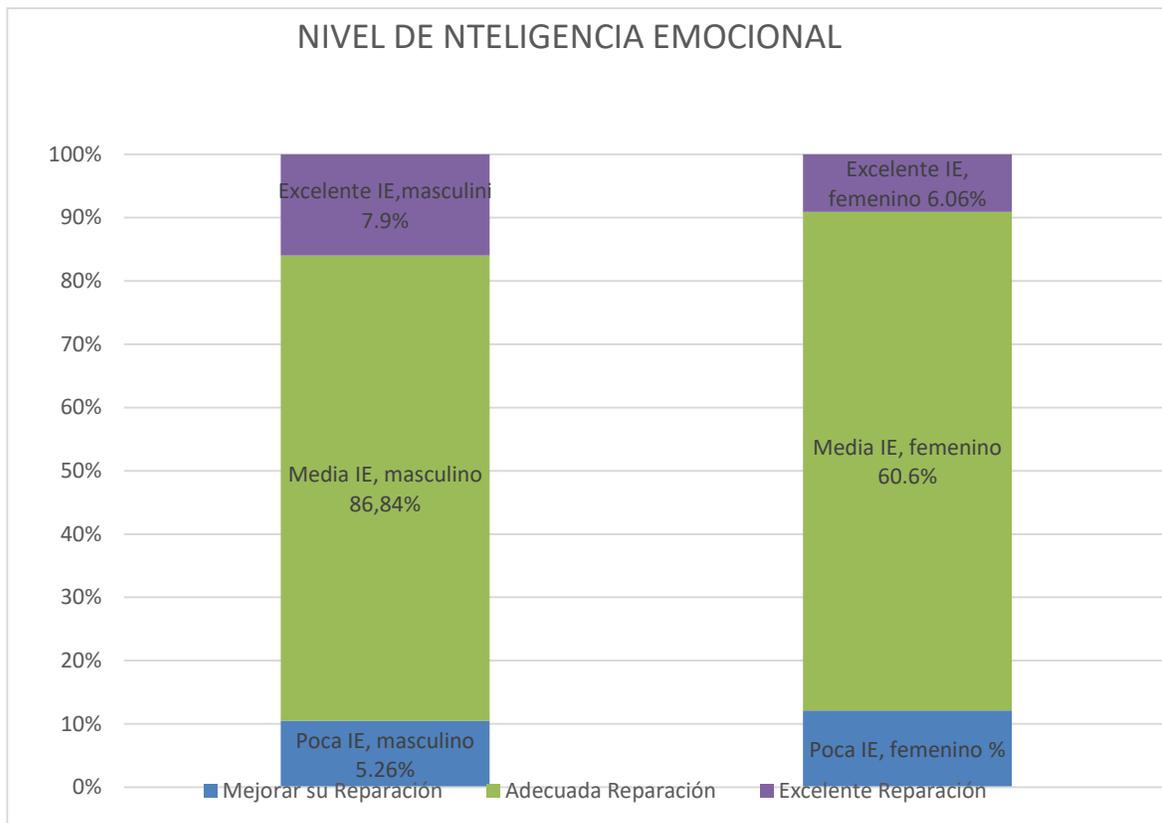
### 4.3 Nivel Total de Inteligencia Emocional

#### Resultados del Objetivo General

De acuerdo al objetivo General, que es conocer el nivel de inteligencia emocional en los jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín Se presenta:

<i>NIVEL DE IE</i>	<i>MASCULINO</i>		<i>FEMENINO</i>		<i>TOTAL</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
<i>Poca IE</i>	2	5.26	11	33.3	13	18.30
<i>Regular IE</i>	33	86.84	20	60.60	53	74.64
<i>Alta IE</i>	3	7.9	2	6.1	5	7.04
<i>Total</i>	38	100%	33	100%	71	100%

**Figura1.** Frecuencia porcentual del Nivel Total de Inteligencia Emocional.



Al observar la tabla 5 y la figura 1, se puede evidenciar que el 74.64% de los agentes pastorales presentan un nivel regular de inteligencia emocional, el 7.04% presenta un nivel alto de inteligencia emocional y el 18.31 % debe mejorar su nivel de Inteligencia Emocional.

### 4.3.1 Nivel de atención emocional

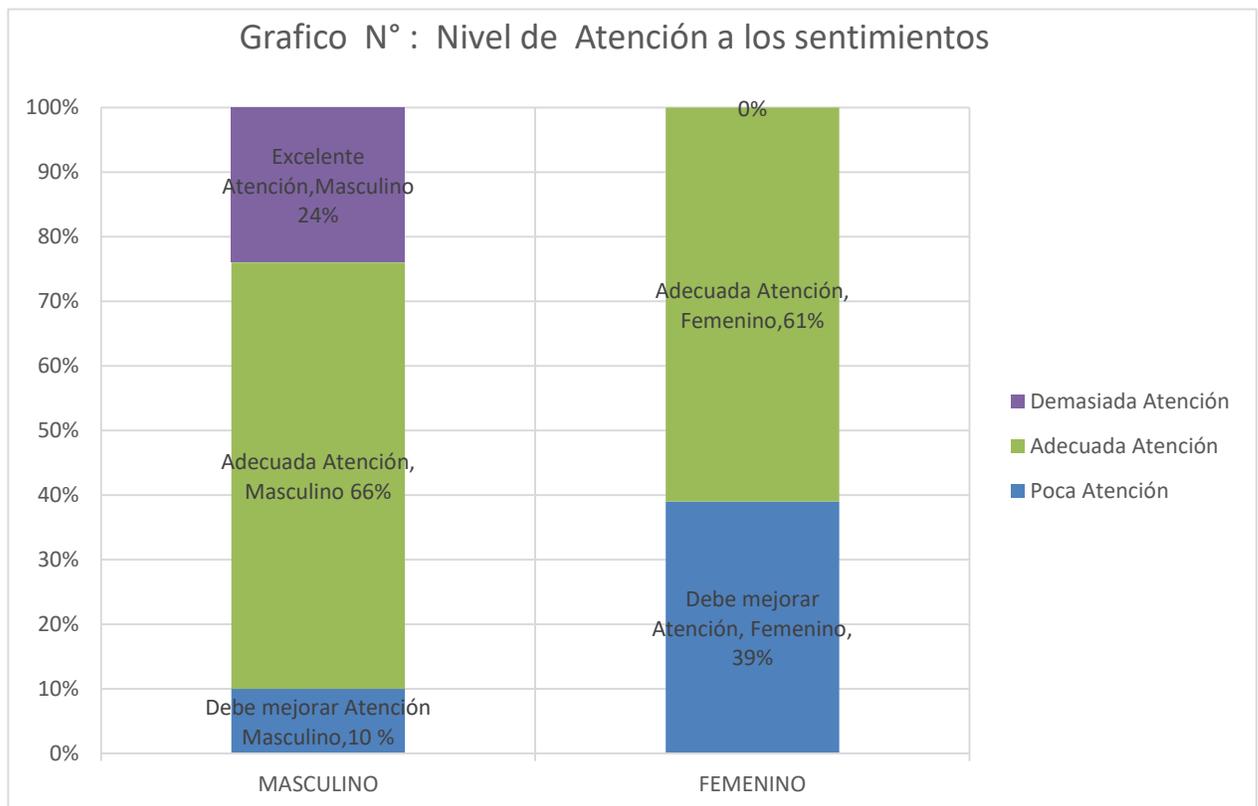
#### Objetivo específico 1

**Tabla 6**

De acuerdo al objetivo específico N°1, que es conocer la dimensión de atención a los sentimientos en los Jóvenes catequistas de una iglesia del distrito de Lurín. Se presenta los siguientes resultados.

