

UADE
UNA GRAN UNIVERSIDAD



UNIVERSIDAD ARGENTINA DE LA EMPRESA

**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS Y
SOCIALES**

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

TRABAJO DE INTEGRACIÓN FINAL

Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en adolescentes

Nombre: Lorena Cecilia Padín

LU.: 131579

Tutor: Dr. Santiago Resett

Firma:

Fecha entrega: 05 de diciembre 2019

Índice

Introducción	6
Pregunta de investigación.....	7
Objetivo General	7
Objetivos Específicos	7
Hipótesis.....	7
Marco Teórico	8
Inteligencia Emocional.....	8
Modelo de habilidad.....	8
Dimensiones de la Inteligencia emocional de acuerdo con el modelo de Mayer y Salovey (1997)	9
Estilo de Afrontamiento	10
Dimensiones de las Estrategias de Afrontamiento de acuerdo con el modelo de Frydenberg & Lewis (1996)	11
Estado del Arte	13
Inteligencia Emocional.....	13
Estilos de afrontamiento.....	14
Inteligencia Emocional y Estilos de Afrontamiento en Adolescentes	16
Resultados	20
Inteligencia Emocional y sus dimensiones.....	20
Inteligencia emocional según género y edad.....	21
Estilos de Afrontamiento y sus dimensiones.....	22
Estilos de Afrontamiento según sexo y edad	23
Predictores de Estilos de Afrontamiento	24
Discusión.....	28
Limitaciones y futuras líneas de investigación.....	32
Conclusión.....	34
Referencias Bibliográficas	36
ANEXOS.....	40
I: Nota para los colegios	40
II: Nota para los padres	40
III: Consentimiento Informado.....	41
IV: Cuestionario Sociodemográfico.....	42
V: Escala de Afrontamiento para Adolescentes.....	42

VI: Trait-meta-mood-scale. Escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de las emociones.....	46
VII: Gráficos.....	48

Resumen

Objetivo: analizar la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en adolescentes de 12 a 17 años concurrentes a la educación media. **Método:** se recolectó una muestra no probabilística por conveniencia de 420 alumnos de escuelas secundarias de gestión privada comprendida entre 12 y 17 años ($M = 14.14$; $DE = 1.540$). De estos, el 43.6% de sexo masculino ($n = 183$) y el 56.4% de sexo femenino ($n = 237$). **Resultados:** los resultados mostraron una correlación positiva significativa entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento, cuando aumenta el nivel de inteligencia emocional también lo hacen los estilos de afrontamiento beneficiosos. Asimismo se observó que las dimensiones con mayor puntaje fueron reparación emocional y estilo resolutivo. También, se hallaron diferencias significativas en inteligencia emocional según edad y sexo. Respecto a esto, las mujeres puntuaron más alto en atención, y los hombres lo hicieron en claridad y reparación emocional. Asimismo, se observaron diferencias en reparación emocional a favor de los más jóvenes. A su vez, se hallaron diferencias en estilos de afrontamiento según edad y sexo, las mujeres puntuaron más alto en estilo de referencia y los hombres en el improductivo. Asimismo, los chicos de menor edad puntuaron más alto en el estilo de afrontamiento improductivo. Se observó que la atención emocional es la que mejor predice el estilo de afrontamiento resolutivo. **Conclusiones:** la presente investigación ofrece información relevante a nivel correlacional respecto a la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en adolescentes, afirmando la importancia de resultados hallados en investigaciones previas y destacando la importancia de incluir estrategias pedagógicas más adecuadas a las necesidades de la población, favoreciendo el desarrollo de la inteligencia emocional en virtud de que los adolescentes puedan emplear estrategias más beneficiosas de afrontamiento.

Palabras clave: inteligencia emocional- estilos de afrontamiento – adolescentes

Abstract

Objective: analyze how the relationship between emotional intelligence is and coping styles in adolescents aged 12 to 17 who attend secondary education. **Method:** A non-probabilistic sample was collected for the convenience of 420 students from privately run secondary schools with an age between 12 and 17 years ($M = 14.14$; $SD = 1.540$). Of these, 43.6% correspond to the male sex ($n = 183$) and 56.4% to the female sex ($n = 237$). **Results:** The results showed a significant positive correlation between emotional intelligence and coping styles. As the level of emotional intelligence increases, so do the beneficial coping styles. It was also observed that the dimensions with the highest score were emotional repair and the resolution style. Likewise, significant differences in emotional intelligence were found according to age and sex. Regarding this, women scored higher in attention, and men did it in clarity and emotional repair. On the other hand, differences in emotional repair were observed in favor of the youngest. In turn, differences were found in coping styles according to age and sex. Regarding this, women scored higher in reference style and men in the unproductive. Also, the younger boys scored the highest in the unproductive coping style. It was observed that emotional attention is the one that best predicts the style of decisive coping. **Conclusions:** This research offers relevant information at the correlational level regarding emotional intelligence and coping styles in adolescents, affirming the importance of results found in previous research and highlighting the importance of the inclusion of pedagogical strategies more appropriate to the needs of the population to favor the development of emotional intelligence because adolescents can consequently employ more beneficial coping strategies.

Key words: emotional intelligence – coping styles – adolescence

Introducción

La adolescencia es una etapa de desarrollo que se caracteriza especialmente por grandes cambios tales como: cambios biológicos, sociales y psicológicos (Frydenberg & Lewis, 1996a). Investigar las puntuaciones de inteligencia emocional (IE) en esta población resulta importante, ya que, según estudios realizados al respecto, la inteligencia emocional tiene un valor predictivo en relación a la resolución de problemas sociales (Pena Garrido, Extremera Pacheco & Rey Peña, 2011).

Según Extremera Pacheco y Fernandez-Berrocal (2013), la inteligencia emocional comprende una serie de competencias y habilidades afectivas y estas inciden en el bienestar emocional y en la calidad de las relaciones interpersonales, es por eso que resulta importante investigar esta variable. Por otro lado, los estilos de afrontamiento en la adolescencia están vinculados a un grupo de cogniciones y acciones que preparan al adolescente para sobrellevar, eludir o disminuir los efectos generados por un suceso estresante (Plancherel & Bolognini, 1995). Resulta entonces conveniente analizar qué tipo de relación existe entre la inteligencia emocional (IE) y los estilos de afrontamiento, ya que ambos impactan en el desarrollo emocional de los adolescentes.

Por otro lado, Frydenberg y Lewis (1994; 2000) sostienen que los chicos y chicas se diferencian en los estilos y estrategias de afrontamiento que utilizan ante las dificultades de la vida y esto implica la necesidad de considerar las diferencias de sexo cuando se analizan o estudian las estrategias de afrontamiento en adolescentes.

Ingles y otros (2014) han demostrado que adolescentes con puntuaciones altas en agresión presentan niveles significativamente más bajos en inteligencia emocional. A su vez, Mestre y otros (2012), han comprobado que los adolescentes más agresivos emplean en mayor proporción un estilo de afrontamiento improductivo. Además, los adolescentes con una menor inteligencia emocional tienen más posibilidades de consumir drogas y aquellos que poseen una mayor habilidad para manejar sus emociones, pueden afrontarlas de forma adaptativa, lo que deriva en un menor consumo de drogas y menor búsqueda de sensaciones (Extremera Pacheco & Fernandez-Berrocal, 2013).

Es importante estudiar la relación de estas variables en la población adolescente dado que, como mencionan Frydenberg y Lewis (1991, 1996b, 1999) y Aunola, Stattin y Nurmi (2000), las exigencias de este proceso evolutivo pueden repercutir en el desarrollo psicológico, influyendo no solo en la ansiedad, sino también en el desarrollo de estrategias de afrontamiento (Gonzales Barrón, Montoya Castilla, Casullo & Bernabeu Verdu, 2002).

Pregunta de investigación

¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en adolescentes de 12 a 17 años que asisten a la educación media?

Objetivo General

Analizar cómo es la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en adolescentes de 12 a 17 años que asisten a la educación media.

Objetivos Específicos

1. Describir las puntuaciones de inteligencia emocional y estilos de afrontamiento que poseen los adolescentes.
2. Analizar si existen diferencias en las puntuaciones de inteligencia emocional y estilos de afrontamiento según variables sociodemográficas (sexo y edad).
3. Determinar si los puntajes en inteligencia emocional son predictores de los estilos de afrontamiento en adolescentes.

Hipótesis

- 1) Los adolescentes de menor edad presentan estrategias de afrontamiento más improductivas.
- 2) Las mujeres utilizan en mayor medida estilos de afrontamiento menos productivos, mientras que los varones presentan niveles mayores de reparación que las chicas.
- 3) Las mujeres presentan niveles mayores de atención y claridad emocional que sus pares varones.
- 4) Los puntajes de inteligencia emocional son predictores de los niveles de estilo de afrontamiento. Específicamente, mayores niveles de atención emocional predicen mayores niveles de afrontamiento resolutivo.

Marco Teórico

Inteligencia Emocional

La inteligencia ha sido estudiada por distintos modelos y autores, pero es Binet 1905 quien elabora el primer test de inteligencia que pudiera utilizarse en las escuelas con el fin de localizar a los deficientes mentales para que pudieran recibir instrucción especial, elabora la primera escala de inteligencia para niños (Rodríguez, 2013). Más tarde, en 1920 *Thorndike* señala la existencia de tres tipos de inteligencia: la inteligencia abstracta siendo esta la habilidad para manejar ideas y símbolos, la inteligencia mecánica (habilidad para entender y manejar objetos y utensilios) y la inteligencia social entendida como la habilidad para entender y manejar hombres y mujeres, es decir actuar sabiamente en las relaciones humanas (*Hardy*, 1992).

Mayer en 1983 acaba definiendo la inteligencia como "las características cognitivas internas relativas a las diferencias individuales en el rendimiento, para la resolución de problemas". En el mismo año, *Gardner* propone dejar de hablar de inteligencia y comenzar a considerar el concepto de "inteligencias múltiples". Utiliza el concepto de "múltiples" con el objetivo de resaltar el número desconocido de capacidades humanas, desde la inteligencia musical hasta la inteligencia aplicada en el conocimiento de uno mismo que no han sido tomadas en cuenta en el estudio tradicional de la inteligencia. Con el sustantivo de "inteligencias" *Gardner* resalta que estas capacidades son tan fundamentales, como las que tradicionalmente detecta la prueba de CI (*Gardner*, 1983).

Modelo de habilidad

El término inteligencia emocional (IE) fue acuñado por primera vez por *Peter Salovey* y *John Mayer* en 1990 para referirse a la habilidad para controlar los sentimientos y emociones de uno mismo y de los demás, discriminar entre ellos y usar esa información como guía para la acción y el pensamiento propio. Siete años después los mismos autores reformularon el concepto (*Mayer & Salovey*, 1997), definiendo la inteligencia emocional como un conjunto de las habilidades que explican de qué manera los individuos procesan la información emocional con precisión y eficiencia.

Mayer y Salovey (1997, citado por *Extremera & Fernández-Berrocal*, 2005) sostienen que por un lado se encuentra la habilidad para percibir, que implica a la capacidad de percibir las emociones propias y también la de los otros. Por otro lado, se encuentra la habilidad de asimilar, que es la capacidad de desarrollar, sentir y emplear las emociones para comunicar

sentimientos o usarlas en procesos cognitivos. Además, existe la capacidad de entender, que está relacionada con la facultad de comprender la información emocional y apreciar los significados emocionales, y también la habilidad de manejar las emociones o regulación que se refiere a la capacidad de permanecer abierto a los sentimientos, controlar y regular las emociones de uno mismo y las de los demás para promover la comprensión y el crecimiento personal.

Los autores *Mayer, Salovey y Caruso* (2000) diferencian dos modelos, y la diferencia depende de los elementos o dimensiones que contemplen. Por un lado, los “modelos mixtos” combinarían capacidades mentales con rasgos de personalidad como perseverancia u optimismo y por el otro los “modelos de capacidad” darán más importancia a los aspectos cognitivos o las capacidades mentales.

