



**ESCUELA DE POSGRADO**

**TESIS**

**PROGRAMA RACIONAL, EMOTIVO Y  
CONDUCTUAL PARA EL DESARROLLO DE  
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE  
LA I.E. “LUIS ALBERTO SÁNCHEZ” DE COMBAYO**

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO  
DE MAESTRO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**Autor:**

**Bach. Galvez Muñoz Javier Amiel**

**ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1555-8598>**

**Asesora:**

**Mg. Carmona Brenis Karina Paola**

**ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4164-9124>**

**Línea de Investigación:**

**Desarrollo humano, comunicación y ciencias jurídicas para  
enfrentar los desafíos globales**

**Sublínea de Investigación:**

**Bienestar y desarrollo de habilidades para la vida**

**Pimentel – Perú**

**2024**

**PROGRAMA RACIONAL, EMOTIVO Y CONDUCTUAL PARA EL  
DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES  
DE LA I.E. “LUIS ALBERTO SÁNCHEZ” DE COMBAYO**

**APROBACIÓN DE LA TESIS**



---

**Dr. Tuesta Torres Edgar Roland  
Presidente del jurado de tesis**



---

**Mg. Perez Martinto Pedro Carlos  
Secretario del jurado de tesis**



---

**Dr. Callejas Torres Juan Carlos  
Vocal del jurado de tesis**


**DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD**

Quien suscribe la **DECLARACIÓN JURADA**, soy **egresado** del Programa de Estudios de **Maestría en Psicología Clínica** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro (amos) bajo juramento que soy autor del trabajo titulado:

**PROGRAMA RACIONAL, EMOTIVO Y CONDUCTUAL PARA EL DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA I.E. “LUIS ALBERTO SÁNCHEZ” DE COMBAYO**

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán (CIEI USS) conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación a las citas y referencias bibliográficas, respetando al derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Galvez Muñoz, Javier Amiel	DNI: 44607170	 Firma
----------------------------	---------------	--

Pimentel, 12 de agosto de 2024.

# REPORTE DE SIMILITUD TURNITIN

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**GALVEZ MUÑOZ-Turnitin.docx**

RECuento DE PALABRAS

**19139 Words**

RECuento DE CARACTERES

**108609 Characters**

RECuento DE PÁGINAS

**75 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**4.4MB**

FECHA DE ENTREGA

**Sep 12, 2024 11:45 AM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Sep 12, 2024 11:46 AM GMT-5**

## ● 13% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 11% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 7% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

## ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

## Índice

Índice de tablas .....	vii
Índice de figuras .....	vii
Dedicatoria .....	viii
Agradecimiento .....	ix
RESUMEN .....	x
ABSTRACT .....	xi
I. INTRODUCCIÓN .....	12
1.1. Realidad Problemática .....	12
1.2. Formulación del Problema .....	18
1.3. Justificación e importancia del estudio .....	18
1.4. Objetivos .....	20
1.5. Hipótesis .....	20
II. MARCO TEÓRICO .....	21
2.1. Trabajos previos .....	21
2.2. Teorías relacionadas al tema .....	28
III. MÉTODO .....	43
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	43
3.2. Variables y Operacionalización .....	44
3.3. Población y muestra .....	44
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad .....	45
3.5. Procedimiento de análisis de datos .....	45
3.6. Criterios éticos .....	46
3.7. Criterios de rigor científico .....	46
IV. RESULTADOS .....	47
V. DISCUSIÓN .....	53
VI. APORTE PRÁCTICO .....	55
VI.1. Fundamentación del Aporte Práctico .....	56
VI.2. Construcción del Aporte Práctico .....	57
7.1. Corroboración de Resultados .....	79
VII. CONCLUSIONES .....	84
VIII. RECOMENDACIONES .....	85
REFERENCIAS .....	86
ANEXOS .....	94

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> Teorías que influenciaron a la TREC	31
<b>Tabla 2.</b> Evolución de la TREC	34
<b>Tabla 3.</b> Etapas de Intervención de la TREC	38
<b>Tabla 4.</b> Diseño de Investigación	43
<b>Tabla 5.</b> Población y Muestra	44
<b>Tabla 6.</b> Inteligencia Emocional – Pre Test	46
<b>Tabla 7.</b> Nivel por Dimensiones de la Escala de Inteligencia Emocional de los estudiantes	48
<b>Tabla 8.</b> Inteligencia Emocional de los estudiantes percibida por parte de sus docentes	52
<b>Tabla 9.</b> Nivel por Dimensiones por parte de los docentes de la Escala de Inteligencia Emocional de los estudiantes	50
<b>Tabla 10.</b> Inteligencia Emocional Comparación	51
<b>Tabla 11.</b> Inteligencia Emocional por Estudiantes y percepción de Docentes	52
<b>Tabla 12.</b> Síntesis del Sistema de Procedimiento	62
<b>Tabla 13.</b> Descripción detallada Sesión 01	64
<b>Tabla 14.</b> Descripción detallada Sesión 02	65
<b>Tabla 15.</b> Descripción detallada Sesión 03	66
<b>Tabla 16.</b> Descripción detallada Sesión 04	67
<b>Tabla 17.</b> Descripción detallada Sesión 05	68
<b>Tabla 18.</b> Descripción detallada Sesión 06	69
<b>Tabla 19.</b> Descripción detallada Sesión 07	70
<b>Tabla 20.</b> Descripción detallada Sesión 08	71
<b>Tabla 21.</b> Descripción detallada Sesión 09	72
<b>Tabla 22.</b> Descripción detallada Sesión 10	73
<b>Tabla 23.</b> Actividades ejecutadas del Programa Racional Emotivo Conductual	74
<b>Tabla 24.</b> Estimación del Programa Racional Emotivo Conductual	75
<b>Tabla 25.</b> Presupuesto destinado al Programa Racional Emotivo Conductual	76
<b>Tabla 26.</b> Cuadro comparativo de los momentos de evaluación a estudiantes (PRE/POST)	79
<b>Tabla 27.</b> Cuadro comparativo de los momentos de evaluación de acuerdo con la percepción de los docentes (PRE/POST)	79
<b>Tabla 28.</b> Nivel por Dimensiones por parte de los estudiantes tras la aplicación del Programa	80
<b>Tabla 29.</b> Nivel por Dimensiones de los estudiantes por parte de la percepción docente tras la aplicación del Programa	81
<b>Tabla 30.</b> Prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov	82
<b>Tabla 31.</b> Prueba de muestras emparejadas (PRE-POST)	82
<b>Tabla 32.</b> Comparación de rangos entre pres y post	83

## Índice de figuras

<b>Figura 1.</b> Inteligencia Emocional de los estudiantes por niveles	46
<b>Figura 2.</b> Nivel por Dimensiones de Inteligencia Emocional de los estudiantes	47
<b>Figura 3.</b> Inteligencia Emocional de los estudiantes percibida por los docentes	48
<b>Figura 4.</b> Nivel por Dimensiones percibido por los docentes de Inteligencia Emocional de los estudiantes	50
<b>Figura 5.</b> Inteligencia Emocional de los estudiantes por niveles	51
<b>Figura 6.</b> Diagrama de Programa Racional Emotivo Conductual	78

## **Dedicatoria**

*A mis amados padres, Mary y José, por su apoyo incondicional en cada aspecto de mi vida y sobre todo en esta búsqueda de crecimiento profesional, así mismo, a Andrea, mi amada hija, quién es en el día a día, el impulso necesario para seguir adelante a pesar de las adversidades.*



## **Agradecimiento**

*A la asesora por su apoyo en la consolidación de esta tesis.*

*Al doctor Callejas y a cada uno de los docentes que tuve la oportunidad de conocer y por brindarme los conocimientos necesarios durante todo este tiempo.*