Nivel de Atención	Masculino		Femenino		Total	
	F	%	f	%	f	%
Debe mejorar Atención	4	10,00%	13	39,00%	17	24%
Adecuada atención	17	15,6%	20	61%	45	63%
Excelente Atención	4	3,7%	0	0%	9	13%
Total	38	100%	33	100%	71	100%

Figura 2. Frecuencia porcentual del Nivel de Atención Emocional.



En la tabla 6 y la figura 2 se evidencia los niveles de atención emocional en la cual podemos observar que la mayor proporción (63%) de jóvenes presta una adecuada atención, el 24 % debe mejorar atención y el 13 % presta una excelente atención a los temas que se le pregunta. Esto nos indica que los jóvenes agentes pastorales saben manejar el grado de atención a sus emociones y mantener buenas relaciones con sus semejantes, lo cual ayudara a la empatía con los de su entorno a los feligreses.

Haciendo un análisis por sexo se observa que los hombres el 66 % presta una adecuada atención, el 10% debe mejorar su atención y el 24% presta excelente atención, y las mujeres el 61% presta una adecuada atención, el 39% debe mejorar su atención y el 0% presenta una excelente atención. Del análisis por sexo podíamos decir que los hombres saben manejar con mayor grado de atención sus emociones y mantener buenas relaciones con sus semejantes, y las mujeres son más sensibles les cuesta manejar sus emociones.

**Interpretación:**

De acuerdo a los resultados expuestos en la tabla, se concluye que los agentes pastorales que presentan la Dimensión Atención emocional en grado debe mejorar su grado de Atención piensan que les cuesta percibir sus propias emociones es decir sentir y expresar sus emociones de forma adecuada y con naturalidad.

### 4.3.2 Nivel de Claridad emocional

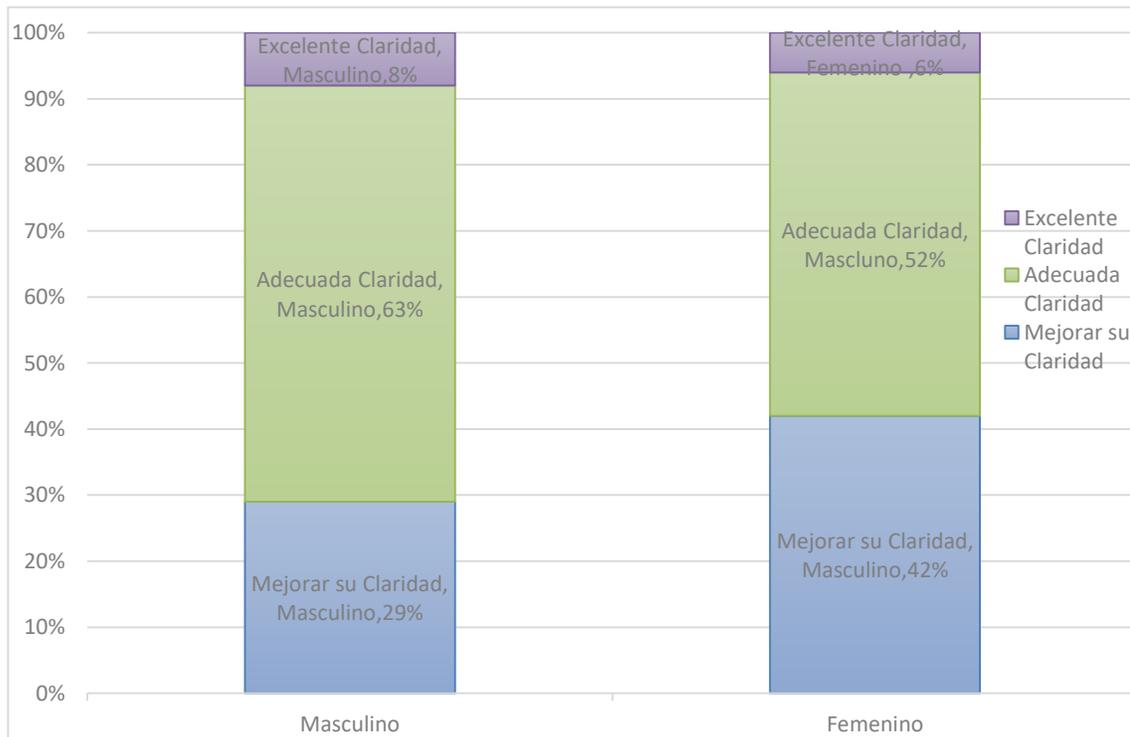
De acuerdo al objetivo específico N° 2, que es indicar la dimensión de claridad emocional en los jóvenes catequistas de una iglesia del distrito de Lurín. Se presenta los siguientes resultados en la tabla 7.

**Tabla 7**

*Dimensión de Claridad Emocional en Jóvenes agentes Pastorales*

Nivel de Claridad	Masculino		Femenino		Total	
	f	%	F	%	f	%
Debe mejorar Claridad	11	28.94%	14	42.42%	25	35.21%
Adecuada claridad	24	63.15%	17	51.51%	41	57.74%
Excelente Claridad	3	7.9%	2	6.06%	5	7.04%
Total	38	100%	33	100%	71	100%

Figura 4. Frecuencia porcentual del Nivel de Claridad Emocional.



En la tabla 7 y figura 4, se puede apreciar el nivel de claridad emocional de los agentes pastorales, el 35.21% de agentes pastorales debe mejorar su claridad emocional, el 58% muestra una adecuada claridad emocional y el 7% muestra una excelente claridad emocional. Esto nos indica que la mayor proporción de agentes pastorales identifican y comprenden los estados emocionales de sí mismo y de sus compañeros, los cuales les permite tomar decisiones adecuadas para comprenderlos mejor y ayudarlos a solucionar sus problemas.