En los modelos mixtos se destacan los modelos de *Goleman* y el modelo de *BarOn*. *Goleman* (2001) al hablar de inteligencia emocional (IE) alude a las habilidades para registrar y regular las emociones en otros y en nosotros mismos, la inteligencia emocional sería una característica imprescindible para lidiar con los inconvenientes de la vida. Por otro lado, *Bar-On* (2000, citado por *Goleman*, 2001) definía a la inteligencia emocional como un cúmulo de conocimientos sociales y emocionales y un conjunto de capacidades que influyen en nuestra capacidad de enfrentar de manera eficaz las demandas diarias.

La evaluación de la inteligencia emocional (IE) puede realizarse mediante diferentes procedimientos que se basan en modelos teóricos concretos. Según *Mestre y Fernández Berrocal* (2007), la inteligencia emocional se refiere a los procesos implicados en el reconocimiento, uso, comprensión y manejo de los estados emocionales de uno mismo y de otros para resolver problemas y regular la conducta. Una manera de evaluar la inteligencia emocional es con una medida de autoinforme en la que el sujeto evaluado muestra la percepción que tiene sobre sus propias capacidades emocionales.

Dimensiones de la Inteligencia emocional de acuerdo con el modelo de *Mayer y Salovey* (1997)

Extremera Pacheco y otros (2004) sostienen que una de las principales medidas de autoevaluación de la inteligencia emocional es la Escala de Meta-Conocimiento de los Estados Emocionales (*TMMS – Trait Meta Mood Scale*) de *Mayer y Salovey* (1997), escala que evalúa el conocimiento de la persona respecto a sus propios estados emocionales y ofrece información sobre las diferencias individuales respecto a la capacidad de atender, identificar y regular las

emociones. El TMMS se compone de 3 subescalas: a) Atención, b) Claridad y c) Reparación (*Salovey, Stroud, Woolery y Epel, 2002*).

La atención emocional: se refiere a la cantidad de atención que se presta de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada. Esta subescala es básica de la experiencia del meta estado de ánimo y es clave para comprender nuestro estado emocional (*Berrocal & Extrema, 2008*).

La claridad: es la percepción que se tiene de los propios estados emocionales. Describe el grado en que la persona experimenta sus sentimientos con claridad o entiende cómo se siente. Es perdurable para dominar los sentimientos y percibirlos con lucidez (*Salovey et al., 1995*, en *Berrocal & Extrema, 2008*).

La reparación: es la capacidad para regular los propios estados emocionales. Explica la creencia del individuo sobre su habilidad para regular los estados emocionales negativos y aumentar los positivos. Es una subescala compleja porque el individuo pone en juego un grupo de estrategias para disminuir los estados de ánimos negativos, reconstruir la situación, pensar en situaciones agradables, calmarse y usar estrategias de distracción, entre otras (*Berrocal & Extrema, 2008*).

Estilo de Afrontamiento

Lazarus y Folkman (1986) sostienen que el estrés deviene de una relación particular entre el individuo y el entorno siendo este último percibido por el sujeto como amenazante o desbordante a sus recursos y que además pone en peligro su bienestar. Este modelo otorga importancia a los recursos del individuo, en la medida en que la evaluación de los mismos incide en el grado de amenaza percibida y en el desarrollo de un afrontamiento adaptativo o desadaptativo ante una determinada situación.

En cuanto al afrontamiento, *Lazarus y Folkman, (1984)* lo conceptualizaron como “los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que sirven para manejar las demandas externas y/o internas que son valoradas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (*Lazarus & Folkman, 1984, p. 141*). *Lazarus y Folkman (1984)* diferenciaron dos estilos de afrontamiento: el focalizado en el problema o dirigido a su resolución y el focalizado en las emociones u orientado a restablecer el equilibrio. Más tarde, *Folkman y Lazarus (1988)* señalan además que el afrontamiento no incluye sólo conductas de acercamiento-evitación o procesos defensivos para afrontar las demandas complejas y restrictivas de un estresor dado, sino también un amplio rango de estrategias cognitivas que tienen una función de resolución de problemas y de regulación de las emociones.

Por otro lado, según *Frydenberg y Lewis* (1996a) se pueden distinguir tres estilos de afrontamiento: productivo (que incluye acciones dirigidas a resolver el problema), no productivo o de no afrontamiento (incluye aspectos como el sentimiento de culpa, el aislamiento social o acciones que no están focalizadas en la resolución del problema) y orientado a otros (incluye aquellas estrategias que van dirigidas a otras personas como buscar apoyo social, profesional o espiritual). Los autores sostienen que los chicos y chicas se diferencian en los estilos y estrategias de afrontamiento que utilizan ante las dificultades de la vida. Las chicas utilizan con mayor frecuencia estrategias no productivas como la preocupación o culparse a sí mismas, mientras que los chicos tienden a ignorar los problemas o se los reservan para sí mismos (*Frydenberg & Lewis*, 1994, 2000). Sostienen que esto implica la necesidad de considerar las diferencias de sexo cuando se analizan o estudian las estrategias de afrontamiento en adolescentes (*Frydenberg & Lewis*, 2009)

Según *Frydenberg y Lewis* (1994; 1997) en el adolescente las estrategias de afrontamiento parecerían ser el resultado de aprendizajes realizados en experiencias previas, que acaban por constituir un estilo estable de afrontamiento y determina las estrategias. En añadidura, *Connor Smith y Compas* (2002, citado en *Morales Rodríguez*, 2018) mencionan que algunas estrategias de afrontamiento son moderadoras de las asociaciones entre el estrés y los problemas de salud, donde las reacciones ajustadas son aquellas que proporcionan un efecto de amortiguación y las reacciones inadaptadas ponen al niño en riesgo de salud mental.

Dimensiones de los Estilos de Afrontamiento de acuerdo con el modelo de *Frydenberg & Lewis* (1996)

Las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS; *Frydenberg & Lewis*, 1996) posee 18 subescalas que se pueden agrupar en tres grandes dimensiones o estilos de afrontamiento: resolutivo, improductivo y de referencia., cada una de las cuales comprende entre cuatro y ocho estrategias. (*Frydenberg y Lewis*, 1993a; *Frydenberg*, 1997a).

Resolutivo: está caracterizado por los esfuerzos que se orientan a resolver el problema sosteniendo una actitud optimista y socialmente conectada. Esta dimensión comprende las estrategias: Concentrarse en resolver el problema, Esforzarse y tener éxito, Invertir en amigos íntimos, Buscar pertenencia, Reservarlo para sí, Fijarse en lo positivo, Buscar diversiones relajantes y Distracción física. (*Frydenberg & Lewis*, 1993a; *Frydenberg*, 1997a).

Referencia a otros: implica el intento de enfrentar el problema recurriendo al apoyo y a los recursos de las demás personas. Las estrategias Buscar apoyo social, Acción social, Buscar

apoyo espiritual y Buscar ayuda profesional pertenecen a esta dimensión. (*Frydenberg & Lewis, 1993a; Frydenberg, 1997a*).

Improductivo: está asociado a una incapacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación. Este estilo de afrontamiento no lleva a la solución del problema, pero al menos lo alivia. Pertenecen a esta dimensión las siguientes estrategias: Preocuparse, Buscar pertenencia, Hacerse ilusiones, Falta de afrontamiento o No afrontamiento, Ignorar el problema, Reducción de la tensión, Reservarlo para sí, y Autoinculparse (*Frydenberg & Lewis, 1993a; Frydenberg, 1997a*).

Estado del Arte

Con la finalidad de conocer el estado de conocimiento actual sobre la relación de inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en adolescentes, se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos: EBSCO, *Redalyc*, Scielo y Google Académico. Las palabras claves utilizadas para la búsqueda fueron: “Inteligencia emocional”, “Estilos de afrontamiento”, “Adolescentes”, “Emotional intelligence”, “Coping styles”, y “Adolescence”. Los criterios de recorte fueron artículos académicos publicados en los últimos 8 años.

Inteligencia Emocional

Una investigación realizada en España por Pena Garrido, Extremera Pacheco y Rey Peña (2011) tuvo como objetivo analizar la relación entre inteligencia emocional percibida y el grado en el que el adolescente afronta y resuelve los inconvenientes sociales. Además, se propusieron examinar la validez predictiva de la IE en adolescentes españoles dominando las variables sociodemográficas. La muestra estaba conformada por 217 adolescentes, 111 hombres y 106 mujeres de 14 a 18 años a los que se les aplicó el *Trait Meta-Mood Scale-24* (TMMS-24; Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos, 2004) para medir IE y el Inventario de Solución de problemas Sociales – Revisado (SPSI-R; D’Zurilla, Nezu & Maydeu-Olivares, 1997) para medir cómo las personas afrontan y resuelven todo tipo de dificultades en la vida diaria. Entre los hallazgos se encontró que la IE tuvo un valor predictivo e incremental en relación a la resolución de problemas sociales dominando las variables sociodemográficas. Los alumnos más jóvenes presentaron estrategias de resolución de problemas menos favorables, tendiendo a ver los problemas no como un desafío, sino más bien como un obstáculo. Por otro lado, se halló que las mujeres en mayor medida utilizan estrategias basadas en la orientación negativa al problema, a diferencia de los varones que emplean una mayor orientación positiva al problema. Los resultados indicaron que las mujeres presentaban niveles mayores de atención a sus emociones y claridad emocional que los varones, por el contrario, estos presentaban una mayor aptitud para reparar sus estados emocionales negativos. Los autores concluyeron que sería oportuna la implementación de actividades que contemplen el desarrollo de estas habilidades.

Inglés, Torregrosa, García- Fernández, Martínez-Monteagudo, Estevez y Delgado (2014) realizaron una investigación en España en la que se propusieron examinar la relación entre inteligencia emocional (IE) y los componentes motor, cognitivo y afectivo emocional de la conducta agresiva. Además, se plantearon como objetivo contribuir a la incrementación del

conocimiento sobre las relaciones de comportamiento agresivo e inteligencia emocional en la población española adolescente. La muestra estaba compuesta por 314 adolescentes de 12 a 17 años estudiantes de la Educación Secundaria Obligatoria y del primer año de Bachillerato. El instrumento aplicado para medir la conducta agresiva fue el *Agression Questionnaire-Short version*, AQ-SV (Bryant & Smith, 2001). El *Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Adolescent Short Form* (TEIQueASF; Petrides et al., 2006) fue utilizado para medir inteligencia emocional. Los resultados mostraron que los estudiantes con elevadas puntuaciones en conducta agresiva (física, verbal, hostilidad e ira) presentaron puntuaciones significativamente inferiores en inteligencia emocional que los adolescentes con puntuaciones inferiores en conducta agresiva. Además, que los estudiantes con baja IE tienen más inconvenientes para afrontar las situaciones sociales por no poder manejar de manera adecuada sus emociones y consecuentemente pueden actuar de forma agresiva ante situaciones de incertidumbre. Se concluyó que los resultados hallados confirman la importancia de fomentar la educación emocional en las escuelas para lograr aminorar el comportamiento agresivo en la educación secundaria.

En la investigación realizada por Gonzales-Yubero, Martín, y Lázaro (2019) en España tuvieron como objetivo examinar la capacidad predictiva de la inteligencia emocional rasgo y de la inteligencia emocional habilidad sobre las diversas variables de consumo de alcohol en la población adolescente. La muestra estuvo conformada por 844 estudiantes de 12 a 16 años de edad a los que se les administro un cuestionario sobre consumo de drogas en educación secundaria (ESTUDES 2014-2015) (Plan Nacional sobre Drogas, 2016) adaptando cinco ítems del mismo para medir consumo de alcohol y el *Trait Meta-Mood Scale-24* (TMMS-24; Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos, 2004) para medir IE. En los hallazgos encontraron que la inteligencia emocional rasgo es la más predictiva. Además, la claridad emocional y la reparación emocional mostraron relaciones significativas negativas con el consumo de alcohol, al contrario de la atención emocional. Se concluyó que la inteligencia emocional rasgo y habilidad son medidas complementarias que pueden ayudar a la comprensión e intervención sobre el problema de abuso de alcohol en la adolescencia.