## RESUMEN

El objetivo principal de este estudio fue el aplicar un Programa Racional Emotivo Conductual para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los estudiantes de la institución educativa “Luis Alberto Sánchez” de Combayo, Cajamarca, lo que les permitirá posteriormente hacer frente a los diversos problemas socioemocionales que lo aquejan. La población muestral se conformó por 15 docentes y 75 estudiantes, entre hombres y mujeres del 4to y 5to año del nivel secundario, entre las edades de 15 y 18 años. Los resultados de la evaluación pre test, muestran que el 86.67% de los evaluados obtuvieron nivel bajos en cuanto a las competencias y habilidades relacionadas a la inteligencia emocional. En tal sentido, se aplicó un programa con enfoque en la Terapia TREC (Racional, Emotivo y Conductual), el cual permitió comprobar que sus técnicas de intervención son capaces de promover el desarrollo de competencias y habilidades necesarias para la formación de una idónea Inteligencia Emocional en los adolescentes, esto se corrobora por medio de los resultados obtenidos en la evaluación post test, dónde hubo un aumento del 13.33% (pre test) a un 44%, es decir, un aumento del 30.67% de estudiantes que presentaron un nivel mediamente optimo de Inteligencia Emocional , lo que demuestra la eficacia del programa.

**Palabras Clave:** Programa, racional, emotivo, conductual, competencias, habilidades, inteligencia emocional

## **ABSTRACT**

The main objective of this study was to apply a Rational Emotive Behavioral Program for the development of Emotional Intelligence in the students of the educational institution "Luis Alberto Sanchez" of Combayo, Cajamarca, which will allow them to later face the diverse socioemotional problems that afflict them. The sample population consisted of 15 teachers and 75 students, males and females in the 4th and 5th years of secondary school, between the ages of 15 and 18 years old. The results of the pre-test evaluation show that 86.67% of those evaluated obtained low levels in terms of competencies and skills related to emotional intelligence. In this sense, a program was applied with a focus on TREC Therapy (Rational, Emotive and Behavioral Therapy), which allowed to prove that its intervention techniques are to promote the development of competencies and skills necessary for the formation of a suitable Emotional Intelligence in adolescents, this is corroborated by the results obtained in the post-test evaluation, where there was an increase from 13.33% (pre-test) to 44%, that is, an increase of 30.67% of students who presented an average optimal level of EQ, which demonstrates the effectiveness of the program.

### ***Key words***

Program, rational, emotional, behavioral, competencies, skills, emotional intelligence.

## **I. INTRODUCCIÓN**

### **1.1. Realidad Problemática**

Actualmente el concepto de las inteligencias múltiples es tomada con mayor importancia en los diversos rubros, sobre todo en los relacionados a la educación, dentro de los cuales la Inteligencia Emocional (Inteligencia Emocional, de aquí en adelante) ha acaparado la atención tanto de los expertos en el área como de la población en general, ésta no solo es la capacidad de poder reconocer las emociones, sino que además implica la capacidad para utilizarlas y su conocimiento sobre ellas, para mejorar los procesos del pensamiento y el procesamiento cognitivo, lo que repercute posteriormente en las habilidades de la persona de poder enfrentar los problemas o dificultades de la vida diaria de manera adecuada (Gutiérrez et al., 2021).

Así mismo, la Inteligencia Emocional permite a las personas el poder desenvolverse de manera más eficiente dentro de su entorno, siendo capaces de regularse emocionalmente cuando es necesario, disminuyendo de manera considerable los problemas de índole emocional o psicológico (Gutiérrez et al., 2021).

De acuerdo con Bacca (2020) señalan que uno de los principales problemas o dificultades que confrontan los adolescentes es lo relacionado a su capacidad de expresión emocional, lo que repercutirá en una adecuada o inadecuada interacción social, lo que finalmente podría conllevar a la formación de problemas difíciles de tratar, tanto a nivel personal, familiar y social. De igual manera indica que en el ámbito educativo la formación personal y de habilidades blandas no es de principal importancia, enfocándose solo en el aprendizaje de materias y/o cursos “necesarios para la vida”, dejando de lado el aspecto emocional, el cual finalmente también repercute en el desenvolvimiento y desempeño educativo del estudiante.

Para Pulido y Herrera (2020) la Inteligencia Emocional es presentada desde sus inicios como el factor determinante para alcanzar el éxito o el fracaso, en pocas palabras tiene mayor relevancia que las propias habilidades cognitivas o intelectuales, a partir de lo cual, la capacidad intelectual ha empezado a ser relegada, pasando a dar mayor importancia a los factores relacionados al ámbito emocional, como el poder empatizar con quienes nos rodean, con el poder establecer relaciones interpersonales saludables y con la capacidad de poder conocer nuestras propias emociones y utilizarlas de manera efectiva.

El estado emocional de los adolescentes se ve influenciada de manera directa por la Inteligencia Emocional desarrollada hasta esa etapa de la vida, es decir, adolescentes con un mayor nivel de Inteligencia Emocional, desarrollado durante la infancia y niñez, poseen mejores capacidades para el reconocimiento y expresión de emociones tanto ajenas como propias. En tal sentido, la Inteligencia Emocional del adolescente será la formada durante las primeras etapas de la vida (UNICEF, 2020).

La presencia de cualquier tipo de maltrato, abandono o uso de la violencia en la crianza afectara posteriormente las capacidades que pueda tener el adolescente para desarrollar una adecuada Inteligencia Emocional, teniendo esto en cuenta, en el Perú de acuerdo al Programa Nacional para la Prevención y Erradicación de la Violencia contra las Mujeres e Integrantes del Grupo Familiar (AURORA) entre el 2017 y 2021 se ha elevado un 7% el número de casos atendidos por violencia, donde el 64% corresponde a violencia ejercida hacia niños, niñas y adolescente, siendo la violencia psicológica el de mayor casos atendidos, aspectos que repercuten de manera directa en la presencia de diversos problemas emocionales y por ende en carencias y/o dificultades relacionadas a todo lo que abarca la Inteligencia Emocional. (UNICEF, 2020).

Durante el contexto de la COVID-19, los problemas relacionados a la salud mental en adolescente aumento progresivamente, es así que para el 2020 eran el 29.6% los adolescentes con riesgo de padecer alguna alteración emocional o psicológica, dentro de los cuales la poca o nula Inteligencia Emocional era una principal característica (MINSA, 2020).

Las enfermedades mentales afectan la calidad de vida del adolescente, ya que limitan su progreso académico, su ingreso y permanencia en la vida laboral, generan enfermedades físicas y acarrear problemas de diversa índole que lo afectan en su personal, familiar y social. En Latinoamérica solo entre el 20 y 40% de adolescentes con problemas psicológicos reciben algún tipo de atención en salud mental, dejando al 60% restante con una alta propensión a desencadenar problemas muchos más severos y complicados de solucionar en el futuro, por lo que el desarrollo de la Inteligencia Emocional, como una atención adecuada y oportuna es necesaria (Gómez-Restrepo, 2021).

Lelkes (2019) indica que existe relación entre la Inteligencia Emocional y la propensión a la presencia de conductas peligrosas o desinhibidas en adolescentes, en específico las relacionadas con el consumo de alcohol y tabaco, ya que quienes presentan un mayor nivel de Inteligencia Emocional poseen mayor capacidad de regular sus emociones, percibir y

comprender las emociones de los demás y por ende, identificar la presión de grupo y discernir los beneficios y perjuicios del consumo de sustancias adictivas, mientras quienes muestran deficiencias en cuanto a la Inteligencia Emocional son más propensos al consumo de alcohol, tabaco e inclusive de otras drogas.