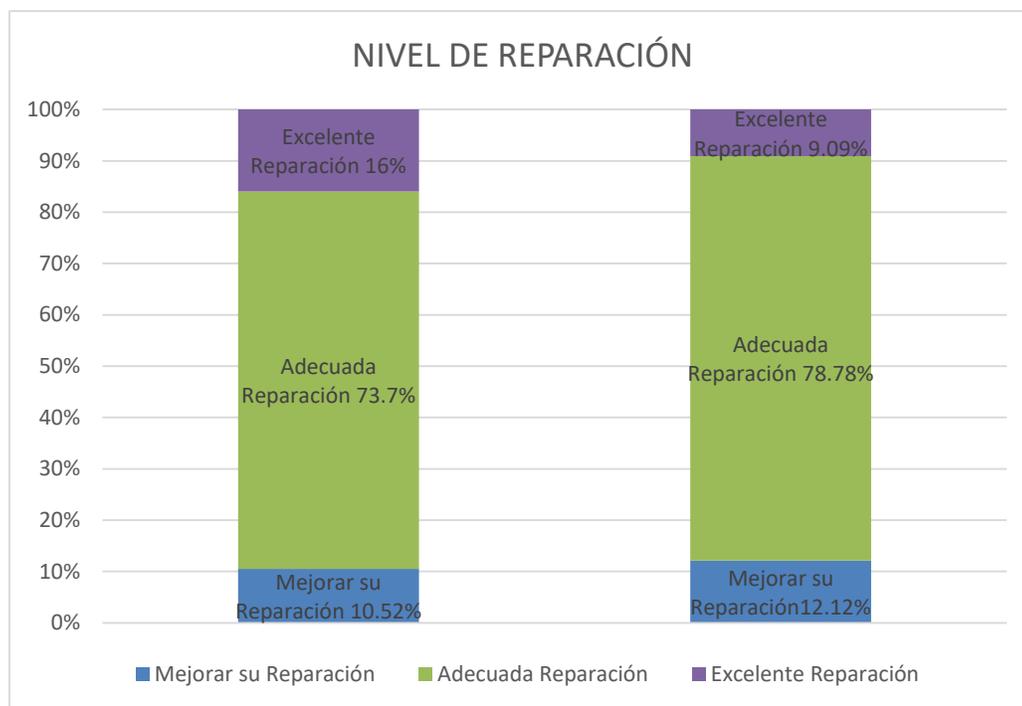
#### 4.3.3 Nivel de reparación emocional

De acuerdo al objetivo específico N° 3, que es conocer la dimensión de reparación de los sentimientos en los jóvenes catequistas de una iglesia del distrito de Lurín.

**Tabla 8**

Nivel de Reparación	Masculino		Femenino		Total	
	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Debe mejorar	2	10.00%	4	12.12%	8	11.26%
Atención Adecuada reparación	28	74%	26	79%	54	76.05%
Excelente reparación	6	16%	3	9.09%	9	12.67%
Total	38	100%	33	100%	71	100%

Figura 4. Frecuencia porcentual del Nivel de Reparación Emocional.



En la tabla 8 y la figura 4, se puede apreciar el nivel de reparación emocional de los agentes pastorales, el 11% de jóvenes agentes pastorales debe mejorar su reparación hacia las emociones, el 76% presenta una adecuada reparación hacia sus emociones y el 13% muestra excelente reparación hacia sus emociones.

### 4.3 Análisis y discusión de resultados

En la presente investigación se ejecutó en relación a los niveles en la inteligencia emocional en jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una iglesia del distrito de Lurín, se aplicó el instrumento de Inteligencia Emocional Meta – Moot Scale (TMMS 24) adaptado por Sánchez (2015). Se elaboró una base de datos para el procesamiento de la información para así poder discutirlo en la presente investigación, por lo consiguiente mencionare algunas investigaciones referente a los hallazgos encontrados en cuanto a la variable y se hará referencia de estos autores para sustentar las teorías propuestas, en esta investigación se tuvo como objetivo identificar los niveles

de inteligencia emocional, se hayo que el 18.31% de agentes pastorales presenta un nivel bajo de inteligencia emocional, 7.04% de agentes pastorales presentan un nivel alto de inteligencia emocional y un 74.65% un nivel regular, este resultado es similar a la investigación realizada por (Garay, 2014) quien hace referencia de los estudiantes de 6to ciclo presentan un adecuado nivel de inteligencia frente a los problemas que se les presenta, mostrando un adecuado desempeño estudiantil ya que les permitiría poder organizarse.

Podemos evidenciar que en la dimensión atención emocional los agentes pastorales obtienen un puntaje alto, referente a los autores (Extremera, N., & Fernández, P, 2003), se enfocan en la habilidad de atención emocional como la capacidad del reconocimiento de emociones propias y de los demás, asimismo podemos evidenciar que un 24% de los jóvenes agentes pastorales deben mejorar su atención emocional, según el autor (Mayer y Salovey, 1990), refiere que una baja percepción la emoción la persona no es capaz de expresar las emociones adecuadamente en cuanto a percibirlas, valorarlas, identificar y expresarlas, de acuerdo a investigaciones.

En la dimensión claridad emocional podemos evidenciar que los puntajes altos de agentes pastorales se encuentran en un nivel intermedio lo cual quiere decir que el agente pastoral de acuerdo con el autor (Garay, 2014) refiere que los sujetos con alto nivel de claridad emocional tienen la habilidad de expresar y sentir sus sentimientos de manera adecuada.

En la dimensión de reparación emocional se puede apreciar que los agentes pastorales tienen mayor tolerancia y frustración ante situaciones incómodas que se les presente. (Goleman, 1995) plantea que la regulación emocional es principal en el desenvolvimiento laboral dentro de una organización puesto que implica una motivación compuesta por el logro de metas, relaciones efectivas con los demás, tolerancia a la frustración, lo que es importante ya que permite tomar decisiones que faciliten adaptarse a los cambios en el sitio de trabajo.

#### 4.4. Conclusiones

- El análisis de la media (85,39) se pudo categorizar que está en nivel promedio en cuanto al nivel de Inteligencia emocional en jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.
- La muestra evaluada presenta que los agentes pastorales mantienen su nivel de inteligencia emocional promedio (75%) y por mejorar (18.31%) tal y como se muestra en la figura 1. Con este resultado se puede decir que los jóvenes agentes pastorales pueden ir mejorando a lo largo del tiempo.
- En relación a la dimensión Atención a los sentimientos, (13%) presenta excelente atención a los sentimientos y el (24%) debe mejorar su atención a sus sentimientos. No se evidencia diferencias altamente significativas de estos resultados porque se puede decir que el (63%) presenta Adecuado nivel de atención a sus sentimientos. Sin embargo cabe resaltar que el 24% de la muestra no percibe sus sentimientos propios y de otras personas en el mismo momento que se dan sintiéndose interferidos por otros estímulos o no estar altamente concientizados de sus emociones y de los demás.
- Respecto a la dimensión de Claridad Emocional, se obtuvo que el 7% muestra una excelente claridad emocional y un 35% debe mejorar su claridad emocional. No se evidencia diferencias altamente significativas de estos resultados porque se puede decir que el (57,74%) presenta Adecuado nivel de Claridad Emocional. Sin embargo cabe resaltar que el 35.21% de la muestra no identifican y no comprenden los estados emocionales de sí mismos y de sus compañeros, los cuales no permite tomar decisiones adecuadas para comprenderlos mejor y ayudar a solucionar sus problemas.
- Respecto a la dimensión de Reparación a sus sentimientos, se obtuvo que el (12,67%) muestra un excelente nivel de reparación a sus sentimientos y un (11.26%) debe de mejorar su nivel de reparación emocional. No se evidencia diferencias altamente

significativas de estos resultados porque se puede decir que el (76.05 %) presenta Adecuado nivel de reparación a sus sentimientos.