Estilos de afrontamiento

Mestre, Samper, Tur-Porcar, Richaud de Minzi y Mesurado (2012) en Colombia realizaron un estudio con el objetivo de analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento (EA) y las emociones para precisar en qué proporción se relacionan con la conducta agresiva. La muestra estaba compuesta por 1557 adolescentes, 818 hombres y 758

mujeres de 12 a 15 años. El instrumento utilizado para medir la conducta agresiva fue la Escala de Agresividad Física y Verbal [AFV] (Caprara & Pastorelli, 1993; Del Barrio et al., 2001), para medir las emociones utilizaron la Escala de Inestabilidad Emocional [IE] (Caprara & Pastorelli, 1993; Del Barrio et al., 2001) y el Índice de empatía para niños y adolescentes (Bryant, 1982; Mestre, Pérez Delgado, Frías & Samper, 1999) y para medir el estilo de afrontamiento utilizaron la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (*Frydenberg & Lewis, 1995; Pereña & Seisdedos, 1997*). Los autores encontraron evidentes diferencias entre los adolescentes con baja y alta agresividad y los EA que utilizan. Encontraron que los adolescentes que aplican mayormente un EA improductivo son más agresivos, mientras que los menos agresivos utilizan un EA más centrado en la resolución del problema. Por otro lado, hallaron que los adolescentes de mayor edad fueron los que puntuaron más alto en agresividad y en inestabilidad emocional. Los investigadores confirmaron la relación entre agresividad y EA. Además, concluyeron que los EA centrados en la resolución de problemas y en la relación con los demás tienen un carácter protector frente a la agresividad, mientras que el efecto contrario es producido por el afrontamiento improductivo.

Un estudio realizado en España por Viñas Poch, Gonzales Carrasco, Garcia Moreno, Malo Cerrato y Casas Aznar (2015) tuvo como objetivo conocer el nivel de bienestar personal en adolescentes, por un lado, y analizar la relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y el bienestar personal por el otro. La muestra estuvo compuesta por 656 adolescentes de 11 a 17 años. Para medir EA utilizaron la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS; *Frydenberg & Lewis, 1996b*) y para medir el bienestar personal emplearon el *Personal Wellbeing Index* (PWI; *Cummins, Eckersley, van Pallant, Vugt & Misajon, 2003*). En los hallazgos descubrieron que las chicas que tienen menor grado de bienestar personal afrontan menos los problemas o no los reinterpretan positivamente. Además, encontraron que en los chicos una falta de preocupación o preocuparse en exceso está asociado con menor bienestar personal. Los autores enfatizaron en que en las edades en las que el bienestar personal disminuye, sería oportuno en la enseñanza secundaria, incorporar programas orientados a mejorar los EA.

Una investigación realizada recientemente en Colombia por Bahamón Muñetón, Uribe Alvarado, Trejos Herrera y Reyes Ruiz (2018) tuvo como objetivo establecer la relación entre los estilos de afrontamiento y el riesgo suicida y además, estimar si el afrontamiento predice el riesgo suicida en adolescentes. La muestra estuvo compuesta por 617 adolescentes entre 14 y 18 años de edad. El instrumento utilizado para medir el riesgo suicida fue el Inventario de

Orientación Suicida ISO-30 (King y Kowalchuk, 1994) adaptación UBA (Fernández & Casullo, 2006) y el Inventario de Estimación de Afrontamiento COPE (Carver, Scheier & Weintraub, 1989) para medir los estilos de afrontamiento. Los resultados mostraron que el 19,2% de los participantes presentaron riesgo de suicidio alto encontrándose diferencias por sexo con un valor más elevado en las mujeres. Además se encontró correlación significativa entre riesgo suicida y estrategias de afrontamiento evitativas tanto en hombres como en mujeres. Los investigadores llegaron a la conclusión de que los estilos de afrontamiento centrados en la solución de problemas son un factor protector en los adolescentes y el uso de estrategias de afrontamiento evitativas son un factor de riesgo para la conducta suicida.

Inteligencia Emocional y Estilos de Afrontamiento en Adolescentes

En la investigación realizada por Downey, Johnston, Hansen y Birney (2010) tuvieron como objetivo explorar el efecto mediador de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en la conducta problemática en adolescentes australianos. Para ello emplearon instrumentos de autoinforme en una muestra de 145 adolescentes, 60 niños y 85 niñas de con un promedio de 12 años. Los investigadores encontraron que la relación entre la participación de conductas problemáticas y la gestión y control emocional esta mediada por el uso del estilo de afrontamiento no productivo. Los autores concluyeron que el desarrollo de habilidades emocionales puede ser necesario para mejorar los resultados de afrontamiento para los adolescentes, lo que además puede producir mejoras psicológicas a largo plazo.

Davis y Humphrey (2012) tuvieron como objetivo en su estudio determinar cómo la inteligencia emocional afecta la salud mental a través de múltiples estrategias de afrontamiento en la adolescencia. Exploraron sistemáticamente las interrelaciones entre afrontamiento, inteligencia emocional, depresión y comportamiento disruptivo en 748 adolescentes de edad promedio 13 años y medio. Los resultados mostraron que la inteligencia emocional modifica la eficacia del afrontamiento, altos niveles en inteligencia emocional amplifican los efectos beneficiosos del afrontamiento productivo y minimiza los efectos del afrontamiento no productivo. Los investigadores llegaron a la conclusión de que la habilidad de inteligencia emocional impacta en la salud mental a través de una selección flexible de estilos de afrontamiento.

Velasquez Orlandini (2016) realizó una investigación en Perú con el objetivo de determinar la relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y estilos de afrontamiento. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes de 14 a 17 años de escuela secundaria. El instrumento utilizado para medir inteligencia emocional fue *el Trait Meta-Mood*

Scale-24 (TMMS-24; Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos, 2004) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS (Adaptación de Jaime Pereña & Nicolás Seisdedos, 1997) para medir estilos de afrontamiento. Los resultados mostraron que los varones presentaron mayor claridad emocional que las mujeres. La investigadora llegó a la conclusión de que existe relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento.

En una investigación realizada recientemente en España por Morales Rodríguez (2017) tuvo como objetivo analizar las relaciones entre estrategias de afrontamiento y habilidades sociales, factores de autoconcepto e inteligencia emocional. La muestra estuvo compuesta por 154 estudiantes de 13 a 24 años de Educación Secundaria Obligatoria y de diferentes ciclos formativos. Los instrumentos de medición utilizados fueron el Cuestionario de habilidades sociales (Torbay, Muñoz de Bustillo y Hernandez, 2001) para medir habilidades sociales, la Escala multidimensional de Autoconcepto (AF-5) (García y Musitu, 2001) para evaluar autoconcepto, la Escala de Afrontamiento (EA) (Morales et al., 2012) para medir los estilos de afrontamiento y por último el *Trait Meta- Mood Scale* (TMMS-24) (Fernández- Berrocal, Extremera & Ramos, 2003) para evaluar inteligencia emocional. Los resultados mostraron relaciones positivas entre EA productivas y habilidades sociales, autoconcepto e inteligencia emocional. Además, se encontró que el empleo de estrategias improductivas se relaciona con el autoconcepto negativo. El autor concluyó que su estudio resulta importante para mejorar las orientaciones psicoeducativas a adolescentes que colaboren al afrontamiento de posibles sucesos y disminuir los síntomas derivados del estrés cotidiano.

Metodología

Tipo de estudio

El tipo de estudio fue descriptivo y correlacional y de campo. Con respecto al tiempo se trataba de un diseño transversal.

Muestra

Como criterio de inclusión, se consideró que los participantes tengan de 12 a 17 años, de ambos sexos, que residan en la Zona Sur del Gran Buenos Aires y que estén cursando 1ro, 2do, 3ro, 4to o 5to año de la escuela secundaria de gestión privada. Se excluyeron participantes que tengan algún trastorno de lectura o escritura.

Se recolectó una muestra no probabilística por conveniencia de 420 alumnos de escuelas secundarias con una edad comprendida entre 12 y 17 años ($M = 14.14$; $DE = 1.540$), como se ve en el gráfico 1. De estos, el 43.6% corresponde al sexo masculino ($n = 183$) y el 56.4% al sexo femenino ($n = 237$), como se ve en el gráfico 2.

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico. Se diseñó un cuestionario *ad hoc* para la recolección de datos sociodemográficos tales como la edad, el sexo, el tipo de escuela, entre otros.

Inteligencia Emocional. Para medir la inteligencia emocional se utilizó el Trait-Meta Mood Scale-24 (TMMS-24) de Salovey y otros (1995), el cual consiste en una versión reducida del Trait-Meta Mood Scale-48 (TMMS-48), validado y traducido al español por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004). Este consta de veinticuatro ítems divididos en tres dimensiones: atención emocional, que es la cantidad de atención que se presta de las propias emociones, es decir, la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada, claridad emocional, que es la percepción que se tiene de los propios estados emocionales, el grado en que la persona experimenta sus sentimientos con claridad o entiende cómo se siente y reparación emocional, que es la creencia del individuo sobre su habilidad para regular los estados emocionales negativos y aumentar los positivos. Cada dimensión consta de ocho ítems que deben ser puntuados con una escala tipo Likert donde las respuestas pueden ser: 1 (*nada de acuerdo*), 2 (*algo de acuerdo*), 3 (*bastante de acuerdo*), 4 (*muy de acuerdo*) y 5 (*totalmente de acuerdo*). Deben sumarse las puntuaciones asignadas a los ítems que componen cada una de las escalas. Estas escalas cuentan con frases como: *Presto mucha atención a mis sentimientos (ítem 1)*, *Normalmente me preocupo mucho por lo que siento (ítem 2)* para atención emocional,

Tengo claros mis sentimientos (ítem 9), Frecuentemente puedo definir mis sentimientos (ítem 10), para claridad emocional y Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables (ítem 18), Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida (ítem 19) para reparación emocional. El análisis de las propiedades psicométricas arrojó un alfa de Cronbach de 0.90 para atención emocional, 0.90 para claridad emocional y 0.86 para la reparación emocional (Fernández-Berrocal et al., 2004). En el presente estudio se obtuvieron coeficientes de fiabilidad aceptables, a saber: atención emocional ($\alpha = .794$); claridad emocional ($\alpha = .797$) y reparación emocional ($\alpha = .794$).