Rubio et al. (2022) señalan que en diversos países latinoamericanos la ideación e intento suicida es un factor de riesgo “natural” existente dentro de la población adolescente-juvenil, dentro, de la cual prevalecen problemas relacionados a la presencia de síntomas depresivos, autoestima baja, desesperanza, sensación de abandono emocional y nula capacidad de resolución de conflictos, es decir, adolescentes y jóvenes con niveles de Inteligencia Emocional deficientes son más propensos a tener conductas suicidas.

Los problemas emocionales presentes en la población adolescente, suelen conllevar a la presencia de trastornos psicológicos en la adultez, por lo que es necesario la intervención psicológica oportuna en la adolescencia, con el fin de desarrollar sus habilidades relacionadas a la Inteligencia Emocional, sin embargo, Olivari et al. (2022) indican que se ha podido establecer que los adolescentes no suelen buscar ayuda profesional cuando ya reconocen sintomatología relacionada a alguna alteración emocional o cuando lo hacen, la buscan en medios informales, en adultos sin la formación necesaria o simplemente en sus pares, limitándose así, a continuar con sus problemas.

La problemática psicosocial antes mencionada se caracteriza por la presencia de vínculos afectivos inadecuados dentro del núcleo familiar, como el abandono emocional, violencia física y psicológica a la que los adolescentes han sido expuestos desde muy temprana edad, aspectos que han repercutido en gran medida, de manera negativa, en el bienestar psicológico de los adolescentes de esta institución, quienes comprenden una edad entre los 12 y 18 años. (Suhurt et al., 2021).

Orozco (2021) señalan que la relación entre la Inteligencia Emocional, la resolución de conflictos y la prevención de conductas de agresión física son relevantes, ya que al presentar mayores competencias emocionales y por ende, sociales el adolescente puede tener una mayor capacidad para manejar el enojo, controlando sus impulsos, y el poder generar reacciones emocionales acordes a lo que el otro siente y adaptarse a los cambios de manera flexible, todos estos aspectos que repercuten en la prevención de conductas de agresión física entre sus congéneres, por tal motivo es necesario que se promuevan intervenciones educativas basadas en el desarrollo de competencias emocionales.

Jiménez et al. (2019) indican la necesidad de favorecer el fortalecimiento de las habilidades relacionadas a la Inteligencia Emocional, por la importancia que significa las relaciones sociales en la etapa de vida adolescente, tanto las habilidades interpersonales como las intrapersonales, ya que estas posibilitarán reducir de manera considerable los efectos negativos de las reacciones emocionales no placenteras, lo cuales podrían menoscabar el bienestar subjetivo del adolescente, es decir, mientras mayor sea nivel de Inteligencia Emocional mayor será el bienestar subjetivo autopercibido y viceversa.

Espinoza (2021) señalan que las personas que obtengan una puntuación alta en test de Inteligencia Emocional, tienen un mayor bienestar psicológico, son capaces de disfrutar más de sus vidas, pueden arriesgarse a vivir nuevas experiencias, tienen una mayor calidad en cuanto a sus relaciones interpersonales, pueden ser más empáticos con quienes los rodean y tienen las habilidades necesarias y suficientes para percibir sus propias emociones y las de los demás, de tal manera motiva hacia la búsqueda de nuevas investigaciones relacionadas con la influencia que ejerce una adecuada Inteligencia Emocional para tener un idóneo bienestar psicológico.

Tal como se ha podido revisar, la Inteligencia Emocional influye de manera directa en la presencia o no de habilidades y capacidades relacionadas al autoconocimiento emocional, la identificación y reconocimiento de las emociones ajenas, el control de impulsos, la calidad de las relaciones interpersonales, la resolución de conflictos y, el estado emocional y psicológico, estableciendo que mientras más dificultades o carencias relacionadas a este constructo, mayor es la propensión a presentar problemas de índole psicológico (Rubio et al., 2022)

Lo anteriormente expuesto ha influido de manera directa en la presencia de las siguientes *manifestaciones del problema*, las que han sido constatadas a través de entrevistas y de la observación psicológica a estudiantes del cuarto y quinto año, presentándose las siguientes:

- Dificultad para poder reconocer sus propias emociones y las emociones de los demás.
- Dificultad para poder expresarse de manera más adecuada, lo que piensan y sienten.
- Poca o nula capacidad de resolución de conflictos.
- Poca o nula capacidad de control de impulsos.
- Poca o nula capacidad de autoreconocimiento y automotivación.
- Poca o nula capacidad de establecerse metas u objetivos a corto, mediano y largo plazo.
- Creencias irracionales o esquemas desadaptativos.

- Desarrollo de conductas disfuncionales. (cutting e ideación suicida)
- Inestabilidad y/o dependencia emocional, impulsividad en sus relaciones interpersonales.
- Sensación de abandono emocional.
- Sentimientos de culpa e inferioridad.
- Problemas de comunicación intrafamiliar.
- Desconfianza, miedo y preocupaciones excesivas.
- Evitación de la interacción cara a cara.
- Problemas de índole académico.
- Problemas de índole sexual, promiscuidad y conductas sexuales peligrosas.
- Problemas de índole alimenticio, bulimia y/o anorexia.
- Síntomas somáticos
- Adicción a redes sociales y videojuegos.
- Búsqueda de reconocimiento y refuerzo emocional en terceros.

De esta manera se puede identificar la relación que puede tener la Inteligencia Emocional en la presencia de los problemas psicosociales hallados en la población estudiantil de la INSTITUCIÓN EDUCATIVA “LUIS ALBERTO SÁNCHEZ” de la comunidad de Combayo, distrito de La Encañada en la provincia de Cajamarca.

El análisis de la problemática existente ha motivado a formular el siguiente **problema científico**: Insuficiencias en el proceso racional, emotivo y conductual, inciden en la Inteligencia Emocional de los estudiantes de la Institución Educativa “Luis Alberto Sánchez” de Combayo.

En este sentido, el desarrollo de la Inteligencia Emocional de los adolescentes es influenciada de manera directa por el vínculo familiar existente, y si este vínculo es negativo es obvio pensar que la Inteligencia Emocional no es la adecuada, por tal motivo se considera que el enfoque psicológico de intervención más adecuado en este caso es la Terapia Racional Emotiva y Conductual (TREC), la que buscará hacer frente a el **diagnóstico causal**, el cual presenta las siguientes características:

- Insuficiente contextualización o interpretación de las estrategias del proceso racional, emotivo y conductual, dentro del proceso de crianza.



- Inexistente de orientación y/o apoyo emocional por parte de los padres-familiares de los adolescentes, lo que afecta un idóneo desarrollo del proceso racional, emotivo y conductual.
- Insuficiente sistematización del proceso racional, emotivo, conductual, por parte de los estudiantes, para su adecuada adaptación a su entorno.
- Insuficiente apropiación formativa del proceso racional emotivo, conductual, por parte de los estudiantes, para una adecuada capacidad de reconocimiento emocional.
- Insuficiente comprensión del proceso racional, emotivo y conductual, en la orientación metódica y práctica de los docentes.
- Insuficiente desarrollo de actividades enfocadas en el proceso racional, emotivo, conductual por parte de los docentes.
- Deficiencias en el control y manejo de las emociones de los adolescentes por parte de los docentes a cargo, lo que repercute en el desarrollo del proceso racional, emotivo y conductual.
- Repercusiones emocionales producto del confinamiento social durante los dos últimos años y el retorno al aula de manera presencial lo que ha influenciado de manera negativa en el desarrollo del proceso racional, emotivo y conductual.

Por tanto, **el objeto de la investigación** es: el Proceso Racional Emotivo Conductual, para cuya definición se ha tomado en cuenta las siguientes referencias:

Para Ellis (1962) citado por Nassar (2022), la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) se basa en el precepto que tanto la emoción como la conducta son productos de determinadas creencias y de la interpretación única que cada individuo hace de la realidad.