#### **4.5. Recomendaciones**

- Incorporar en la labor catequética programas relativos al aspecto emocional de los agentes pastorales dado que en la medida que se den mejores condiciones ellos podrán emitir juicios mucho más claros y sólidos.
- Continuar con estudios de este tipo en grupos diferentes que permitan tener un panorama más amplio y variado.
- Trabajar aspectos de reparación emocional, ya que en la medida que exista un mejor manejo emocional sus respuestas y participaciones serán positivas.
- Elaborar un programa de intervención: taller de atención emocional enfocado básicamente en los jóvenes agentes pastorales que se encuentran bajo esa dimensión para fortalecer la inteligencia emocional.
- Se sugiere realizar una evaluación cada año con el fin de hacer seguimiento a los agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.

## CAPÍTULO V

### PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

#### **5.1. Denominación del programa.**

El programa se llama: programa de intervención conociendo “me conozco y aprendo” aplicado en jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.

#### **5.2. Justificación del programa.**

El presente programa de intervención “Me conozco y aprendo” tiene como objetivo principal diseñar una intervención dirigida a mejorar la Inteligencia Emocional de los líderes de la pastoral de una iglesia del Distrito de Lurín. Para ello, nos basaremos en el modelo de las cuatro ramas de Salovey y Mayer. A partir de este constructo, se infiere que la inteligencia Emocional es un conjunto de habilidades y no de rasgos de personalidad, los cuales son difíciles de modificar. Esta idea se adhiere mejor al objetivo de la presente investigación.

El planteamiento de este estudio adquiere significación solo si sigue perspectiva de habilidades no estables, sino más bien modificables; en consecuencia, se descartan los modelos mixtos. Por otro lado, los resultados de una intervención dependerán de cuan delimitado este un constructo.

De esta manera, utilizando el modelo de las cuatro ramas, el éxito o fracaso de nuestra intervención podrá ser más fácilmente atribuible a esta y no a otras posibles variables.

Este programa de intervención se justifica de acuerdo a lo expuesto en los resultados, donde se evidencio un nivel medio de inteligencia emocional, con el fin de aumentar su inteligencia emocional se genera la intervención.

Los jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín necesitan tener una salud mental adecuada, para poder afrontar la vida pastoral de iglesia según nuestra

sociedad demanda, al no poder presentar una inteligencia emocional adecuada generaría ansiedad, problemas emocionales, problemas al relacionarse con su entorno, los cuales desfavorecieran la labor del catequista.

El plan de intervención se realizará con las bases teóricas del modelo de Salovey y Mayer acuñaron para la inteligencia personal (en la terminología de Gardner) la denominaron IE, a la definieron como “La capacidad para supervisar a los sentimientos y las emociones de uno mismo y de los demás, de distinguir entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propio.” (Mayer y Salovey, 1990)

Salovey y Mayer conciben la IE como una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones y su aplicación a nuestro pensamiento. Para ellos las emociones ayudan a resolver problemas y facilitan la adaptación al medio. Siendo vista las emociones son proceso que nos puede llevar a la adaptación y la transformación personal, social y cognitiva y se manifiestan como sentimientos que incluyen reacciones fisiológicas y respuestas cognitivas. (Mayer, Salovey y Caruso, 2000) , presentando las siguientes propuestas se pretende abordar y solucionar la problemática en 8 sesiones, debido a que está enfocada en resolver problemas emocionales del presente, los cuales coinciden con la problemática expuesta.

De igual manera, nos permite tener un fin pedagógico, porque busca que los catequistas aprendan a manejar la terapia, con el fin de utilizarla para ellos mismos; estimulando su autonomía en la elección a sus emociones y conductas que desean tener, dando como consecuencia un mejor desempeño personal.

Finalmente, mediante este modelo los catequistas aprenderán a distinguir las capacidades de sentir, pensar, mostrar empatía expresar sentimientos adecuados, comprender los estados emocionales propios y de los de su entorno, capacidad de regular estados emocionales correctamente, los cuales ayudarían al catequista en el desarrollo de pensar; por otro lado esta terapia provee de técnicas de auto-ayuda, los cuales ayudarían a afrontar futuros problemas).

### **5.3. Establecimiento de objetivos**

#### **Objetivo general:**

Establecer técnicas que contribuyan el incremento de las habilidades personales y en grupo de los agentes pastorales.

#### **Objetivos por sesión:**

- a) Reformando mis acciones
- b) Reforzando mis pensamientos
- c) Asertividad y solución de problemas: Identificar soluciones adecuadas a un problema
- d) Expresar mis emociones de manera libre.
- e) Jugando me divierto y aprendo

#### **Objetivos específicos:**

- ❖ Brindar técnicas a los agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín, para diferenciar problemas personales con los del entorno.
- ❖ Enseñar y practicar modelo Salovey y Mayer a los agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.
- ❖ Modelar la inteligencia emocional en todas sus interacciones con sus participantes, siendo ejemplo.
- ❖ Reflejar los resultados conductuales de los cambios en los sistemas de creencias y comportamientos que mejoren las reacciones de los seguidores.

### **5.4. Sector al que se dirige.**

El programa de intervención está dirigido a los jóvenes agente pastorales de una iglesia católica del distrito de Lurín, que presentaron en sus dimensiones una diferencia significativa en lo que respecta sexo con el grado de complejidad, los cuales están constituidos por 71 agentes pastorales.

### **5.5. Establecimiento de conductas problemas / metas.**

Las conductas problemas se establecen en función a la carencia de Inteligencia Emocional, a continuación se presentará algunas de estas creencias, en su forma operativa:

La capacitación está dirigido a los agentes pastorales que están conformado por catequistas, miembros del coro, coordinadores, asistentes, apoyos. La capacitación para mejorar el manejo del estrés en el desarrollo personal aplicada puede ser desarrollado en diferentes parroquias o comunidades.

### **5.6. Metodología de la intervención.**

La metodología a utilizar será teórica – practica de acuerdo al modelo Salovey y Mayer, de acuerdo a los objetivos establecidos para mejor aplicación del programa se iniciaran las actividades con sesiones dirigidas a los participantes. La realización de las sesiones serán 2 sesiones por semana con una duración de 8 sesiones de una hora, con la participación de 15 participantes por sesión, a través de dinámicas grupales, dinámicas individuales, socio-drama y técnicas de integración utilizando también recursos audiovisuales.

### **5.7. Instrumentos / material a utilizar.**

Para la realización del programa se utilizará los siguientes instrumentos:

- Un salón de clases, con 15 carpetas.
- Un proyector conectado a una computadora, con audio y con acceso a internet.
- Una radio con salida USB.