Estilos de afrontamiento. Para medir el estilo de afrontamiento se utilizaron las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS; Frydenberg & Lewis, 1996). Estas están constituidas por 79 ítems de tipo cerrado y uno de final abierto, distribuidos en 18 subescalas que permiten conocer las estrategias de afrontamiento de los adolescentes (12 a 17 años). Cada ítem es valorado en una escala tipo Likert de cinco puntos en función de la frecuencia con que se da la conducta de afrontamiento A (*nunca lo hago*), B (*lo hago raras veces*), C (*lo hago algunas veces*), D (*lo hago a menudo*) y E (*lo hago con mucha frecuencia*), luego se suman las puntuaciones asignadas a los ítems que componen cada una de las escalas. Estas 18 subescalas se pueden agrupar en tres grandes estilos de afrontamiento: productivo o resolutivo, que está caracterizado por los esfuerzos que se orientan a resolver el problema sosteniendo una actitud optimista y socialmente conectada, improductivo, que está asociado a una incapacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación y dirigido a otros o llamado referencia, que está asociado a una incapacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación. Estas dimensiones cuentan con frases como: *Me dedico a resolver lo que está provocando el problema (ítem 2), Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud (ítem 37) para el estilo resolutivo, Espero que el problema se resuelva solo (ítem 44), Me considero culpable de los problemas que me afectan (ítem 67), para el estilo improductivo y Pido a dios que cuide de mi (ítem 69), Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo (ítem 17) para el estilo de referencia. Existen dos versiones de las escalas: general y afrontamiento específico de un problema. En este estudio se utilizó la versión de afrontamiento general. La adaptación española de Beatriz Canessa (2002) presenta unos coeficientes de fiabilidad aceptables (coeficiente alfa de Cronbach entre .54 y .85, con una media de .70). En el presente estudio se obtuvieron coeficientes de fiabilidad aceptables, a saber: estilo resolutivo ($\alpha = .849$); estilo de referencia ($\alpha = .722$) y estilo improductivo ($\alpha = .690$).*

Procedimiento

Procedimiento de recolección de datos:

Se contactó con un colegio secundario de gestión privada de GBA Sur. Se seleccionaron a los participantes de la investigación. Se les solicitó un consentimiento informado a los padres de los participantes y se les explicó a ambos (padres y participantes) el fin de la investigación y su tiempo de duración. Además, se les garantizó que su participación sería de carácter anónimo y confidencial.

Se acordó un día y horario para concurrir al colegio a realizar la recolección de los datos y la toma de cuestionarios, los mismos se llevaron a cabo de manera colectiva en las aulas de los respectivos cursos.

Procedimiento de análisis de datos:

Se realizaron análisis descriptivos sobre la inteligencia emocional y sus dimensiones y sobre los estilos de afrontamiento y sus dimensiones para poder responder a los objetivos específicos. Se realizaron pruebas *t* de Student para analizar las diferencias según características sociodemográficas (sexo y edad). Se utilizó la mediana de edad para dividir a los alumnos en dos grupos y el sexo. El grupo número uno estuvo conformado por estudiantes con un rango de 12 a 14 años y el grupo número dos por estudiantes de 15 a 17 años. Para responder al objetivo segundo planteado en esta investigación se realizó un análisis de correlación bivariada de Pearson con el fin de explorar la relación, para en una segunda instancia realizar regresiones lineales múltiples. Se procesaron los datos con el programa estadístico SPSS 24 (*Statistical Package for Social Sciences*).

Resultados

Inteligencia Emocional y sus dimensiones

En la tabla 1 se presentan los estadísticos descriptivos realizados para cumplir con el primer objetivo específico: describir las puntuaciones de inteligencia emocional que poseen los adolescentes.

En primera instancia, se observó que en la dimensión reparación emocional los adolescentes obtuvieron una puntuación media de 26.20 ($DE = 7.059$), con un mínimo de 9 y un máximo de 40. En segunda instancia, se observó que la media de claridad emocional fue de

23.83 ($DE = 6.750$), con una puntuación mínima de 9 y una puntuación máxima de 40. Y, en última instancia, la media de atención emocional fue de 23.68 ($DE = 6.380$), con un mínimo de 8 y un máximo de 39.

Tabla 1: *Estadísticos descriptivos de Inteligencia Emocional*

	Media (DE)	Mínimo	Máximo
Reparación Emocional	26.20 (7.059)	9	40
Claridad Emocional	23.83 (6.750)	9	40
Atención Emocional	23.68 (6.380)	8	39

Inteligencia emocional según género y edad

En la tabla 2 se presentan las diferencias en Inteligencia Emocional según sexo, donde se observó existen diferencias estadísticamente significativas en sus dimensiones. Por una parte, se observó existen diferencias en atención emocional ($t_{(420)} = -2.936$; $p < 0.1$), donde las mujeres ($M = 24.48$; $DE = 6.150$) puntuaron significativamente más alto que los hombres ($M = 22.65$; $DE = 6.540$). Por otra parte, se observó existen diferencias en claridad emocional ($t_{(420)} = 5.990$; $p < 0.1$), donde los hombres ($M = 25.98$; $DE = 6.161$) obtuvieron una puntuación más alta que las mujeres ($M = 22.16$; $DE = 6.725$). Por último, también se observó existen diferencias estadísticamente significativas en reparación emocional ($t_{(420)} = 5.400$; $p < 0.1$) a favor de los hombres ($M = 28.25$; $DE = 6.301$) sobre las mujeres ($M = 24.62$; $DE = 7.216$). En el gráfico 3 se muestran los resultados.

Tabla 2: *Diferencias en Inteligencia Emocional según sexo*

	Sexo		$t_{(420)}$
	Hombre Media (DE) $n = 183$	Mujer Media (DE) $n = 237$	
Atención Emocional	22.65 (6.540)	24.48 (6.150)	-2.936**
Claridad Emocional	25.98 (6.161)	22.16 (6.725)	5.990**
Reparación Emocional	28.25 (6.301)	24.62 (7.216)	5.400**

Nota: **. La diferencia es significativa en el nivel 0.01

En la tabla 3 se presentan las diferencias en Inteligencia Emocional según grupos de edad, sobre lo cual vale advertir no se observaron diferencias estadísticamente significativas excepto en la dimensión reparación emocional ($t_{(420)} = -2.147$; $p < 0.5$), donde el grupo de 12 a 14 años ($M = 26.86$; $DE = 6.685$) puntuó más elevado que el grupo de 15 a 17 años ($M = 25.38$; $DE = 7.438$), como se muestra en el gráfico 4.

Tabla 3: *Diferencias en Inteligencia Emocional según edad*

	Edad		$t_{(420)}$
	12 a 14 años	15 a 17 años	
	Media (<i>DE</i>)	Media (<i>DE</i>)	
	$n = 234$	$n = 186$	
Atención Emocional	23.37 (6.357)	24.08 (6.405)	.129ns
Claridad Emocional	24.05 (6.614)	23.54 (6.926)	.762ns
Reparación Emocional	26.86 (6.685)	25.38 (7.438)	2.147*

Nota: *. La diferencia es significativa en el nivel 0.05
 ns . La diferencia no es estadísticamente significativa.

Estilos de Afrontamiento y sus dimensiones

En la tabla 4 se presentan los estadísticos descriptivos de Estilos de Afrontamiento donde, en primera instancia, se observó la media más alta en el estilo resolutivo ($M = 100.92$; $DE = 16.497$) con una puntuación mínima de 50 y una puntuación máxima de 136, seguido del estilo de referencia ($M = 63.12$; $DE = 12.527$) con un mínimo de 35 y un máximo de 102 y, en último lugar, la media más baja se observó en el estilo de afrontamiento improductivo ($M = 62.75$; $DE = 10.749$), donde la puntuación mínima fue de 33 y la puntuación máxima de 94.

Tabla 4: *Estadísticos Descriptivos de Estilos de Afrontamiento*

	Media (<i>DE</i>)	Mínimo	Máximo
Resolutivo	100.92 (16.497)	50	136
Referencia	63.12 (12.527)	35	102
Improductivo	62.75 (10.749)	33	94

Estilos de Afrontamiento según sexo y edad

En la tabla 5 se presentan las diferencias en estilo de afrontamiento según sexo, donde, en primer lugar, no se advierten diferencias estadísticamente significativas en el estilo resolutivo entre hombres y mujeres. No obstante, sí se observaron diferencias en el estilo de referencia ($t_{(420)} = -5.651$; $p < 0.1$) a favor de las mujeres ($M = 66.05$; $DE = 12.764$) sobre los hombres ($M = 59.31$; $DE = 11.145$). Lo opuesto se observó respecto al estilo improductivo, donde también existen diferencias estadísticamente significativas ($t_{(420)} = 4.720$; $p < 0.1$), pero a favor de los hombres ($M = 65.51$; $DE = 10.874$) sobre las mujeres ($M = 60.63$; $DE = 10.178$), como se presenta en el gráfico 5.

Tabla 5: *Diferencias en Estilos de Afrontamiento según sexo*

	Sexo		$t_{(420)}$
	Hombre Media (DE) $n = 183$	Mujer Media (DE) $n = 237$	
Resolutivo	101.86 (16.039)	100.20 (16.839)	1.026 ns
Referencia	59.31 (11.145)	66.05 (12.764)	-5.651**
Improductivo	65.51 (10.874)	60.63 (10.178)	4.720**

Nota: **. La diferencia es significativa en el nivel 0.01
 ns . La diferencia no es estadísticamente significativa

En la tabla 6 se presentan las diferencias en estilos de afrontamiento según edad, donde, por una parte, no se observaron diferencias en el estilo resolutivo y el estilo de referencia entre los grupos de menor y mayor edad pero, por otra parte, se observaron diferencias estadísticamente significativas en lo que respecta al estilo de afrontamiento improductivo ($t_{(420)} = 2.213$; $p < 0.5$), donde el grupo de 12 a 14 años de edad puntuó más alto ($M = 63.79$; $DE = 11.085$) que el grupo de 15 a 17 años de edad ($M = 61.46$; $DE = 10.195$), como se presenta en el gráfico 6.

Tabla 6: *Diferencias en Estilos de Afrontamiento según edad*

	Edad		<i>t</i> ₍₄₂₀₎
	12 a 14 años	15 a 17 años	
	Media (DE)	Media (DE)	
	<i>n</i> = 234	<i>n</i> = 186	
Resolutivo	101.48 (16.269)	100.23 (16.797)	.773 <i>ns</i>
Referencia	62.24 (11.755)	64.24 (13.393)	-1.602 <i>ns</i>
Improductivo	63.79 (11.085)	61.46 (10.195)	2.213*

Predictores de Estilos de Afrontamiento

En primer lugar, se observó una correlación positiva débil entre atención emocional y estilo de afrontamiento resolutivo ($r = .366$; $p < 0.1$), una correlación positiva débil entre atención emocional y estilo de afrontamiento de referencia ($r = .263$; $p < 0.1$) y una correlación positiva muy débil entre atención emocional y estilo de afrontamiento improductivo ($r = .157$; $p < 0.1$).

En segundo lugar, se observó una correlación positiva débil entre claridad emocional y estilo de afrontamiento resolutivo ($r = .297$; $p < 0.1$), una correlación negativa débil entre claridad emocional y estilo de afrontamiento de referencia ($r = -.223$; $p < 0.1$) y una correlación positiva débil entre claridad emocional y estilo de afrontamiento improductivo ($r = .233$; $p < 0.1$).

En tercer y último lugar, se observó una correlación positiva débil entre reparación emocional y estilo de afrontamiento resolutivo ($r = .411$; $p < 0.1$), una correlación negativa débil entre reparación emocional y estilo de afrontamiento de referencia ($r = -.214$; $p < 0.1$) y una correlación positiva débil entre reparación emocional y estilo de afrontamiento improductivo ($r = .456$; $p < 0.1$), como se muestra en la tabla 7.

Tabla 7: *Correlación entre Inteligencia Emocional y Estilos de Afrontamiento*

	Resolutivo	Referencia	Improductivo
Atención Emocional	.366**	.263**	.157**
Claridad Emocional	.297**	-.223**	.233**
Reparación Emocional	.411**	-.214**	.456**

Nota: *. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral)

Finalmente se llevaron a cabo una serie de regresiones lineales múltiples para predecir los estilos de afrontamiento a partir de los puntajes de inteligencia emocional. En la tabla 8 se presenta el análisis de regresión lineal múltiple, donde se observó que las dimensiones de Inteligencia Emocional explican significativamente la varianza del estilo de afrontamiento resolutivo (30%). Concretamente, la atención emocional ($t = 8.290$; $\beta = .340$; $p < .001$) es la que mejor predice el estilo de afrontamiento resolutivo. Es decir, una mayor atención emocional predice un mayor estilo de afrontamiento resolutivo. Al llevar a cabo el mismo procedimiento para referencia, se detectó que se predecía significativamente la varianza (14%). Concretamente, la atención emocional ($t = 6.108$; $\beta = .278$; $p < .001$) es la que mejor predice dicho estilo, como se ve en la tabla 9. Esto es a mayor atención emocional, mayor referencia. En cambio, a menor claridad y reparación, mayor referencia. Con respecto al estilo no productivo se detectó que también se predecía una varianza significativa (22%) con el mejor predictor siendo reparación ($t = 9.000$; $\beta = .424$; $p < .001$), como se muestra en la tabla 10. Se observaba a que a más atención y reparación, mayor afrontamiento improductivo.