Cheme-Villamar y Giniebra-Urra (2022) indican que el principio de la TREC determina que el comportamiento del individuo se relaciona directamente con sus emociones, por lo que la atención debe ir dirigida a los factores actuales que generan malestar y que por último se hace frente a las creencias, las cuales son más difíciles de modificar.

Soplopucó (2019) citado por Cheme-Villamar y Giniebra-Urra (2022), indica que el objetivo de esta terapia es el de cambiar procesos de pensamientos irracionales, los cuales son la fuente de las alteraciones psicológicas, en tal sentido es necesario la reestructuración de estos a través del cambio cognitivo y la autoidentificación y el fortalecimiento de las respuestas personales.

Nassar (2022) señala que la TREC busca ayudar a la aceptación de que lo que no se puede cambiar, evitando el sufrimiento y aumentando la posibilidad de cambiar lo que sí puede, sin entenderse que uno al aceptar la realidad tenga que resignarse a esta o por el contrario serle indiferente.

Palencia (2019) afirma que tanto la intervención como las actividades terapéuticas de la TREC deben moldearse de acuerdo a las necesidades propias del individuo. Y que el malestar emocional es generado por la interpretación que la persona hace acerca de un hecho y no por el hecho en sí, por lo que es necesario brindar herramientas que permitan identificar y controlar las emociones relacionadas al malestar emocional.

García (2022) señala que la intervención de la TREC hace posible la autoaceptación, por medio de la modificación de creencias irracionales a creencias racionales, generando una disminución de la magnitud de las emociones de tristeza, vergüenza, miedo, frustración y enojo, generando así comportamientos funcionales, estableciendo la eficacia de este tipo de terapias.

Sin embargo, la bibliografía relacionada a la aplicación de las técnicas de la TREC de manera conjunta o grupal es escasa, ya que se aplicación se limita muchas al ámbito profesional o de atención individual, donde los resultados positivos ya han quedado comprobados por lo mencionado anteriormente.

Es así que, para la presente investigación el **campo de acción** es la dinámica del **Proceso Racional Emotivo Conductual**. Cuya **novedad científica** se fundamentada en los estudios teóricos realizados al objeto de la investigación, la que se basa en la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) la que permite la reestructuración cognitiva, emocional y conductual, fortaleciendo todas las capacidades propias de la Inteligencia Emocional, cómo son la autoaceptación, el reconocimiento y regulación emocional.

## **1.2. Formulación del Problema**

Insuficiencias en el **Proceso Racional Emotivo Conductual**, incide en la inteligencia emocional.

## **1.3. Justificación e importancia del estudio**

Con referencia a los beneficios de la aplicación de un Programa Racional Emotivo Conductual, se sustenta que sus resultados son positivos para el enfrentamiento de diversas

problemáticas de índole emocional, sin embargo, existen muy pocos programas destinados al desarrollo de capacidades y/o habilidades, en este caso las relacionadas a la Inteligencia Emocional, la cual repercute de manera directa en la disminución de la problemática adolescente ante mencionada. Por lo que el presente trabajo de investigación y su importancia radicarán en que permitirán diseñar un programa que ayude a hacer frente a la problemática emocional relacionada con las deficiencias existentes, a través del desarrollo de la Inteligencia Emocional de los adolescentes, etapa crucial en el desarrollo socioemocional del ser humano.

Dentro de los aportes principales, se destaca su aporte práctico, ya que busca el poder dar solución a un problema en específico, la deficiente Inteligencia Emocional, problema latente en la población adolescente, pero que no ha sido tomada en cuenta de manera directa, sino que se ha enfocado en sus consecuencias, en tal sentido, el Programa Racional Emotivo Conductual proporcionará los estudiantes diversas técnicas y estrategias que fomenten el desarrollo de su Inteligencia Emocional, lo que conllevará a fortalecer sus capacidades emocionales y por ende, su capacidad resolutoria de los conflictos que puedan estar atravesando, tanto a nivel intrapersonal, como interpersonal.

De igual modo, dada las características específicas de la población de estudio, su aporte social permitirá contribuir en diversos factores sociales relacionado a la Inteligencia Emocional, dónde ésta juega un papel importante, como es el ámbito psicológico, académico y social.

Por otra parte, tiene un alcance metodológico ya que, mediante la puesta en práctica del proceso racional emotivo conductual en una población estudiantil, se puede establecer los beneficios socioemocionales que contribuye en el desarrollo de la Inteligencia Emocional, fomentando una formación a integra de los adolescentes.

Finalmente, la TREC sustenta con una amplia base teórica y metodológica, los beneficios de sus procesos de intervención, lo que posibilitará que investigación sirva como fuente de conocimiento para futuras investigaciones que se puedan relacionar al tema de estudio.

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1. Objetivo General**

Aplicar un **Programa Racional Emotivo Conductual** para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los estudiantes de la Institución Educativa Luis Alberto Sánchez” de Combayo, Cajamarca.

### **1.4.2. Objetivos Específicos**

- Caracterizar la dinámica del Proceso Racional Emotivo Conductual y su evolución histórica.
- Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso Racional Emotivo Conductual de los estudiantes de la Institución Educativa “Luis Alberto Sánchez”.
- Elaborar un programa basado en el Proceso Racional Emotivo Conductual, para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los estudiantes de la Institución Educativa “Luis Alberto Sánchez”.
- Constatar los resultados obtenidos por medio de la investigación, mediante un pre-experimento, a través de la aplicación de un pre y post test.

## **1.5. Hipótesis**

Si se aplica el Programa Racional Emotivo Conductual, que tenga en cuenta la relación entre la intencionalidad formativa y su sistematización, entonces se contribuye al desarrollo de la Inteligencia Emocional de los estudiantes de la Institución Educativa “Luis Alberto Sánchez”.

## **II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Trabajos previos**

Aún que el concepto de Inteligencia Emocional (Inteligencia Emocional de aquí en adelante) ha venido ganando adeptos durante los últimos 20 años, este ya tiene poco más de 100 años de haber sido propuesto, Edward Thorndike lo hizo en 1920, definiéndola como la habilidad de comprender y dirigir a las personas a actuar sabiamente en cuando a sus relaciones interpersonales. (Burgos y Jiménez, 2021).

Es a inicios de la década de los 90's que la Inteligencia Emocional aparece en la literatura psicológica, por parte de Salovey & Mayer, quienes la definen como la capacidad de razonar acerca de las propias emociones, como base de mejoramiento del pensamiento. Pero es Daniel Goleman, a través de su obra "La Inteligencia Emocional" de 1995, quién establece las bases principales de este concepto, las que se fundamentan en proponer una nueva visión del estudio de este constructo, uno que vaya más allá de los aspectos cognitivos o conductuales, sino uno que abarque lo emocional y social como influencia directa del desarrollo humano (Recuenco, 2020).

A fines de los 90's, Gardner incluye en sus aportes sobre la Inteligencia Emocional, elementos propios como la capacidad de adaptación al entorno, las habilidades inter e intrapersonales, lo que posibilita a otros autores a ampliar aún más sus bases teóricas, es así que Gallego en el 2004, propone una segmentación dividiéndola en tres clases de inteligencia: inteligencia contextual, que se refiere a lo social y la capacidad de adaptación; inteligencia intermedia, que se refiere a los conocimientos que brindan las experiencias del día a día, y la inteligencia componencial, que se refiere a la capacidad de poder establecer planes y gestionar estrategias haciendo uso de los recursos cognitivos (Burgos & Jiménez, 2021).