Para la realización del programa los siguientes materiales:

- Cartulina de colores.
- Un ovillo de lana.
- Resaltadores de color verde y rojo.

- Plumones de color rojo, verde y negro.
- Papelógrafos.
- Hojas bond.
- Hoja de colores.
- Una caja forrada con papel lustre marrón.
- Gomas.
- Lapiceros.

### 5.8. Cronograma

<b>SESION</b>	<b>Miérco</b>	<b>Sábado1</b>	<b>Miérco</b>	<b>Sába</b>	<b>Miérco</b>	<b>Sába</b>	<b>Miérco</b>	<b>Sába</b>
<b>ES:</b>	<b>les</b>	<b>0/03</b>	<b>les</b>	<b>do</b>	<b>les</b>	<b>do</b>	<b>les</b>	<b>do</b>
	<b>07/03</b>		<b>14/03</b>	<b>17/03</b>	<b>21/03</b>	<b>24/03</b>	<b>23/03</b>	<b>28/03</b>
<b>Sesión 1</b>	X							
<b>Sesión 2</b>		x						
<b>Sesión 3</b>			X					
<b>Sesión 4</b>				x				
<b>Sesión 5</b>					X			
<b>Sesión 6</b>						x		
<b>Sesión 7</b>							x	
<b>Sesión 8</b>								X

### 5.9 Actividades

## **Sesión 1 “Apertura del programa”**

(Tiempo de duración 1 hora)

### **Actividades:**

- Se agradecerá la participación en el programa de intervención.
- Se presentará el programa.
- Se realizará la dinámica denominada “Tela Arana”.

### **Actividades a desarrollar:**

✓ La facilitadora se presentará y saludará a los participante asimismo explicará la razón de este programa seguidamente se realizará el agradecimiento por su asistencia y predisposición al programa.

✓ Se les recibirá a los catequistas con un cartel de bienvenida y a su vez se le dará un solapín, con sus nombres escritos, ya sentados los catequistas, se iniciará. el programa.  
(5 min)

✓ Se realiza la dinámica “Tela Arana” se les dice a los participantes, que esta dinámica tiene como objetivó conocernos un poco más, para ello utilizaremos un ovillo de lana, para iniciar la dinámica se les pide a los participantes que se coloquen de pie y formen un circulo y se le da un participante el ovillo de lana indicando que primero agarre con un mano el inicio del ovillo y lo lancé a un compañero que no conozca y le pregunte algo de su interés (como por ejemplo: su comida favorita, música preferida, sus hobbies, etc.) y se le pide que recuerden lo dicho por su compañero y así el otro compañero agarra la conexión de la lana y nuevamente lo lanza y se formula otra pregunta. Luego de 15 minutos se forma una tela araña y se les dice nosotros hoy hemos formado conexiones entre sus compañeros, nos hemos dado cuenta que tenemos gustos en común que quizás no pensamos que los tendrían, pero a veces nos limitamos en conocer a nuestros compañeros. Tiempo de duración de la actividad 20 minutos.

✓ Finalmente, mediante dispositivos se les explicará la importancia del programa, alcances y los beneficios que trae participar en ello. Tiempo de duración de la actividad 35 minutos.

✓ Seguidamente se les invita para la siguiente sesión y se concluye.

### **Propósitos de las actividades:**

Propósito 1: Modelar la inteligencia emocional en todas sus interacciones con sus participantes; ser ejemplo.

Propósito 2: Entablar inicialmente empatía entre la psicóloga y los participantes.

Propósito 3: Crear interés de los participantes para que asistan a todas las sesiones.

Propósito 4: Integración entre los participantes y fomentar la comunicación entre ellos, que nos servirá para el desarrollo de posteriores dinámicas grupales.

### **Materiales:**

- Un salón de clases, con 15 carpetas.
- Un proyector conectado a una computadora.
- Cartulina de colores.
- Un ovillo de lana.
- Plumones de color rojo, verde y negro.

## **Sesión 2 “Lidero y Conozco mis sentimientos”**

(Tiempo de duración 1 hora)

### **Actividades:**

- Se explicará que son los sentimientos.
- Fichas con casos prácticos de sentimientos y su clasificación: positivos y negativos

### **Actividades a desarrollar:**

- ✓ A través del uso de las diapositivas se explicará que son los sentimientos, clasificación de los dos sentimientos, el beneficio de tener sentimientos positivos y las desventajas de tener sentimientos negativos; luego se proyectará un video titulado: “Mis sentimientos y yo” , que reforzará la importancia de no tener sentimientos negativos.. (enlace del video <https://youtu.be/5ykFeKzTYZE>). Tiempo de duración de la actividad 20 minutos.
- ✓ Se realizará un sorteo, para agrupar a los participantes, una vez agrupados se dará un papelógrafo con una historia en su contenido, y se les indicará que en el contenido del papelógrafo se encuentra una historia con sentimientos positivos negativos y positivos. Se les pide que identifiquen según lo aprendido en el video mostrado, todos los sentimientos positivos observados en el grupo, los resaltaremos con el color verde y los sentimientos los resaltaremos con el color rojo; luego se les pide que expongan por qué eligieron ese sentimiento como positivo y porque como negativo. Luego presentaremos en un papelógrafo todos los sentimientos positivos y negativos a la historia, con la finalidad que los catequistas comparen sus respuestas, así ellos mismos se den cuenta si llegaron a identificar correctamente los dos tipos de sentimientos. Tiempo de duración de la actividad 30 minutos.
- ✓ Dinámica: El facilitador mencionara que los integrantes se agrupen y formen un circulo, y al azar le dará a un poco de ovillo color morado y a otro un ovillo color verde.

La dinámica consistirá en pasarse el ovillo sin soltar la parte del mismo, de esta forma se formará una trama de hilos entre colaboradores.

El ovillo morado repartirá entre los participantes que presenten un mismo comportamiento, y esto mismo sucederá con el ovillo verde. Comienza con el facilitador que dirá, por ejemplo, que se deben pasar la lana morada al compañero que consideran introvertidos, cabe mencionar que al pasar el ovillo tienen que sujetarlo y no soltarlo.

Asegurarse de que todos los integrantes posean parte del ovillo morado o verde, al finalizar los ovillos estará en poder de otros dos integrantes.

Luego sin desarmar la trama de hilos que ya se formó, se volverá a repetir la misma acción con otra contradicción, y así sucesivamente las veces que se desee.

A medida que el juego avance será más difícil pasar el ovillo y poco a poco se hará más compleja.

Al concluir dicha dinámica del ovillo se les brinda hojas bond a cada uno y se abre un espacio de evaluación, debate y reflexión sobre la dinámica y los objetivos a los cuales queremos llegar. Se les invitará para la siguiente sesión.

### **Propósitos de las actividades:**

Propósito 1: Dar a conocer a través de la teoría que son sentimiento positivos y negativos y reforzar la idea de que los sentimientos negativos, son trabas que nosotros nos ponemos y esto nos impide avanzar en nuestro desarrollo personal y bienestar psicológico fomentando malas acciones.