Tabla 8. Regresiones lineales múltiples para afrontamiento resolutivo

Predictores	β	t	p
Atención Emocional	.340	8.290	.000***
Claridad Emocional	.156	3.492	.001***
Reparación Emocional	.327	7.324	.000***

Nota: *** significación a nivel.001.

Tabla 9. Regresiones lineales múltiples para afrontamiento referencia

Predictores	β	t	p
Atención Emocional	.278	6.108	.000***
Claridad Emocional	-	-3.321	.001***
Reparación Emocional	-	-3.343	.001***

Nota: *** significación a nivel.001.

Tabla 10. *Regresiones lineales múltiples para afrontamiento no productivo*

Predictores	β	t	p
Atención Emocional	.128	2.953	.003**
Claridad Emocional	.059	1.264	.207
Reparación Emocional	.424	9.000	.000***

Nota: ** significación a nivel .003 ***.Significación a nivel .001.

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo principal analizar la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en adolescentes de 12 a 17 años que asisten a la educación media. Resulta importante estudiar esta relación, para comprender más sobre las emociones y habilidades sociales en el desarrollo de los adolescentes de nuestra comunidad. Para ello se utilizó una muestra no probabilística por conveniencia de 420 alumnos de escuelas secundarias de gestión privada con una edad comprendida entre 12 y 17 años. De estos, el 43.6% corresponde al sexo masculino ($n = 183$) y el 56.4% al sexo femenino ($n = 237$), a los cuales se les aplicó un Cuestionario Sociodemográfico, el Trait-Meta Mood Scale-24 (TMMS-24) de Salovey y otros (1995) y las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS; Frydenberg & Lewis, 1996).

Con respecto a los objetivos específicos, el primero consistió en describir las puntuaciones de inteligencia emocional y estilos de afrontamiento que poseen los adolescentes. Por un lado, las medidas de inteligencia emocional obtenidas en la presente investigación son similares a investigaciones previas (Pena Garrido, Extremera Pacheco & Rey Peña, 2011) donde la dimensión con mayor puntaje fue reparación emocional. Esta misma, fue también la dimensión con puntuación más alta en estudios posteriores realizados por Velásquez Orlandini (2016) y Morales Rodríguez (2017).

Por otro lado, en relación a los estilos de afrontamiento, el estilo que puntuó más alto en esta investigación fue el estilo resolutivo, esto concuerda con los resultados reportados por Mestre et al. (2012) donde se hace hincapié en que los adolescentes que utilizan este estilo de afrontamiento son menos agresivos. El afrontamiento resolutivo fue también la dimensión con mayor puntuación en investigaciones posteriores llevadas a cabo por Velásquez Orlandini (2016) y Morales Rodríguez (2017).

En lo que respecta al segundo objetivo específico este radicó en analizar si existen diferencias en las puntuaciones de inteligencia emocional y estilos de afrontamiento según las variables sociodemográficas sexo y edad. Por una parte, en relación a las diferencias en inteligencia emocional según edad se observaron diferencias estadísticamente significativas en reparación emocional, donde el grupo de menor edad puntuó más elevado que el grupo mayor edad. Estos resultados difieren con los obtenidos por Velásquez Orlandini (2016) en donde no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en relación a la edad.

Por otra parte, en relación a la edad, solo se observaron diferencias estadísticamente significativas en lo que respecta al estilo de afrontamiento improductivo, donde los adolescentes de menor edad (12 a 14 años) puntuaron más alto que los adolescentes de mayor edad (15 a 17 años). Estos resultados difieren con los hallados en investigaciones anteriores como es el caso de Mestre et al. (2012) donde al hacer un análisis agrupando los tres estilos básicos de afrontamiento, los resultados no señalaron diferencias estadísticamente significativas. Por otra parte, en el trabajo realizado por Velásquez Orlandini (2016) se advierte un mayor estilo de afrontamiento improductivo por parte de los adolescentes de mayor edad. Se esperaban diferencias entre los resultados de las investigaciones, ya que en el caso de Mestre et al. (2012), se trabajó con una muestra del primer ciclo de escuela secundaria, y en Velásquez Orlandini (2016) la muestra se trató de adolescentes de 3ro a 5to año solamente.

En lo que respecta a las diferencias de inteligencia emocional según sexo, se observó que existen diferencias estadísticamente significativas en todas sus dimensiones. En primer lugar, como resultado se halló que las mujeres puntuaron significativamente más alto que los hombres en atención emocional. Estos resultados concuerdan con los reportados por Peña Garrido et al. (2011) quienes también concluyeron que las mujeres presentan mayores niveles de atención a sus emociones, hecho que asociaron a niveles más elevados de desajuste emocional. En segundo lugar se halló que los hombres obtuvieron una puntuación más alta que las mujeres en claridad emocional. Estos resultados son congruentes con los obtenidos por Velásquez Orlandini (2016) en los que se observó que los varones presentaron mayor claridad emocional que las mujeres. En tercer y último lugar, los resultados indicaron que los hombres puntuaron más alto en reparación emocional que las mujeres, resultados que coinciden con los reportados por Peña Garrido et al. (2011) quienes concluyeron que los varones presentan mayor aptitud para reparar sus estados emocionales negativos. Se estima que las diferencias obtenidas según género podrían deberse a diferentes factores condicionantes como el tipo de escuela, nivel socioeconómico, contexto sociocultural y ambiental entre otros.

Respecto a las diferencias de estilos de afrontamiento según sexo, no se encontraron diferencias significativas en el estilo resolutivo. Sin embargo se observaron diferencias estadísticamente significativas en el estilo de referencia a favor de las mujeres sobre los hombres, esto concuerda con los resultados reportados por Viñas Poch et al. (2015) donde las mujeres puntuaron más alto en los estilos de referencia que los hombres. En la misma investigación de dicho autor (Viñas Poch et al, 2015) se reportaron para el estilo de

afrontamiento improductivo mayores puntuaciones en mujeres que en varones, resultados que difieren con los hallados en la presente investigación en la que se observaron diferencias estadísticamente significativas pero a favor de los hombres sobre las mujeres.

Finalmente, el tercer objetivo específico consistió en observar si los puntajes en inteligencia emocional son predictores de los estilos de afrontamiento en adolescentes, específicamente si mayores niveles de atención emocional predicen mayores niveles de afrontamiento resolutivo. En este caso, los resultados indicaron que en general las dimensiones de inteligencia emocional explican una varianza grande del estilo de afrontamiento resolutivo. También la atención emocional –junto con las otras dos dimensiones- explicaban un tamaño mediano del estilo de referencia. En cambio, una inteligencia emocional –atención y reparación- explicaban un tamaño grande del estilo no productivo o improductivo. Estos resultados concuerdan con los hallados en Downey, Johnston, Hansen y Birney (2010) quienes señalaron que la relación entre conductas problemáticas y la gestión y control emocional esta medida por el uso del estilo de afrontamiento no productivo. Asimismo los resultados obtenidos en la presente investigación concuerdan con los detectados en Davis y Humphrey (2012) quienes indicaron que la inteligencia emocional modifica la eficacia del afrontamiento, altos niveles de inteligencia emocional amplifican los efectos beneficiosos del afrontamiento productivo y minimiza los efectos del afrontamiento no productivo. Estos autores plantean que la habilidad de la inteligencia emocional impacta en la salud mental a través de una selección flexible de estilos de afrontamiento. Además, los resultados obtenidos son congruentes con los reportados por Morales Rodríguez (2017) quien observó la existencia de relaciones positivas entre estrategias de afrontamiento productivas y habilidades sociales, autoconcepto e inteligencia emocional.

En otras palabras, estos resultados coinciden con los hallados por Downey et al. (2010) donde se llegó a la conclusión que la inteligencia emocional facilita el desarrollo de estrategias de afrontamiento adaptativas y con la investigación realizada por Morales Rodriguez (2017) se llegó a similares resultados concluyendo que los estudiantes con mayor empleo de las estrategias productivas de afrontamiento, tiene mayor puntuación en inteligencia emocional. Además, en la presente investigación, se concluyó que la atención emocional –en general- es uno de los mejores predictores de la inteligencia emocional. Esto se refiere a que cuanto mayor es la capacidad de los adolescentes de sentir y expresar las emociones de manera adecuada, mejor pueden comprender su estado emocional y, por lo tanto, en consecuencia, a la hora de

afrontar un problema, es probable que lo hagan sosteniendo una actitud optimista, concentrándose y esforzándose en la resolución del problema o pasando tiempo con amigos y buscando distracción relajante y física. Estos resultados se relacionan con lo hallado por Davis y Humphrey (2012) quienes observaron en una muestra de 748 adolescentes, que la característica de inteligencia emocional modifica la eficacia del estilo de afrontamiento, altos niveles de inteligencia emocional amplifican los efectos provechosos del afrontamiento productivo y minimiza los efectos del afrontamiento no productivo. Sin embargo, los resultados de la presente investigación no coinciden con los de la literatura científica en el sentido que a mayor inteligencia emocional, mayor estilo de afrontamiento improductivo. Tal vez esto pueda deberse que en algunos casos un excesivo nivel de inteligencia emocional podría ser disfuncional para algunos estresores. Sin embargo, estos resultados no son generalizables por tratarse de una muestra no muy grande e intencional. Por otra parte, es fundamental cómo el adolescente evalúa la situación y, en consecuencia, cómo la enfrenta. El modelo de afrontamiento transaccional propuesto por Lazarus y Folkman (1986) lo define como los esfuerzos cognitivos-conductuales continuamente cambiantes que realiza el sujeto para manejar las demandas internas y/o externas, que son evaluadas como agotando o excediendo los recursos personales. El afrontamiento estaría determinado por la persona, el ambiente y su interacción mutua (Frydenberg y Lewis, 1991). Por ende, no es que en sí que la inteligencia emocional sería disfuncional, sino que todo depende del tipo de estresor que el sujeto afronta y cómo lo percibe. Por ejemplo, ante una situación en la cual el adolescente no puede centrarse en el problema –la muerte de un ser querido- lo funcional es un manejo de las emociones. Pero, en cambio, el tener que estudiar para un examen de una materia difícil, puede ser algo poco funcional pensar que solamente el manejo de las emociones de uno y de los otros es la mejor estrategia para afrontar dicho estresor. Como Compas (1999) señala no existen estrategias funcionales o disfuncionales, sino que todo depende de cada estresor y cómo se percibe; incluso lo disfuncional puede ser siendo usar las mismas estrategias a través de las distintas situaciones.

Limitaciones y futuras líneas de investigación

Como limitación debe considerarse que la presente investigación se trató de un estudio transversal, por lo tanto no se establece la secuencia temporal de las variables estudiadas y además está sujeta a potenciales sesgos. Asimismo, se debe tener en cuenta que se trató de un trabajo de campo, en consecuencia tuvo limitaciones espaciales, ya que se debió conseguir el lugar donde realizar la investigación. También tuvo limitaciones temporales, puesto que se tuvieron que acordar días y horarios y un tiempo estimado necesario para la toma de muestra por aula, entre otras cosas. Por otra parte, la recolección de datos se hizo por medio de autoinformes, por lo tanto existe la posibilidad de simulación o falseamiento, deseabilidad social y estilos de respuesta entre otros sesgos.

Otra de las limitaciones corresponde al tipo de muestra, el tipo de muestra intencional y no muy grande no permite generalizar los resultados. También las características sociodemográficas homogéneas (escuela de gestión privada y no contar con escuelas públicas) fue otra limitación que presentó este estudio.