La Inteligencia Emocional no solo permite el ser capaz de reconocer las propias emociones, sino también las emociones de quienes nos rodean, así como el poder reconocer de dónde o del porqué se originan, favoreciendo así a un mejor control emocional y, por ende, en una mayor capacidad de interacción con los demás. A continuación, se describen diversas investigaciones que fundamentan lo aquí expuesto (Recuenco, 2020).

Dentro de las investigaciones actuales la Inteligencia Emocional representa una capacidad indispensable en la gestión de emociones, comprensión y adaptación del entorno y resolución de conflictos, pilares fundamentales en el desarrollo idóneo de los adolescentes, por

lo que fomentarlo debe ser el principal objetivo del sistema educativo actual, lo que finalmente influenciará de manera positiva en su desempeño cognitivo dentro del aula. (Puertas-Molero, 2020).

Actualmente la Inteligencia Emocional viene siendo tomado en cuenta por diversos investigadores, quienes establecen que su importancia recae en que la inteligencia cognitiva o intelectual no es suficiente para que una persona tenga éxito en su vida, sino que es necesario a la vez contar con capacidades relacionadas al autoconocimiento, autorregulación y adecuada expresión de las emociones (Puertas-Molero, 2020).

### **2.1.1. A nivel internacional:**

Domínguez et al. (2022) en su investigación tuvieron como objetivo establecer la relación entre las variables personales y escolares y el rendimiento académico en 4 467 adolescentes del nivel secundario de instituciones educativas públicas de España, donde los resultados indicaron que los estudiantes que provenían de familias nucleares presentaban un mayor nivel Inteligencia Emocional en comparación con los estudiantes que provenían de hogares monoparentales, así mismo, presentaban un mayor rendimiento académico e incurrieron menos en indisciplina o en conductas disruptivas, con lo que se relaciona la carencia afectiva con menor nivel de Inteligencia Emocional, menor rendimiento académico y mayor propensión a indisciplina escolar

Alonso-Alberca & Zárate (2022) investigaron la relación entre los estilos parentales y la Inteligencia Emocional en 175 estudiantes del nivel secundario, entre los 13 y 17 años de edad, sus resultados indicaron que la mayor parte de los adolescentes presentaban déficits en cuanto a Inteligencia Emocional y que este déficit se relacionaba directamente con el estilo de crianza presente en el hogar, es decir, los adolescentes que eran sometidos a un estilo parental permisivo o negligente presentaban un nivel bajo en cuanto a Inteligencia Emocional, al contrario de quienes provenían de un estilo democrático, quienes presentaban mayores niveles de Inteligencia Emocional y menores problemas socioemocionales.

Rubio et al. (2022) desarrollaron una investigación aplicada a 1 414 estudiantes de dos universidades colombianas, con el objetivo de establecer la relación entre la Inteligencia Emocional y el riesgo suicida, los resultados de esta investigación establecen que a mayores niveles de Inteligencia Emocional, menor será la propensión a tener ideación o intento suicida, ya que dimensiones propias de la Inteligencia

Emocional, como claridad emocional, autoestima y autoconfianza se convierten en factores protectores frente al riesgo suicida, por lo que proponen la intervención destinada al desarrollo de las habilidades relacionadas a la Inteligencia Emocional en los estudiantes.

Sánchez et al. (2020) elaboran una investigación aplicada donde proponen que el entrenamiento y desarrollo de la Inteligencia Emocional reduce los niveles de ansiedad en adolescentes, indicando que siendo la adolescencia una etapa de grandes cambios a nivel fisiológico y mental, los niveles de ansiedad suelen ser altos y las maneras de manejo o regulación emocional empleadas por los adolescentes no son las mejores, es más pueden desencadenar conductas negativas. Estableció que, frente a una mejora en los niveles de Inteligencia Emocional, los niveles de ansiedad se reducen considerablemente.

Peña & Aguaded (2021) desarrollaron un análisis de la relación entre la Inteligencia Emocional, bienestar psicológico y el acoso escolar, en 444 estudiantes del nivel primario y secundario, se encontró una correlación significativa entre la presencia de Inteligencia Emocional y bienestar psicológico, así como, entre la presencia de la inteligencia y la posibilidad de ser víctima o victimario de acoso escolar, estableciendo que los estudiantes que alcanzaron un alto nivel de Inteligencia Emocional presentaron también niveles altos de bienestar psicológico, y menos propensión a conductas desadaptativas como el acoso, por otra parte quienes presentaron niveles bajos de Inteligencia Emocional, tenían un bajo bienestar psicológico y estaban en su mayoría involucrados al acoso escolar.

Orbea (2019) desarrolla una investigación destinada a buscar la relación entre la Inteligencia Emocional y las habilidades sociales, estableciendo que siendo la adolescencia donde la socialización entre pares es un eje fundamental en el desarrollo, ya que el ser aceptado por uno mismo y por los demás, así como la pertenencia al grupo son los pilares del bienestar emocional de los adolescentes. Es así, que mientras más adecuadas capacidades y habilidades en relación a la Inteligencia Emocional, mejores capacidades de integración y mejor afrontamiento al rechazo, por lo que se indica que, para poder buscar una mayor capacidad de adaptación social, es necesario primero desarrollar la Inteligencia Emocional.

Palencia (2019) utilizando las bases de la Terapia Racional Emotiva (TREC) en un caso de un adolescente por consumo de sustancias, donde en las entrevistas correspondientes, se utilizaron diversas técnicas propias de este tipo de terapia, tales como análisis funcional y detección, refutación y discriminación de pensamientos. Los resultados obtenidos posteriormente indicaron una disminución progresiva de la frecuencia de consumo, una notoria modificación de las creencias irracionales y de conductas perjudiciales, estableciendo así la efectividad de este tipo de intervención en casos como este.

Orozco (2021) realiza un estudio cuyo objetivo es el de establecer de manera predictiva la influencia de la Inteligencia Emocional, la empatía y el buen trato sobre la agresión física en una población adolescente. Se concluyó que las habilidades emocionales y sociales, regulan las emociones propias y la respuesta a las emociones de los demás, lo que influye de manera positiva en la resolución de conflictos por parte de los adolescentes, disminuyendo así las conductas relacionadas a la agresión física.

### **2.1.2. A nivel nacional:**

Idrogo & Asenjo (2021) elaboraron una investigación destinada a establecer la relación entre la Inteligencia Emocional y el rendimiento académico en 325 estudiantes universitarios de una universidad pública, los resultados obtenidos indicaron una relación estadísticamente significativa entre la Inteligencia Emocional, la dimensión adaptabilidad y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, siendo así que, los estudiantes que presentaban mejores niveles en cuanto a Inteligencia Emocional, también presentaban un rendimiento académico mayor, en contraposición a quienes tenían un nivel bajo de Inteligencia Emocional, ya que estos presentaban un rendimiento académico menor.

Estrada (2020) desarrollara una investigación destinada a establecer la relación entre la Inteligencia Emocional y la capacidad de resiliencia, donde establece que mientras menores niveles de Inteligencia Emocional presentes en el adolescente, mayores serán las dificultades en cuanto a lo relacionado a la superación de dificultades, capacidad de adaptación y resolución de conflictos, por lo que su capacidad de resiliencia también se verá mermada si no ha desarrollado previamente una Inteligencia Emocional adecuada. Las carencias en la capacidad de adaptación y superación personal influyen



en la aparición de conductas desadaptativas, como comportamientos antisociales, promiscuidad sexual y tendencia a las adicciones.

Díaz (2020) en su investigación establece que siendo la adolescencia una etapa crucial en la vida de las personas, el entrenamiento y/o formación de la Inteligencia Emocional influye de manera directa en el desarrollo de capacidades y habilidades útiles para la vida, mejorando el bienestar psicológico, además de mejorar la empatía, promueve la puesta en práctica de estrategias de afrontamiento más adaptativas, disminuyendo así de manera considerable los problemas emocionales, estrés, dificultades interpersonales y como factor predominante para la prevención de conductas disruptivas, autoagresión e ideación suicida.