Propósito 2: Aprender a distinguir un sentimiento positivo y negativo.

### **Materiales:**

- Un salón de clases, con 15 carpetas.
- Un proyector conectado a una computadora, con audio.
- Papelógrafos.
- Plumones de color rojo, verde y negro.
- Resaltadores de color verde y rojo.
- Ovillo color morado y verde, hojas bond.

### **Sesión 3 “Asimilo, pienso y actuó”**

(Tiempo de duración 1 hora)

#### **Actividades:**

- Ayudar al líder a reflexionar sobre sus sistemas de creencias y comportamientos actuales. Ayudarles a identificar cuáles son los sistemas de creencias y comportamientos que le están ayudando y cuales pueden estar obstaculizando su eficacia.
- Se explicará cuáles son las formas y estrategias de resolver problemas y forma de tomar en cuenta cuando razonamos.
- Se Practicará de forma vivencial cómo se desarrolla las estrategias de resolver problemas.

#### **Actividades a desarrollar:**

- ✓ Por medio del uso de las diapositivas se explicará cómo se desarrolla las estrategias al actuar, brindando ejemplos y desventajas que van identificando los estados emocionales. Tiempo de duración de la actividad 30 minutos.
- ✓ Se realizará un sorteo, para agrupar a los participantes en 3 grupos, se les dará a cada uno un guion con una historia en común, se les indicará que cada uno asuma un papel y tomen su lugar para presentarse en la sala; mientras que los demás grupos observen el desarrollo del teatro. Luego de haber observado las tres historias, se les proporcionará una hoja bond a cada uno de los participantes con la siguiente indicación: en este papel escribirán cuál de las historias pertenece a cada sentimiento y como poder resolver, posteriormente se revela los resultados. Se explicará de forma muy breve las razones de porque cada uno de las historias pertenece a determinada sentimiento y expresarlo. Al concluir la sesión se lanzará la siguiente afirmación: hoy hemos aprendido cómo funcionan los sentimientos y formas de poder resolver nuestras dificultades, si alguno de los participantes presentará alguna de los sentimientos el día de hoy, no se desanimen, porque este programa tiene como objetivo brindar de técnicas, con la finalidad de reducir

sentimientos negativos, los que no presentan ninguna de los sentimientos negativos, en la próxima sesión revisaremos otras formas de sentir pensar y actuar. Tiempo de duración de la actividad 30 minutos.

**Propósitos de las actividades:**

Propósito 1: Dar a conocer a través de la teoría cuales son sentimientos negativos.

Propósito 2: Aprender a identificar a través de la práctica los sentimientos negativos.

**Materiales:**

- Salón de clases, con 15 carpetas.
- Proyector multimedia.
- Hojas bond.

**Sesión 4 “Regulando mis emociones”**

(Tiempo de duración 1 hora)

**Actividades:**

- Se explicará cuáles son los reguladores emocionales.
- Se practicará mediante un esquema tipo rompecabezas, las características que presentan los reguladores emocionales.

**Actividades a desarrollar:**

- ✓ Mediante el uso de las diapositivas se explicará cómo se desarrolla la regulación de emociones, ejemplos y desventajas. Tiempo de duración de la actividad 30 minutos.
- ✓ Se realizará un sorteo, para agrupar a los participantes, a los cuales se les proporcionará por grupos unas notas de colores, una goma y un papelógrafo, se les indicará que cada nota pertenece a una forma de regulación emocional, vista en esta

sesión, donde los participantes del grupo se ponen de acuerdo para elegir cuál de los reguladores emocionales pertenece a dicha característica y los pegarán en un papelógrafo; de acuerdo a cual pertenece, se les hará hincapié que esto lo realicen en el menor tiempo posible, porque al grupo que acaba primero y tiene menos equivocaciones, tendrá un presente al final de la competencia. Al concluir la sesión se lanzará la siguiente afirmación: hoy hemos aprendido cómo funcionan los reguladores emocionales, si algunos de los participantes presentará alguna de dificultad el día de hoy, no se desanimen, porque este programa tiene como objetivo brindar de técnicas, con la finalidad de extinguir sus formas sentir, actuar y pensar, en la próxima sesión revisaremos otras emociones. Tiempo de duración de la actividad 30 minutos.

**Propósitos de las actividades:**

Propósito 1: Dar a conocer mediante la teoría cuales son los reguladores emocionales.

Propósito 2: Aprender a identificar de manera lúdica, las características de los reguladores emocionales. Estimulando lo aprendo mediante una recompensa.

**Materiales:**

- Salón de clases, con 15 carpetas.
- Proyector multimedia
- Papelógrafos.
- Plumones de color rojo, verde y negro.
- Hojas de colores.
- Gomas.
- Chocolates.

## **Sesión 5 “Observo y conozco sobre mis pensamientos”**

(Tiempo de duración 1 hora)

### **Actividades:**

- Se explicará cuáles son las formas de identificar y comprender los propios estados emocionales.
- Reconocer las causas que los genera
- Se practicará mediante un esquema tipo rompecabezas, las forma de comprender los estados emocionales.

### **Actividades a desarrollar:**

- ✓ Mediante el uso de las diapositivas se explicará cómo se desarrolla la habilidad de desarrollar la identificación de los propios estados emocionales, ejemplos y desventajas de los estados emocionales. Tiempo de duración de la actividad 30 minutos.
- ✓ Se realizará un sorteo, para agrupar a los participantes, a los cuales se les proporcionara por grupos unas notas de colores, una goma y un papelógrafo. Se les indicará que cada nota pertenece a estados emocionales, vista en esta sesión, en cual los participantes del grupo se ponen a acuerdo para elegir cuál de los estados pertenece dicha característica y los pegarán en un papelógrafo, de acuerdo a cual pertenece, y se le hará hincapié que esta actividad lo realicen en el menor tiempo posible, porque al grupo que acaba primero y tiene menos equivocaciones, tendrá un presente al final de la competencia. Al concluir la sesión se lanzará la siguiente afirmación: hoy hemos aprendido con funcionan nuestros estados emocionales , estas son todas los estados emocionales, ya las conocernos y cada uno es consciente si presenta alguna de ellas, aunque algunos de ustedes no presentará ninguno de estos estados emocionales con frecuencia, no significa que en un futuro podrían tener algunos de ellos, es por eso que los invito a todos a la siguiente sesión, en cual estará enfocada a conocer la técnica que

utilizaremos para evitar tener estos estados emocionales revisadas anteriormente.  
Tiempo de duración de la actividad 30 minutos.

**Propósitos de las actividades:**

Propósito 1: Dar a conocer a través de la teoría cuales son los estados emocionales.

Propósito 2: Aprender a identificar de manera lúdica, las características de los estados emocionales. Estimulando lo aprendido mediante una recompensa.

**Materiales:**

- Un salón de clases, con 21 carpetas.
- Un proyector conectado a una computadora.
- Papelógrafos.
- Plumones de color rojo, verde y negro.
- Hojas de colores.
- Gomas.
- Chocolates.