No se contemplaron otras variables como el nivel de estudio de los padres y el tipo de orientación escolar que se encuentran cursando los alumnos de 4to y 5to año. Por otro lado, se advierte la necesidad de tener en cuenta que el tiempo destinado a la explicación de la actividad y a evacuar dudas sobre los ítems resulta variable según las edades de los participantes.

A pesar de las limitaciones, se considera que este estudio hace una contribución importante al conocimiento actual sobre la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en adolescentes, al tener en cuenta que cuanto más atención los adolescentes le prestan a sus emociones, mejores estrategias utilizan para afrontar un conflicto. Los resultados hallados en la investigación dejan en manifiesto la importancia de fomentar la educación emocional e intervenciones psicoeducativas en la adolescencia.

Se considera importante que para futuras investigaciones se amplié la muestra y la misma se recoja al azar. Por otra parte, se deberían llevar a cabo estudios longitudinales que permitan examinar los beneficios de la inteligencia emocional, como también examinar la direccionalidad de las variables. Se deberían recoger los datos con otras técnicas además del autoinforme, como nominaciones de pares para evitar las limitaciones del autoinforme. Asimismo, futuras investigaciones deberían orientarse a evaluar la eficacia a corto y largo plazo de programas orientados a promover la educación emocional para que los adolescentes puedan

afrontar los conflictos de manera más beneficiosa. Se sugiere para futuras investigaciones utilizar una muestra más amplia y aleatoria que permita analizar las diferencias entre varios grupos socioculturales, como también incluir otras variables relevantes: ambiente parental, temperamento, clase social, entre otras.

Se recomienda además seguir con la misma línea de investigación considerando un mayor número de características sociodemográficas, tales como tipo de escuela, clase económica y ampliar la limitación geográfica, ya que el presente estudio se llevó a cabo solo en escuelas de gestión privada de la zona sur de la ciudad de Buenos Aires.

Conclusión

Los resultados permitieron observar una relación positiva entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento, evidenciando que a medida que aumenta el nivel de inteligencia emocional, también lo hacen los estilos beneficiosos de afrontamiento. En este contexto, se advierte que las puntuaciones más elevadas se observaron en la dimensión atención emocional para inteligencia emocional y en estilo resolutivo para los estilos de afrontamiento.

Por una parte, se acepta la primera hipótesis, según la cual los adolescentes de menor edad presentan estrategias de afrontamiento más improductivas, puesto que se halló diferencia estadísticamente significativa en lo que respecta al estilo de afrontamiento improductivo donde los menores puntuaron más alto que los mayores. Sin embargo, no se hallaron diferencias significativas en el estilo resolutivo y el estilo de referencia según edad. En añadidura, vale enunciar que en cuanto a las diferencias en inteligencia emocional según grupos de edad, no se observaron diferencias estadísticamente significativas excepto en la dimensión reparación emocional, donde el grupo de menor edad puntuó más elevado que el grupo de mayor edad.

Por otra parte, la segunda hipótesis, donde las mujeres utilizan en mayor medida estilos de afrontamiento menos productivos, mientras que los varones presentan niveles mayores de reparación que las chicas, se confirma parcialmente, dado que con respecto al estilo de afrontamiento improductivo, se encontraron diferencias estadísticamente significativas pero a favor de los hombres. Sin embargo, respecto a los niveles de reparación emocional entre varones y chicas, se observaron diferencias estadísticamente significativas a favor de los hombres. Respecto a las otras dimensiones de estilos de afrontamiento, no se advirtieron diferencias estadísticamente significativas en el estilo resolutivo, sin embargo se observaron diferencias en el estilo de referencia a favor de las mujeres sobre los hombres. Además, en cuanto a las diferencias en inteligencia emocional según sexo en las dimensiones restantes, se observó que las mujeres puntuaron significativamente más alto que los hombres en atención emocional, pero sucedió lo contrario en relación a la claridad emocional donde las diferencias estadísticamente significativas fueron a favor de los hombres, de esta manera se confirma la tercer hipótesis, pero solo de manera parcial.

Finalmente, se confirma la cuarta hipótesis, según la cual se plantea que los puntajes de inteligencia emocional son predictores de los niveles de estilos de afrontamiento donde se plantea que específicamente, mayores niveles de atención emocional predicen mayores niveles

de afrontamiento resolutivo, dado que se observó que la atención emocional es la que mejor predice el estilo de afrontamiento resolutivo.

Referencias Bibliográficas

- Bahamón Muñetón, M., Uribe Alvarado, J., Trejos Herrera, A. & Reyes Ruiz, L. (2018). Estilos de afrontamiento como predictores de riesgo suicida en estudiantes adolescentes. *Revista Científica Uninorte*, 36(1).
- Berrocal, P.F., & Extremera, N. (2008). A Review of Trait Meta- Mood Research. *International Journal of Psychology Research*, 2(1), 39-67.
- Davis, S. K. & Humphrey, N. (2012). The influence of emotional intelligence on coping and mental health in adolescence: Divergent roles for trait and ability. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1369-1375. doi: 10.1016/j.adolescence.2012.05.007.
- Doney, L. A., Johnston, P. J., Hansen, K. & Birney, J. (2010). Investigating the mediating effects of emotional intelligence and coping on problem behaviors in adolescents. *Australian Journal of Psychology*, 62 (1), 22-29. doi: 10.1080/00049530903312873.
- Extremera Pacheco, N. & Fernández Berrocal, P. (2005). Perceived emotional intelligence and life satisfaction: Predictive and incremental validity using the Trait Meta-Mood Scale. *Personality and Individual Differences*, 39(5), 937-948.
- Extremera Pacheco, N. & Fernández Berrocal, P. (2013). Inteligencia emocional en adolescentes. *Journal of Parents and Teachers*, 0(352), 34-39. Recuperado de <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/1170/993>
- Extremera Pacheco, N., Fernández Berrocal, P., Mestre Navas, J. & Guil Bozal, R. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(2), 209-228.
- Folkman, S. & Lazarus, R. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466-475.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (2000). Teaching coping to adolescents: when and to whom. *American Educational Research Journal*, 37(3), 727-745. doi: 10.3102/00028312037003727.
- Frydenberg, E. (1993b). The coping strategies used by capable adolescents. *Australian Journal of Guidance & Counselling* 3(1), 1-9.
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent coping. Theoretical and Research Perspectives*. New York: Routledge.

- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1996a). The Adolescent Coping Scale: multiple forms and applications of a self-report inventory in a counselling and research context. *European Journal of Psychological Assessment*, 12(3), 216-227. doi: 10.1027/1015-5759.12.3.224.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1996b). *Manual: ACS. Escalas de Afrontamiento para Adolescentes. Adaptado por J. Pereña y N. Seisdedos*. Madrid: TEA Ediciones.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (2009). Relations among well-being, avoidant coping, and active coping in a large sample of Australian adolescents. *Psychological Reports*, 104, 745-758. doi: 10.2466/PRO.104.3.745-758.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1994). Coping with different concerns: consistency and variation in coping strategies used by adolescents. *Australian Psychologist*, 29(1), 45-48. doi: 10.1080/00050069408257320.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.
- Goleman, D. (2001). Emotional intelligence: Issues in paradigm building. *The emotionally intelligent workplace*, 13, 26.
- Gonzales Barrón, R. G., Montoya Castilla, I., Casullo, M. M. & Bernabeu Verdu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14 (2), 363-368.
- Gonzalez-Yubero, S., Martín, R. & Lázaro-Visa, S. (2018). Inteligencia emocional rasgo y habilidad como predictores del consumo de alcohol en la adolescencia. *Psicothema*, 31 (3), 292-297.
- Hardy, T. (1992). *Historia de la psicología*. Madrid: Debate.
- Inglés, C. J., Torregrosa, M. S., García-Fernández, J. M., Martínez-Monteagudo, M. C., Estevez, E. & Delgado, B. (2014). Conducta agresiva e inteligencia emocional en la adolescencia. *European Journal of Education and Psychology*, 7(1), 29-41.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). Models of Emotional Intelligence. En R. Sternberg (Ed.), *Handbook of Intelligence* (pp. 396-420). Cambridge: Cambridge University Press.
- Mayer, J.D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). Nueva York: Basic Books.
- Mayer, R. E. (1983). *Pensamiento. resolución de problemas y cognición*. Barcelona: Paidós.
- Mestre, J.M. & Fernández Berrocal, P. (2007). *Manual de la Inteligencia Emocional*. Madrid: Piramide.
- Mestre, V., Samper, P., Tur-Porca, A. M., Richaud de Minzi, M. C. & Mesurado, B. (2012). Emociones, estilos de afrontamiento y agresividad en la adolescencia. *Universitas Psychologica*, 11(4), 1263-1275.
- Morales Rodríguez, F. M. (2017). Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. *European Journal of Education and Psychology*, 10, 41-48.
- Morales Rodríguez, F. M. (2018). Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1).
- Pena Garrido, M., Extremera Pacheco, N. & Rey Peña, L. (2011). El papel de la inteligencia emocional en la resolución de problemas sociales en estudiantes adolescentes. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 22(1), 69-79.
- Plancherel, B. & Bolognini, M. (1995). Coping and mental health in early adolescence. *Journal of Adolescence*, 18(4), 459-474. doi: 10.1006/jado.1995.1033.
- Rodríguez, M. F. (2013). La inteligencia emocional. *Revista de Clases de historia*, 7(1), 1 – 12.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211. doi: 10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG.
- Salovey, P., Stroud, L. R., Woolery, A. & Epel, E. (2002). Perceived Emotional Intelligence, Stress Reactivity, and Symptom Reports: Further Exploring Using the Trait Meta-

Mood Scale. *Psychology and Health*, 17(5), 611-627. doi:
10.1080/08870440290025812.

Velásquez Orlandini, E. (2016). Relación entre las dimensiones de la inteligencia intrapersonal y los estilos de afrontamiento en estudiantes de 3ro al 5to año de secundaria de la I.E. Libertador Castilla, del distrito de Aplao (tesis de grado). *Universidad Alas Peruanas*, Arequipa, Perú.

Viñas Poch, F., Gonzales Carrasco, M., Garcia Moreno, Y., Malo Cerrato, S. & Casas Aznar, F. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 31(1), 226-233.

ANEXOS

I: Nota para los colegios

Estimados directivos

De mi mayor consideración:

Mi nombre es Lorena Padin, y por la presente nota me dirijo a ustedes para solicitarles acceder a la administración de dos cuestionarios o escalas a los alumnos de 1ro, 2do, 3ro, 4to y 5to año del instituto. El objetivo es desarrollar mi trabajo de investigación final para la Lic. en Psicología, de la Universidad Argentina de la Empresa, acerca de “Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en adolescentes”, supervisada por el Dr. Santiago Resett. Las escalas que se administraran son: Trait-Meta Mood Scale-24 (TMMS-24) de Salovey y otros (1995) y las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS; Frydenberg & Lewis, 1996).

Para su administración se solicitara la autorización de los padres y la firma de un consentimiento informado por parte de los alumnos.

El uso de los datos será confidencial, únicamente con fines académicos. Asimismo, la participación de los adolescentes es de carácter voluntaria y totalmente anónima.

Su colaboración será de mucha ayuda para comprender más sobre las emociones y habilidades sociales en el desarrollo de los adolescentes de nuestra comunidad.

Les dejo mis datos de contacto:

Lorena Padin

1554685088

lorenacpadin@hotmail.com

Desde ya muchas gracias.

Lorena Padin

II: Nota para los padres

Señores Padres:

Solicitamos su autorización para que su hijo/a _____ responda a dos cuestionarios de forma anónima, que forman parte de una investigación científica ligada a la tesis de licenciatura que está realizando una Estudiante de Psicología de UADE, Lorena Padin. La

participación en la investigación es de carácter estrictamente voluntario y la información recolectada será tratada de forma totalmente confidencial, utilizándose solo para fines académicos.