Yábar (2021) en su investigación sobre la relación entre Inteligencia Emocional y motivación a 126 estudiantes de maestría de docencia universitaria, donde el 37.5% no poseen una Inteligencia Emocional adecuada, lo que se ve reflejada en su nivel de motivación, mientras que por otra parte el 62.5% que posee un nivel alto a medio alto en cuanto a Inteligencia Emocional, también presenta un nivel óptimo en cuanto a motivación, por ende, se establece que existe una alta relación entre las habilidades y competencias propias de la Inteligencia Emocional y la motivación de estudiante en su carrera universitaria.

Gallardo (2020) desarrolló una investigación que tuvo como objetivo la asociación entre Inteligencia Emocional y la satisfacción con la vida, fue aplicada a 1000 estudiantes del nivel secundario, entre los 15 y 18 años de edad, participantes de una escuela de líderes, donde se desarrollan competencias personales en los estudiantes, los resultados indican que el 52.5% de los evaluados posee un alto nivel de Inteligencia Emocional y a la vez de este porcentaje un 30.6% tiene una adecuada sensación de satisfacción con la vida, estableciendo así, que existe amplia correlación entre las variables, destacándose los factores de comprensión, percepción y regulación emocional con el nivel de satisfacción percibido por los estudiantes.

Lelkes (2019) realiza una investigación destinada a establecer si existe relación entre los componentes que conforman la Inteligencia Emocional y la presencia de conductas de riesgo en una población adolescente. Los resultados permitieron establecer que la Inteligencia Emocional representa un factor determinante en la aparición de diversas conductas de riesgo en los adolescentes. Es así que recomienda que más allá de

la instrucción académica impartida en los centros educativos, también es necesario que se fomente la educación emocional.

Herrera (2019) investigó sobre la relación entre Inteligencia Emocional y agresividad en adolescentes de dos instituciones educativas, estableciendo a través de sus resultados que existe una relación significativa inversamente proporcional entre ambas variables, determinando que los adolescentes presentaban bajos niveles de Inteligencia Emocional y alto nivel de agresividad, sobre todo en los varones, concluyendo que, a mayor nivel de agresividad, menor será el nivel de Inteligencia Emocional. Es así, que se determina que mientras menor sea el control y regulación emocional, mayores serán las carencias de una adecuada expresión interpersonal, por lo que se determina la importancia del desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes, partiendo de la formación de una Inteligencia Emocional idónea.

Gutiérrez (2021) desarrolló una investigación que buscó determinar la relación entre Inteligencia Emocional y la presencia de capacidades y habilidades psicológicas, que las personas tienden al aspecto racional de sus conductas y no al aspecto emocional. De igual modo hacen mención que mientras el nivel de Inteligencia Emocional sea mayor, mayor también será la sensación de felicidad y de bienestar psicológico. Por otra parte, señalan que la Inteligencia Emocional, relacionada con las capacidades emocionales ayuda al estudiante a hacer frente a diversos problemas académicos, lo que influye en un mejor rendimiento académico.

Fabián (2020) elaboró una investigación destinada a establecer la relación entre la Inteligencia Emocional y la calidad de vida de 203 estudiantes de instituciones educativas públicas de la ciudad Huánuco, los resultados obtenidos establecieron que existe correlación entre las variables, más específicamente entre los niveles de calidad de vida y la dimensión interpersonal, es decir, estudiantes que presentaban niveles altos en cuanto a la dimensión interpersonal, propia de la Inteligencia Emocional, también presentaban un alto nivel en su calidad de vida, por lo que se concluía que los estudiantes que poseían mayores habilidades comunicación, adaptación y resolución de conflictos dentro de su entorno, sentían el tener una mejor calidad de vida en comparación a quienes no desarrollaron la dimensión interpersonal.

### **2.1.3. A nivel local:**

Ahumada & Rumiche (2022) elaboraron una investigación cuyo objetivo fue el de determinar la relación entre la Inteligencia Emocional y la capacidad de resiliencia en 197 estudiantes de la carrera profesional de psicología, los resultados obtenidos indicaron que existe una relación positiva estadísticamente significativa entre la presencia de Inteligencia Emocional y la capacidad de resiliencia, es decir, que quienes presentaban un mayor nivel de Inteligencia Emocional también presentaban un nivel alto en resiliencia, por lo que, mientras más Inteligencia Emocional se posea, más se podrá hacer frente a las adversidades del día a día.

Fernández (2021) efectuó un revisión documental de un periodo de 5 años, con el objeto de determinar las relación entre Inteligencia Emocional y las relaciones interpersonales en practicantes de la carrera profesional de enfermería, sus resultados indicaron que existe un alto nivel de relación entre las variables, ya que la Inteligencia Emocional influye de manera directa en el desempeño laboral y las capacidades de afrontamiento al estrés, es decir, quienes tenían un nivel alto de Inteligencia Emocional presentaban un mejor desempeño laboral y poseían más capacidades de afrontamiento al estrés, en contraposición a quienes obtuvieron niveles bajos de Inteligencia Emocional.

Escobar (2019) desarrolló una investigación cuya finalidad era la de establecer el vínculo entre la Inteligencia Emocional y las habilidades sociales de un grupo de estudiantes de una institución educativa particular. Los resultados establecieron que existe relación significativa entre las variables, es decir, que mientras mayor sea la Inteligencia Emocional del adolescente, mejores serán las habilidades sociales. Qué mientras sea posea la capacidad de poder conocer sus propias emociones, se será capaz también de reconocer las emociones de los demás, de con se quienes interactúa, lo que facilita el poder establecer y mantener relaciones sociales saludables.

Larrea (2019) desarrollo una investigación, cuyo objetivo tuvo el de determinar la relación entre Inteligencia Emocional y agresividad en estudiantes del nivel secundario, los resultados mostraron una alta relación significativa negativa entre las variables, es decir, que mientras más desarrollada esté la Inteligencia Emocional, menor será la presencia de conductas y/o comportamientos agresivos. Donde las capacidades de manejo del estrés, adaptación al entorno y estado emocional favorecen la presencia de nivel bajos en agresividad, irritabilidad y resentimiento. Determinando así la importancia

de fomentar el desarrollo de las habilidades relacionadas a la Inteligencia Emocional, en poblaciones donde los niveles de agresividad puedan ser altos.

Chirinos (2020) desarrolló una investigación que busco establecer la relación entre los modelos de crianza y la Inteligencia Emocional en adolescentes de un centro juvenil, los resultados indicaron que existe relación significativa entre ambas variables, encontrando que el estilo de crianza más prevalente es el estilo autoritario, cuya percepción fue negativa por parte de los participantes, así mismo, relacionado a esto y a la presencia de estilo de crianza el nivel de Inteligencia Emocional fue deficiente. Dada la problemática psicosocial de los participantes de esta investigación, quienes en su totalidad de una u otra manera han infringido la ley, provienen de hogares disfuncionales, donde el autoritarismo como único medio de crianza, afectó el desarrollo adecuado de sus habilidades sociales, así como de su estabilidad e Inteligencia Emocional.

Coronado y Delgado (2021) investigaron sobre la relación entre Inteligencia Emocional y ansiedad, en estudiantes del nivel secundario, durante el aislamiento motivo del COVID-19, los resultados indicaron que, a una elevada capacidad del adolescente de reconocer y administrar sus propias emociones, menor será la probabilidad de mostrar respuestas desadaptativas. Por otro lado, quienes obtuvieron en Inteligencia Emocional puntajes más altos, en cuanto a adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo, presentaron a su vez menores indicadores de ansiedad. Estableciendo que los niveles de ansiedad presentes en los adolescentes, dependió en su mayoría de cuan elevada habría sido su Inteligencia Emocional.