**Sesión 6 “Aprendo a guiar mis emociones”**

(Tiempo de duración 1 hora)

**Actividades:**

- Se realizará la dinámica “Semáforo de nuestras emociones”.

**Actividades a desarrollar:**

✓ Se pide de manera voluntaria a los participantes que nos comenten lo que hasta el momento se ha venido realizando, y mencionen como se sienten al respecto. Así mismo, se explica la importancia de reconocer lo que sienten y decirlo, así como saber en qué momento lo realizan.

✓ Se explica en que consiste la técnica del semáforo “Cuando el semáforo se ponga en rojo paramos, respiramos, y pensamos como nos sentimos, cuando pase al color

amarillo pensamos que podemos hacer, y cuando se ponga en verde lo hacemos.” Después se añade música a la actividad, cuando esta suene el semáforo está en verde, una sonido más suave indica semáforo amarillo y cuando no hay música es semáforo en rojo.

✓ Cuando acabamos se hace una reflexión sobre esta actividad ya que les puede ayudar en muchos momentos, cuando estén nerviosos, o tengan impulsos de hacer cosas o hablar, recuérdelo y sigan sus colores.

### **Propósitos de las actividades:**

Propósito 1: Reconocer lo que sientes y expresarlo.

### **Materiales:**

- Un salón de clases, con 15 carpetas.
- Un proyector conectado a una computadora, con audio y con acceso a internet.
- USB
- Plumones gruesos
- Semáforo de cartulina y tres círculos de cartulina rojo, amarillo y verde

## **Sesión 7 “Somos lo que pensamos”**

(Tiempo de duración 1 hora)

### **Actividades:**

- Diferenciar el pensamiento positivo de los negativos

### **Actividades a desarrollar:**

✓ Se presenta el video de la rana sorda, luego se pide a los participantes que identifiquen cual es la diferencia entre las dos ranas (la que salió del hoyo y la que murió en el). Luego que identifiquen cuales fueron los pensamientos negativos y positivos de la fábula.

- ✓ Se explica a los participantes sobre los pensamientos positivos y los pasos que deben de seguir para convertir un pensamiento negativo en positivo.
- ✓ De acuerdo al tema desarrollado, los participantes deberán dramatizar alguna situación en la que las dificultades sean fuerte pero aun así cambiando sus pensamientos puedan revolverlo de manera adecuada.
- ✓ Se les invitará para la última sesión.

**Propósitos de las actividades:**

Propósito 1: realizar una retroalimentación de lo aprendido la sesión anterior.

Propósito 2: diferenciar el pensamiento positivo y negativo.

**Materiales:**

- Un salón de clases, con 15 carpetas.
- Un proyector conectado a una computadora.
- USB

**Sesión 8 “Clausura y evaluación final”**

(Tiempo de duración 1 hora)

**Actividades:**

- Se realizará la técnica de relajación muscular progresiva de Edmund Jacobson.
- Se realizará la técnica imagería mental.
- Se realizara una breve encuesta de satisfacción.

### **Actividades a desarrollar:**

- ✓ Se realizará la técnica de relajación muscular progresiva de Edmund Jacobson de acuerdo a las instrucciones del autor. Tiempo de duración de la actividad 15 minutos.
- ✓ Se explica a los participantes la importancia de la relajación en nuestras vidas y se les enseña a través de actividades una técnica sencilla que pueden ellos mismos realizar donde: donde: Por ejemplo, “para las manos y muñecas, se le explica al catequista que debe apretar como si estuviera exprimiendo un limón y debe soltarlo después de golpe. Para la espalda, debemos explicar al participante que nos convertimos en una marioneta y tenemos unos hilos que nos tiran hacia arriba y nos curvan un poco la espalda y de repente nos sueltan. Para la cara y la nariz, debemos pensar que tenemos una mariposa o una mosca que se ha posado en nuestra nariz y que nos está molestando. Para ello, haciendo gestos con nuestra propia nariz, debemos intentar que se vaya de allí. Cuando lo conseguimos, notamos la diferencia.
- ✓ Se pegan cartulinas A4 formando 3 alfombras, en cada cuadrado los catequistas escribirán lo aprendido en este taller, frases, pensamientos, deseos, y lo pegaran en la pared de su salón. Lo decoraran de manera creativa.
- ✓ Se trae bocadito y gaseosa para compartir con los catequistas participantes, como cierre general del taller.
- ✓ Para finalizar el programa se agradecerá su asistencia y les invitará a replicar el modelo si alguna vez lo necesitaran posteriormente.

### **Propósitos de las actividades:**

Propósito 1: Mediante la técnica de relajación muscular preparar para la realización de la técnica imagería mental.

Propósito 2: afrontar los sentimientos positivos y negativos de cada uno de los participantes.

Propósito 3: diferenciar el pensamiento positivo y negativo.

Propósito 4: evaluar el programa de intervención.

**Materiales:**

- Un salón de clases, con 15 carpetas.
- Una radio con salida USB.
- Una caja forrada con papel lustre marrón.
- Hojas bond.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alecsiuk, B. (2015). Inteligencia Emocional y desgaste por empatía en Terapeutas. *Revista Argentina de Clinica Psicológica*, 43-56.
- BarOn. (1997). Inteligencia emocional.
- Cerón Perdomo, Pérez-Olmos e Ibañez Pinilla. (2010). Inteligencia Emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá. *Revista Colombiana de Psiquiatría*.
- Cuno, M. (2015). Inteligencia emocional y la cultura organizacional de los docentes en la institución educativa privada andrés avelino CÁCERES PUNO. *Repositorio Institucional Vicerrectorado de Investigación, Universidad Nacional del Antiplano*.
- Enrique, E. Martínez, J. Guevara. (2015). Relación de la Inteligencia Emocional con el desempeño laboral. *Universidad Santiago de Cali, Repositorio*.
- Extremera, N., & Fernández, P. (2003). La Inteligencia Emocional en el Contexto Educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. En *Revista de Educación* (págs. (332), 97 -116).
- Extremera, N., & Fernández, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, (332), 97 - 116.
- Fernández Castillo, A. L. (2017). Inteligencia Emocional Percibida y Liderazgo Transformacional en docentes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. *Universidad Privada del Norte, UPNBOX*.
- Garay, C. (2014). Inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del 6to ciclo de la facultad de educación de la UNMSM en la ciudad de lima. *Cybertesis UNMSM*.
- Goleman. (1995). *La inteligencia emocional*.
- González, M. (1990). Inteligencia emocional.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2006). Metodología de la Investigación(. *Quinta Edición*. México: McGraw Hill Educación.
- Mayer y Salovey. (1990).