El primero trata sobre distintas habilidades afectivas que inciden en el bienestar emocional y en la calidad de las relaciones interpersonales. Y el segundo es sobre los estilos y estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes ante las dificultades de la vida.

Estos cuestionarios son totalmente anónimos y aplicados en el horario de clase.

Su colaboración será de mucha ayuda para comprender más sobre las emociones y habilidades sociales en el desarrollo de los adolescentes ¡Muchas gracias!

Si desea más información puede contactarse al mail lorenacpadin@hotmail.com

Autorizo (Tildar lo que corresponda)

SI

NO

Notificado:

(Firma)

III: Consentimiento Informado

La presente investigación es realizada por Lorena Padin, alumna de la licenciatura en Psicología en la Universidad Argentina de la Empresa y supervisada por el Dr. Santiago Resett. El objetivo de esta es analizar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento de los adolescentes. Si accedes a participar en este estudio, se te solicitará que completes unos cuestionarios que te tomarán aproximadamente 15 minutos de tu tiempo.

La participación en la investigación es de carácter estrictamente voluntario y la información recolectada será tratada de forma totalmente confidencial, utilizándose solo para fines académicos. Asimismo, sus respuestas al cuestionario serán codificadas, de manera tal que se garantiza el anonimato.

Desde ya se agradece su participación.

Firma: _____

IV: Cuestionario Sociodemográfico

- Sexo:

Masculino Femenino

- Edad: _____

- Tipo de Escuela:

Privada Publica

V: Escala de Afrontamiento para Adolescentes.

Instrucciones

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" sobre la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

Nunca lo hago A

Lo hago raras veces B

Lo hago algunas veces C

Lo hago a menudo D

Lo hago con mucha frecuencia E

Por ejemplo, si *algunas veces* te enfrentas a tus problemas mediante la acción de "Hablo con otros-para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema", deberías marcar la C como se indica a continuación:

1	Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema.	A	B	C	D	E
2	Me dedico a resolver lo que está provocando el problema.	A	B	C	D	E
3	Sigo con mis tareas como es debido.	A	B	C	D	E
4	Me preocupo por mi futuro.	A	B	C	D	E
5	Me reúno con mis amigos más cercanos.	A	B	C	D	E
6	Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan.	A	B	C	D	E
7	Espero que me ocurra lo mejor.	A	B	C	D	E
8	Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada.	A	B	C	D	E
9	Me pongo a llorar y/o gritar.	A	B	C	D	E
10	Organizo una acción en relación con mi problema.	A	B	C	D	E
11	Escribo un mensaje a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema.	A	B	C	D	E
12	Ignoro el problema.	A	B	C	D	E
13	Ante los problemas, tiendo a criticarme.	A	B	C	D	E
14	Guardo mis sentimientos para mí solo(a).	A	B	C	D	E
15	Dejo que Dios me ayude con mis problemas.	A	B	C	D	E
16	Pienso en aquéllos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves.	A	B	C	D	E
17	Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo.	A	B	C	D	E
18	Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	A	B	C	D	E
19	Practico un deporte.	A	B	C	D	E
20	Hablo con otros para apoyarnos mutuamente.	A	B	C	D	E
21	Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades.	A	B	C	D	E

22	Sigo asistiendo a clases.	A	B	C	D	E
23	Me preocupo por buscar mi felicidad.	A	B	C	D	E
24	Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a).	A	B	C	D	E
25	Me preocupo por mis relaciones con los demás.	A	B	C	D	E
26	Espero que un milagro resuelva mis problemas.	A	B	C	D	E
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a).	A	B	C	D	E
28	Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas.	A	B	C	D	E
29	Organizo un grupo que se ocupe del problema.	A	B	C	D	E
30	Decido ignorar conscientemente el problema.	A	B	C	D	E
31	Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas.	A	B	C	D	E
32	Evito estar con la gente.	A	B	C	D	E
33	Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas	A	B	C	D	E
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas.	A	B	C	D	E
35	Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas.	A	B	C	D	E
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades.	A	B	C	D	E
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud.	A	B	C	D	E
38	Busco ánimo en otras personas.	A	B	C	D	E
39	Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta.	A	B	C	D	E
40	Trabajo intensamente (Trabajo duro)	A	B	C	D	E
41	Me preocupo por lo que está pasando.	A	B	C	D	E
42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)	A	B	C	D	E
43	Trato de adaptarme a mis amigos.	A	B	C	D	E
44	Espero que el problema se resuelva por si sólo	A	B	C	D	E
45	Me pongo mal (Me enfermo).	A	B	C	D	E
46	Culpo a los demás de mis problemas.	A	B	C	D	E
47	Me reúno con otras personas para analizar el problema.	A	B	C	D	E
48	Saco el problema de mi mente.	A	B	C	D	E

49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren.	A	B	C	D	E
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa	A	B	C	D	E
51	Leo la Biblia o un libro sagrado.	A	B	C	D	E
52	Trato de tener una visión positiva de la vida.	A	B	C	D	E
53	Pido ayuda a un profesional.	A	B	C	D	E
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan.	A	B	C	D	E
55	Hago ejercicios físicos para distraerme.	A	B	C	D	E
56	Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.	A	B	C	D	E
57	Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago.	A	B	C	D	E
58	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo.	A	B	C	D	E
59	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar.	A	B	C	D	E
60	Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica.	A	B	C	D	E
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás.	A	B	C	D	E
62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar.	A	B	C	D	E
63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos.	A	B	C	D	E
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo.	A	B	C	D	E
65	Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo.	A	B	C	D	E
66	Cuando tengo problemas, me aíso para poder evitarlos.	A	B	C	D	E
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan.	A	B	C	D	E
68	Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.	A	B	C	D	E
69	Pido a Dios que cuide de mí	A	B	C	D	E
70	Me siento contento(a) de cómo van las cosas.	A	B	C	D	E
71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.	A	B	C	D	E
72	Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.	A	B	C	D	E
73	Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.	A	B	C	D	E
74	Me dedico a mis tareas en vez de salir.	A	B	C	D	E
75	Me preocupo por el futuro del mundo.	A	B	C	D	E

76	Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir.	A	B	C	D	E
77	Hago lo que quieren mis amigos.	A	B	C	D	E
78	Me imagino que las cosas van a ir mejor.	A	B	C	D	E
79	Sufro dolores de cabeza o de estómago.	A	B	C	D	E
80	Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas.	A	B	C	D	E

VI: Trait-meta-mood-scale. Escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de las emociones.

Instrucciones

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y luego indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con un círculo la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