Segura (2021) elaboró una investigación, la cual tuvo como objetivo principal el de establecer el nexo entre los estilos de crianza y la Inteligencia Emocional en adolescentes, los resultados indicaron que quienes presentaban un estilo de crianza autoritario mostraban un nivel de Inteligencia Emocional más bajo, Indicó a su vez, que al ser la adolescencia la etapa donde se desarrolla el autoconocimiento y autocontrol emocional, el estilo de crianza determinará si este desarrollo es el adecuado o no. Determinando así la importancia que conlleva el clima e interacción familiar, para un adecuado desarrollo de la Inteligencia Emocional y a la vez, para una adecuada adaptación interna y con relación al entorno por parte del adolescente.

## **2.2. Teorías relacionadas al tema**

A continuación, se describe los principales aportes teóricos que dieron base a la teoría de estudio, para posteriormente pasar a la descripción de la misma:

### **2.2.1. Tendencias históricas del proceso Racional Emotivo Conductual:**

Este tipo de terapia nace en contraposición con lo establecido anteriormente dentro del campo de la psicología, pero sin embargo toma ciertos postulados y conceptos de las más importantes modelos terapéuticos o conceptos teóricos

#### ***a) Psicoanálisis de Freud. -***

Sigmund Freud a través de su Terapia Psicoanalítica establece dos modelos o esquemas mentales, denominados procesos, los procesos primarios y los procesos secundarios, los primeros hacen referencia a lo concerniente al funcionamiento mental inconsciente, que es guiado por la necesidad de placer, y los segundos hacen referencia al funcionamiento mental preconscious y consciente, funciones netamente cognitivas y que son guiadas por la percepción de la realidad. Turner (2007)

Posteriormente la terapia cognitiva tendría su base en la práctica clínica del psicoanálisis y en los procesos secundarios establecidos por Freud, pero sin dejar de lado los procesos inconscientes y enteramente emocionales.

#### ***b) Psicología Individual de Adler. -***

Alfred Adler uno de los pioneros dentro de las terapias cognitivas, establece en su teoría que la conducta y comportamiento de una persona están determinadas por dos aspectos en específico, el primero por las creencias inconscientes aprendidas durante las primeras etapas de la vida, y el segundo por las creencias adquiridas durante la etapa de socialización, indicando que cuando no existe una adecuada modulación entre los dos tipos de creencia se dónde se produce el desajuste psicológico y por ende influencia la posterior presencia de psicopatologías. Turner (2007)

Esta concepción sería posteriormente tomada por Albert Ellis, para el desarrollo de su propio modelo teórico.

#### ***c) Terapia Cognitivo Conductual. –***

La definición cognitivo-conductual hace referencia aquellas terapias que incorporan tanto técnicas cognitivas como conductuales.

La terapia Cognitivo Conductual (TCC) nace a inicios de los años 60, de la unión de la terapia conductual ya existente y de los aportes brindados por autores de la corriente cognitivista, tales como George Kelly, Albert Ellis y Aaron Beck, quienes

proponen bajo este precepto que las conductas disfuncionales y la frecuencia de sus síntomas son producidas por componente cognitivos y que por ende la mejoría recae en la modificación de pensamientos y creencias disfuncionales. Ríos (2018)

Gómez e Ibañez (2018) señalan que la TCC se basa en la representación cognitiva de los problemas que aquejan al individuo, esto a través de la utilización de diversas técnicas destinadas a modificar los procesos cognitivos, conductuales y emocionales. Con un enfoque terapéutico breve, centrado en situaciones actuales y con amplia utilidad en diversas etapas del desarrollo.

***d) Terapia Cognitiva de Aaron Beck. -***

Esta teoría establece que el comportamiento y las emociones de las personas está determinado por la forma en que estas perciben y procesar la información de un evento determinado. (Vernon y Doyle, 2018).

Beck establece que existen diferentes niveles de cognición, tales como pensamientos automáticos, esquema y distorsiones cognitivas, los cuales serán la base de intervención de su terapia. Mediante la cual se enseña o instruye al paciente a tener un mejor control sobre sus propios pensamientos y esquemas mentales, lo cuales ser consecuencia de experiencias pasadas, todo esto a través de la reestructuración cognitiva, la cual consiste en la modificación de pensamientos, creencias y actitudes perjudiciales. Beck (1985), citado por Mendoza (2020).

Como aspectos más relevantes de este tipo de terapia se encuentra el sostenimiento de resultados en la intervención de trastornos psicóticos, comportamiento suicida, bipolaridad, adherencia al consumo de sustancias y diversos trastornos de personalidad, así como por poca incidencia de recaídas durante su transcurso y ejecución. Gonzáles et al. (2017), citados por Mendoza (2020).

**Tabla 1**

*Teorías que influenciaron a la TREC*

<b>Teoría</b>	<b>Fundamentación</b>
<b>Psicoanálisis</b>	Desarrollada por Sigmund Freud a través de su Terapia Psicoanalítica establece dos modelos o esquemas mentales hacen referencia al funcionamiento mental inconsciente y al funcionamiento mental preconsciente y consciente.
<b>Psicología Individual</b>	Desarrollada por Adler Establece en su teoría que la conducta y comportamiento de una persona están determinadas por las creencias inconscientes aprendidas en la niñez y el por las creencias adquiridas durante la etapa de socialización.
<b>Terapia Cognitivo Conductual</b>	Desarrollada por autores como George Kelly, Albert Ellis y Aaron Beck, quienes proponen bajo este precepto que las conductas disfuncionales y la frecuencia de sus síntomas son producidas por componente cognitivos y que la mejoría recae en la modificación de pensamientos y creencias disfuncionales.
<b>Terapia Cognitiva</b>	Desarrollada por Aaron Beck, quien establece que el comportamiento y las emociones de las personas está determinado por la forma en que estas perciben y procesar la información de un evento determinado.

*Nota.* Esta tabla muestra las corrientes psicoterapéuticas que influyeron en la formación de la TREC.

### **2.2.2. Evolución de la Terapia Racional Emotiva Conductual:**

Para la descripción evolutiva de esta terapia, se ha creído conveniente dividirla en tres grandes momentos o fases históricas:

- Fase 1: La Terapia Racional (Un nuevo enfoque)
- Fase 2: Inicios de la Terapia Racional Emotiva
- Fase 3: Consolidación de la Terapia Racional Emotiva Conductual

A partir de estos 3 procesos históricos, la TREC logró convertirse en una de las terapias más utilizadas por los profesionales, así como una de las más solicitadas por los usuarios y/o pacientes debido a su gran capacidad resolutive de diversos problemas psicológicos, así como por su rapidez e inmediatez.

A continuación, se describen las tres fases históricas de la TREC:

#### ***a) Fase 1: La Terapia Racional - Un nuevo Enfoque (1950-1960). –***

Con la intención de hacer frente a la percepción de ineficiencia acerca de la práctica psicoanalítica, Ellis reformula los preceptos preestablecidos, ya que consideraba los resultados del psicoanálisis muchas veces más perjudicial que beneficioso. Es así que inicia aplicando a sus pacientes, las mismas técnicas utilizadas en el mismo, donde combina conceptos filosóficos y conceptos clásicos del conductismo, pero estos último adaptados bajo sus propios parámetros, dando inicio a una reducción considerable de las sesiones de intervención, y por ende evitando la prolongación de una intervención innecesaria a lo largo de un tiempo considerable. Lega et al. (2017)

Aún que el nombre en un inicio hacía referencia a un uso exclusivo de herramientas dirigidas o enfocadas al aspecto cognitivo o racional, esta nueva psicoterapia utilizaba técnicas filosóficas, experienciales, emocionales e inclusive conductuales.