- Mayer y Salovey. (1997).
- Mayer, Salovey y Caruso. (2000). Models of Emotional Intelligence. En M. B. P Saslovery. New York: Dude Publishing.
- Perez, B. (2018). Inteligencia emocional en vigilantes de una empresa de seguridad en el distrito del cercado de Lima. *Repositorio Institucional, Universidad Inca Garcilaso de la Vega*.
- Ramirez,Larriviere, Canaza. (2015). Estudio de la relación entre la Inteligencia Emocional y el desempeño laboral de los trabajadores del C.E.P. Santa Ana – Tacna. *Neumann Business School*.
- Salas, R. (2017). La Inteligencia Emocional de los Colaboradores “Millennials” en la Empresa Ventcorp-Perú. *Universidad inca Garcilaso de la Vega, Repositorio Institucional*.
- Ugarriza, N. (2001). La revolución de la Inteligencia Emocional a través del Inventario de BarOn. En *Revista de investigación en psicología del Instituto de Investigaciones Psicológicas de la UNMSM* (Vol. 6, págs. 153- 164).

# **ANEXOS**

**ANEXO 1**

**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

**Inteligencia emocional en Jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una Iglesia del Distrito de Lurín.**

<b>TÍTULO</b>	<b>PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>METODOLOGÍA</b>
<p><b>“Inteligencia emocional en Jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una Iglesia del Distrito de Lurín”</b></p> <p>Autor: Gabriela Fuentes Vásquez</p> <p>Variable: Inteligencia emocional</p>	<p align="center"><b><u>Problema principal</u></b></p> <p>¿Cuál es el nivel de Inteligencia emocional en Jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una iglesia del Distrito de Lurín?</p> <p align="center"><b><u>Problemas secundarios</u></b></p> <p>1. ¿Cuál es el nivel Inteligencia emocional en su dimensión de Atención a los sentimientos en jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín?</p> <p>2. ¿Cuál es el el nivel Inteligencia emocional en su dimensión de</p>	<p align="center"><b><u>Objetivo general</u></b></p> <p>Conocer el nivel de Inteligencia Emocional en Jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una iglesia del Distrito de Lurín</p> <p align="center"><b><u>Objetivos específicos</u></b></p> <p>1. Conocer el nivel de inteligencia emocional en su dimensión de atención a los sentimientos en los Jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.</p> <p>2. Conocer el nivel de inteligencia emocional en su dimensión de Claridad Emocional en los Jóvenes agentes</p>	<p><b><u>Población:</u></b> La población es de 120 jóvenes agentes pastorales, de ambos sexos de diversos grupos parroquiales, de una Iglesia Católica del Distrito de Lurín.</p> <p><b><u>Muestra:</u></b> La muestra está conformada por 71 jóvenes agentes pastorales de una iglesia del Distrito de Lurín. Las edades de los participantes se presentan entre 16 a 30 años, el sexo de las participantes está conformado por 33 mujeres y 38 hombres.</p>

	<p>Claridad Emocional en jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín?</p> <p>3. ¿Cuál es el el nivel Inteligencia emocional en su dimensión de Reparación emocional en jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín?</p>	<p>pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.</p> <p>3. Conocer el nivel de inteligencia emocional en su dimensión de Reparación emocional en los Jóvenes agentes pastorales de una iglesia del distrito de Lurín.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La investigación es descriptiva.</li> <li>- El diseño cuantitativo, no experimental, transversal.</li> <li>- Instrumento: Trai Meta – Mood Scale (TMMS-24)</li> </ul>
--	---	--	--

## ANEXO 2. Carta de presentación.



Universidad  
**Inca Garcilaso de la Vega**

**Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas**

Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 06 de diciembre del 2017

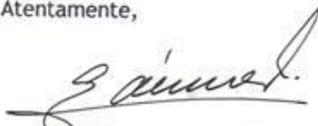
Carta N° 3246-2017-DFPTS

Vicario Padre  
GUZMAN TINEO MENDOZA  
CATEDRAL SAN PEDRO DE LURIN  
Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **Heidi Gabriela FUENTES VASQUEZ**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 72-19985-6, quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente carta y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,


Dr. RAMIRO GÓMEZ SALÁS  
Decano (e)  
Facultad de Psicología y Trabajo Social

RGS/orh  
Id. 785951

### ANEXO 3. Carta de aceptación para la aplicación de la investigación



CATEDRAL SAN PEDRO DE LURIN

Lima, 26 de Noviembre del 2018

Carta N° 356-2018

Señor Doctor

**Ramírez Gómez Salas**

**Decano**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL**

**Presente**

Es grato dirigirme a usted, con la finalidad de saludarlo muy cordialmente y a la vez en atención al documento de referencia, hago de su conocimiento que se acepta la realización de una muestra de investigación en la Catedral del Distrito de Lurin. A la señorita **HEIDI GABRIELA FUENTES VÁSQUEZ**, participante del Curso de Suficiencia Profesional, Carrera Profesional de Psicología.

Hago propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi consideración y estima personal.

**Padre Gúzman Tieno Mendoza.**

**Vicario General.**

## ANEXO 4. Test de Inteligencia Emocional

### TRAIT META – MOOD SCALE (TMMS-24)

Adaptado por Fernández- Berrocal

Instrucciones: Lea atentamente cada frase e indique, por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a la misma. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas ni malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

EDAD	17 – 20	( )
	21 – 25	( )
	26 – 30	( )
	30 a más	( )

SEXO	FEMENINO	( )
	MASCULINO	( )

ESTADO CIVIL	SOLTERO	( )
	CASADO	( )
	OTROS	( )

GRADO DE INSTRUCCIÓN	SECUNDARIA	( )
	TECNICO	( )
	UNIVERSITARIO	( )
	EN CURSO	( )

N° de Hijos: \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5
NADA DE ACUERDO	ALGO DE ACUERDO	BASTANTE DE ACUERDO	MUY DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO

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

## ANEXO 10. Análisis de confiabilidad.

Número de casos válidos y perdidos.

### Resumen del procesamiento de los casos

	N	%
Válidos	71	100,0
Casos Excluidos <sup>a</sup>	0	,0
Total	71	100,0

Confiabilidad de la escala total

### Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,883	24

Confiabilidad de la Dimensión Atención emocional

### Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,781	8

Confiabilidad de la Dimensión Claridad Emocional

**Estadísticos de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,844	8

Confiabilidad de la dimensión Reparación de las emociones

**Estadísticos de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,798	8

## **Anexo 11. Análisis descriptivos**

Frecuencia de la muestra por sexo.

<b>Sexo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Hombres	38	53,5%
Mujeres	33	46,5%

## **Anexo 12. Análisis de percentiles de la escala total y de dimensiones.**

Análisis de los percentiles realizados por una muestra de 70 estudiantes de psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.



# Plagiarism Checker X Originality Report

**Similarity Found: 20%**

Date: lunes, diciembre 10, 2018

Statistics: 2912 words Plagiarized / 14616 Total words

Remarks: Medium Plagiarism Detected - Your Document needs Selective  
Improvement.

---

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y  
TRABAJO SOCIAL / Trabajo de Suficiencia Profesional Inteligencia Emocional en  
Jóvenes agentes pastorales miembros de una comunidad en una Iglesia del Distrito  
de Lurín Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología Presentado por:  
Autor: Bachiller Heidi Gabriela Fuentes Vásquez Lima-Perú 2019