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

1	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5

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

VII: Gráficos

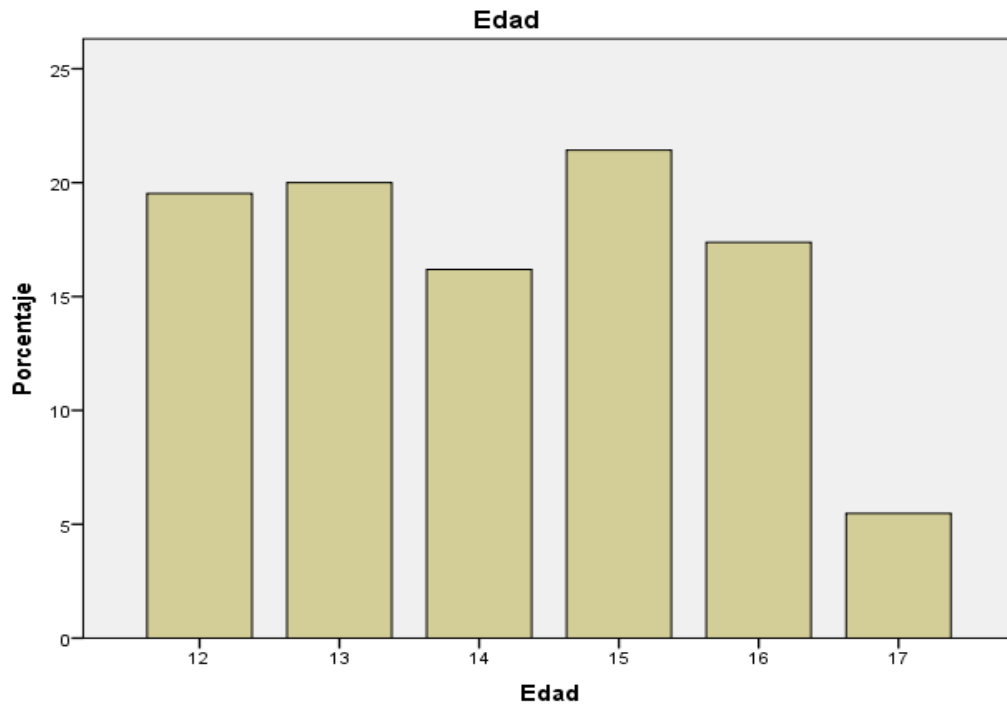


Gráfico 1. Edades de la muestra

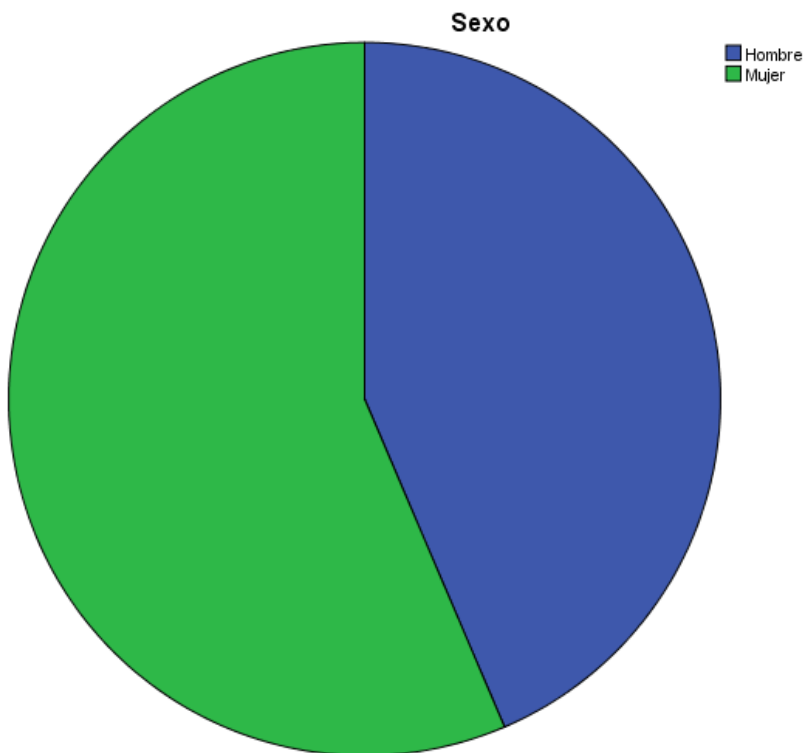


Gráfico 2. Sexo de la muestra

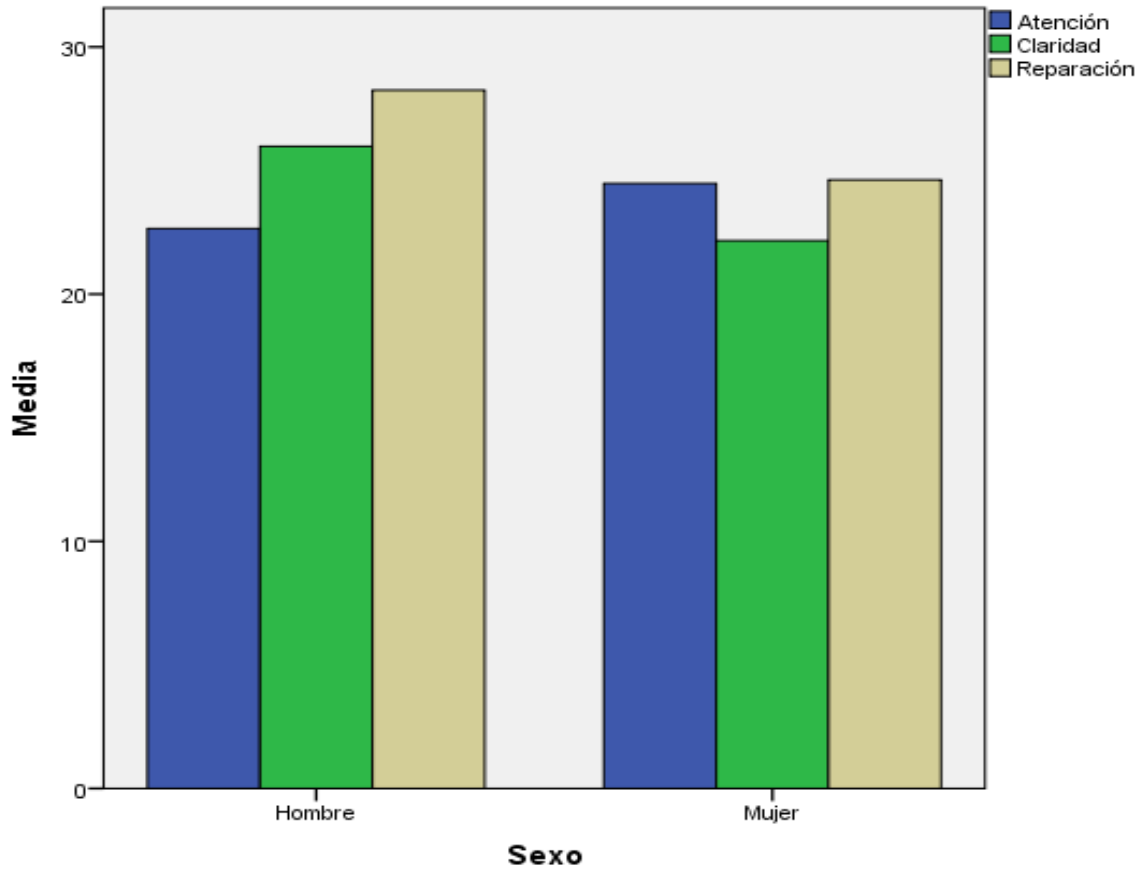


Gráfico 3. Puntajes de inteligencia emocional según sexo.

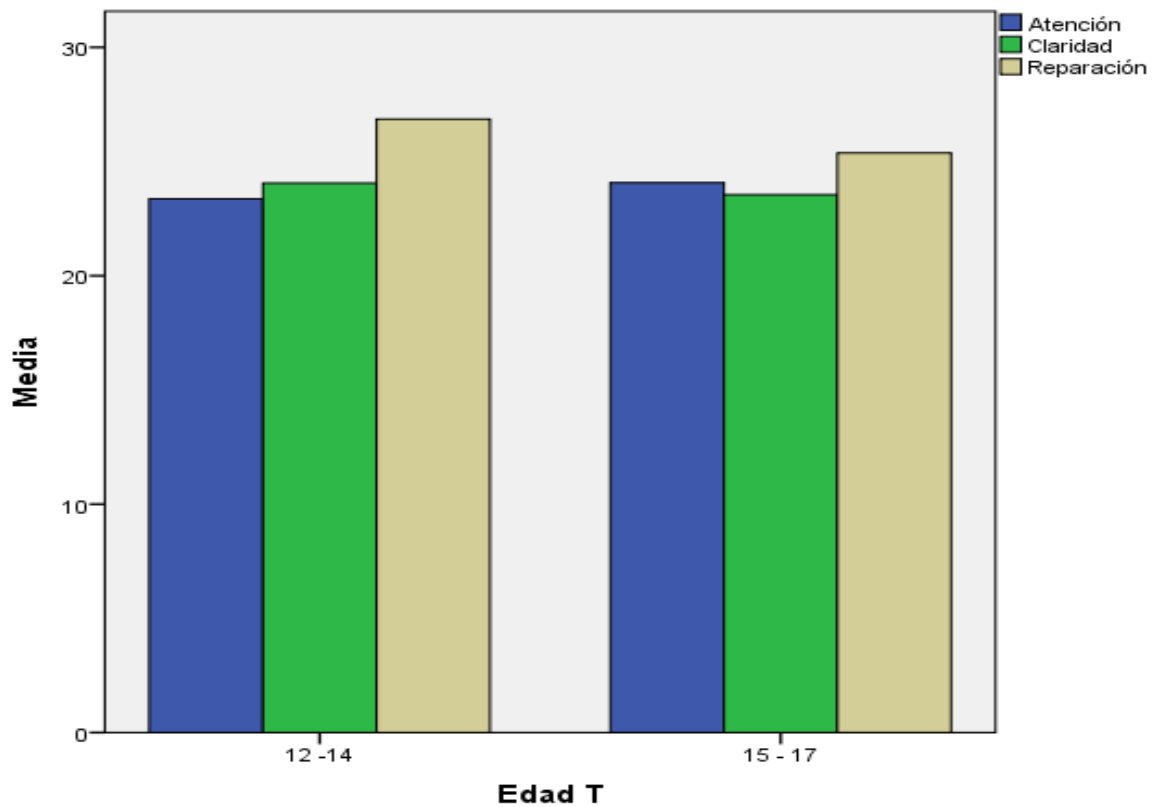


Gráfico 4. Puntajes de inteligencia emocional según edad.

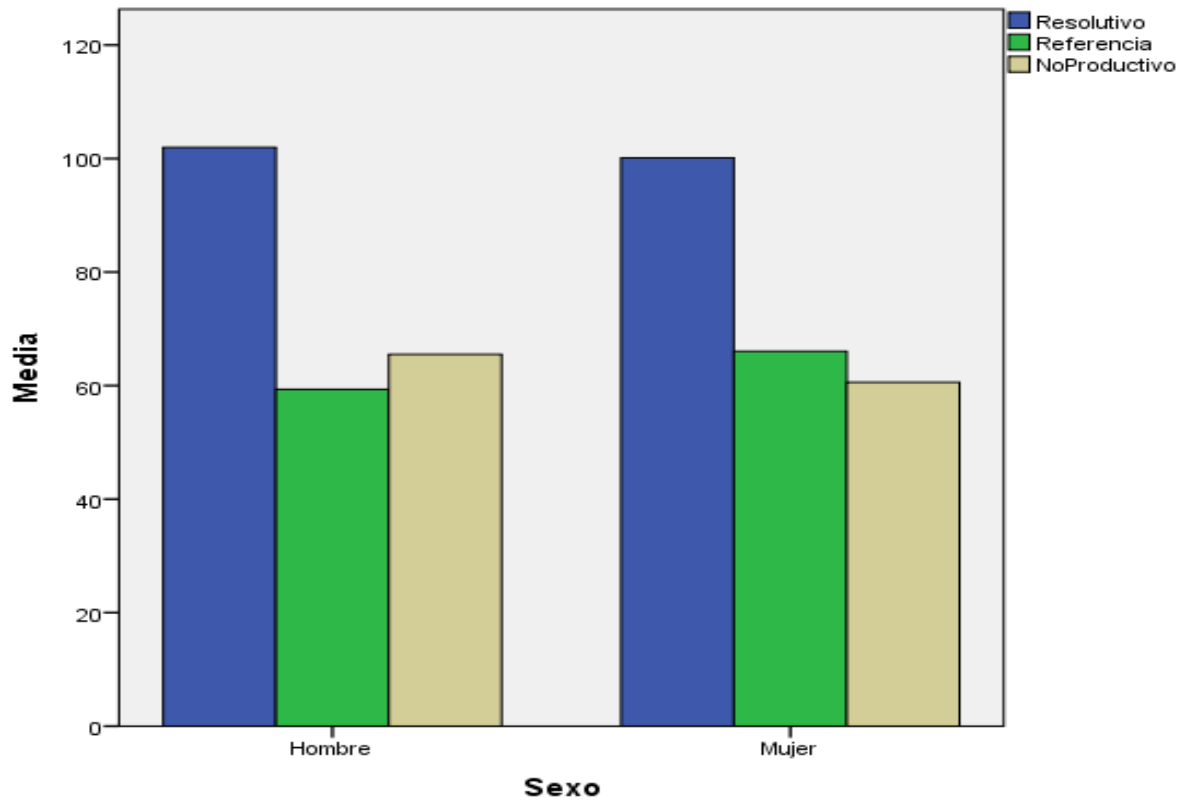


Gráfico 5. Puntajes de estilos de afrontamiento según sexo.

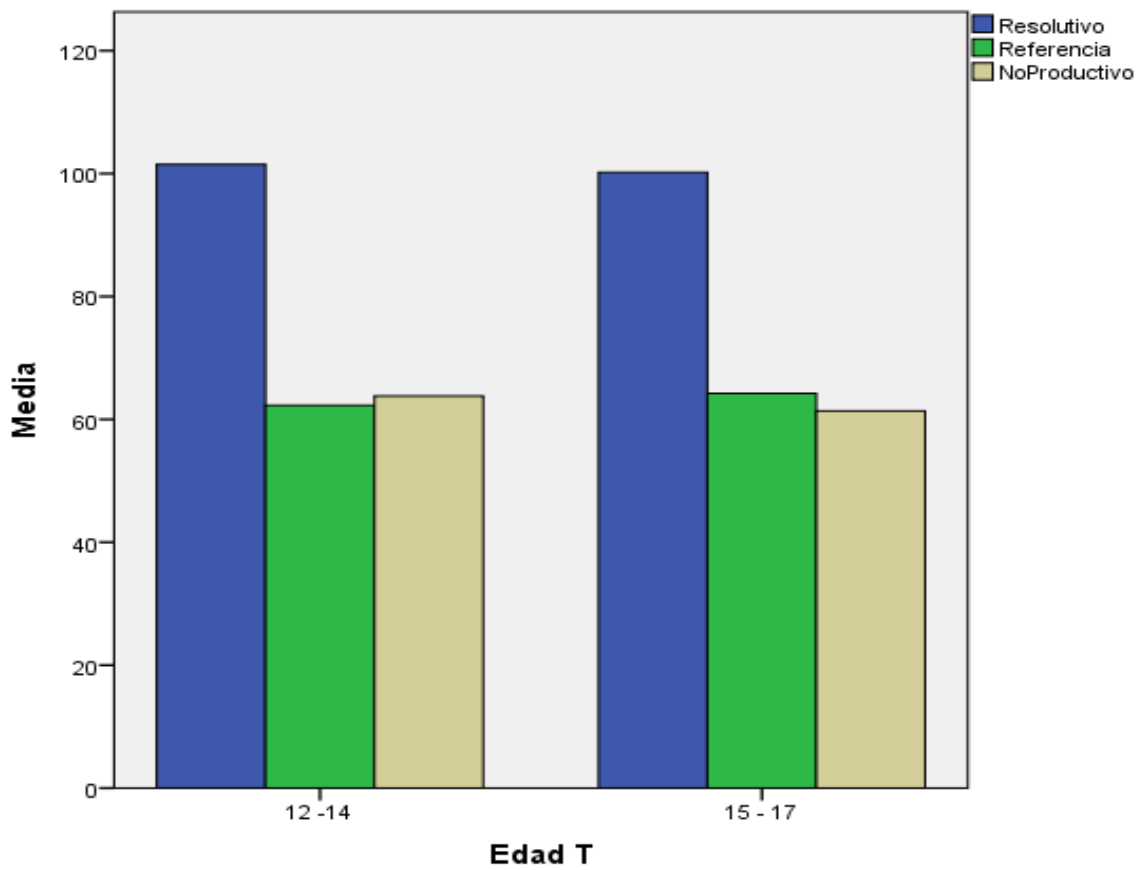


Gráfico 6. Puntajes de estilos de afrontamiento según edad.