#### ***b) Fase 2: Inicios de la Terapia Racional Emotiva (1960-1990). –***

Dado que en un principio Ellis al presentar su Terapia Racional, obtuvo muchas críticas de sus retractoros, quienes aludían su práctica con el racionalismo, es así que con la intención de establecer la conexión existente entre el pensamiento y las emociones cambia el nombre Terapia Racional Emotiva (RET por sus siglas en inglés).



El modelo psicoterapéutico TRE se basa en la enseñanza de una filosofía que motive el pensar racionalmente, dejando de lado el concepto de autoestima y sustituyéndole por la autoaceptación incondicional, haciendo énfasis en la atención de las perturbaciones secundarias (basadas en creencias irracionales) antes que las perturbaciones primarias (o las netamente psicológicas), haciendo distinción en dos tipos de emociones negativas, las saludables y las no saludables. Lega et al. (2017)

Posteriormente se incluiría el aspecto conductual, estableciendo así la definitiva Terapia TREC (Terapia Racional Emotiva Conductual) o REBT por sus siglas en inglés.

***c) Fase 3: Consolidación de la Terapia Racional Emotiva Conductual – TREC (1990 - Actualidad). -***

La Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) es una de las más destacadas dentro del conjunto conformado por las terapias cognitivo-conductuales, esto dada su alta efectividad en el tratamiento de diversos problemas de índole psicológico, además porque los resultados son palpables en un periodo corto de tiempo, en comparación con otras corrientes psicológicas, así como porque los resultados de su terapia abarcan más aspectos de intervención, lo que genera una mayor prevalencia de sus efectos positivos.

Este tipo de terapia de reestructuración cognitiva, difiere de las demás terapias cognitivo-conductuales ya que ésta presente un enfoque filosófico central, dando relevancia a la autoaceptación, haciendo énfasis en las emociones positivas para la consecución de objetivos, sin dejar de lado el tomar en cuenta a las emociones negativas, tanto las apropiadas como las inapropiadas. Lega et al. (2017)

Esta terapia se desarrolló con el objetivo de poder cambiar los procesos de pensamiento relacionados con la presencia de creencias irracionales, las cuales son la fuente de las perturbaciones psicológicas, por tal motivo es necesario el descubrir cuales son las creencias irracionales presentes en la persona, para luego buscar la reestructuración cognitiva necesaria. Cheme-Villamar y Giniebra-Urra (2022)

**Tabla 2***Evolución de la TREC*

<b>Fase</b>	<b>1</b> <b>La Terapia Racional - Un nuevo Enfoque</b>	<b>2</b> <b>Inicios de la Terapia Racional Emotiva</b>	<b>3</b> <b>Consolidación de la Terapia Racional Emotiva Conductual – TREC</b>
<b>Periodo</b>	(1950-1960)	(1960-1990)	(1990 - Actualidad)
<b>Concepto</b>	Nace en la contraposición al psicoanálisis y en los procesos de intervención largos y desgastantes.	Establece la influencia de los pensamientos irracionales en la presencia de problemas emocionales.	Bajo el mismo enfoque filosófico, da relevancia a la autoaceptación, haciendo énfasis en las emociones positivas
<b>Intervención</b>	Hace uso de técnicas filosóficas, emotivas y conductuales, sin dejar de lado las emociones.	Se fomenta el pensamiento racional, como base del cambio emocional, a través de la aceptación propia y de la realidad.	Se basa en la reestructuración cognitiva, a través del autoanálisis y aceptación, en busca del cambio de pensamientos irracionales por racionales.

*Nota.* Esta tabla muestra la evolución histórica de los fundamentos teóricos de las TREC.

### **2.2.3. Caracterización del Proceso y Dinámica de la TREC**

#### **a) Base filosófica. –**

La filosofía de la TREC se basa en: a) la aceptación de la realidad, por más desagradable que ésta pueda ser, es decir no negarla, b) creer que no existe ningún motivo por el cual esta realidad no debería existir, sin importar cuanto se prefiera que sea distinta, c) se

debe evitar las evaluaciones prejuiciosas propias y de los demás en base al suceso acontecido. Esto podrá ayudar a la persona a ser consciente de las cosas que no puede cambiar, evitando así la acumulación de tensión emocional innecesaria y a la vez le permitirá reconocer las cosas que sí puede cambiar, partiendo de sí mismo. Lega et al. (2017) citado por Cheme-Villamar y Giniebra-Urra (2022)

Se debe tomar en cuenta que la aceptación de la realidad no significa que a la persona le tenga que gustar o que de alguna manera le sea indiferente, la justifique o simplemente se resigne a ella, sino que estableciendo la realidad tal y como es, se evita el sufrimiento y se puede empezar a diferenciar las cosas que si pueden cambiarse a partir de uno mismo.

**b) Modelo Terapéutico ABC. -**

La TREC basa su intervención en la Técnica ABC de las creencias irracionales (ideas o pensamientos que generan malestar psicológico), siendo: A, el evento activador / B, la creencia y C, el resultado.

La Terapia TREC está destinada a intervenir en las ideas irracionales, con el objetivo de modificarlas y convertirlas en racionales, realistas y adaptativas, este modelo de intervención se esquematiza con modelo A-B-C-D-E, en el cual D, es el proceso mediante el cual se transforman las creencias irracionales en pensamientos racional y/o adaptativos, y E son las consecuencias positivas, producto de lo mencionado anteriormente, tanto a nivel emocional como conductual. Cheme-Villamar y Giniebra-Urra (2022)

**c) Creencias Irracionales. –**

Para los Ellis, la irracionalidad de los seres humanos es presentada a través de pensamientos, emociones y conductas, las cuales conllevan a resultados contraproducentes e imposibilitan la estabilidad emocional. Canahuiri (2018)

Zumalde y Ramírez (1999), citado por Galera et al. (2010) indican que las creencias irracionales se caracterizan por 4 aspectos principales: 1) proceder en base a deducciones imprecisas e irreales, 2) expresarse a través de demandas, deberes o necesidades, 3) expresión a través de emociones inadecuadas o desadaptativas y 4) obstaculizar su propia obtención de metas y objetivos.

Ellis establecería 12 creencias irracionales, caracterizados por su rigidez e inflexibilidad y como causante de las perturbaciones emocionales. Lega (2017). Las cuales se describen a continuación:

- Creencia Irracional 01: Es una necesidad el ser amado y aceptado por toda persona significativa en tu vida.
- Creencia Irracional 02: Para considerarse valioso es necesario ser tener éxito en todo aspecto de nuestras vidas.
- Creencia Irracional 03: Existe gente malvada, que es causante de desdicha y por lo tanto debe ser castigada por ello.
- Creencia Irracional 04: Es catastrófico el que las cosas no se den de acuerdo a lo que uno espera o quiere.
- Creencia Irracional 05: Las calamidades existentes se dan por factores externos, frente a los cuales se tiene poca o nula capacidad de afrontamiento.
- Creencia Irracional 06: Frente a la posibilidad de que algo malo pase, se debe sentirse angustiado y preocupado porque es probable que ocurra.
- Creencia Irracional 07: Es preferible y más factible evitar ciertas situaciones, responsabilidades y dificultades.
- Creencia Irracional 08: Es necesario depender siempre de otros, por lo que es necesario confiar en alguien con más fuerza.
- Creencia Irracional 09: Los acontecimientos negativos de nuestro pasado son determinantes de nuestro bienestar actual, por lo tanto, nos deben seguir afectando a lo largo de nuestras vidas.
- Creencia Irracional 10: Siempre debe preocuparnos y afectarnos los problemas de quienes nos rodean.
- Creencia Irracional 11: Existe una solución perfecta para cada problema, pero si esta solución no es encontrada deviene el desastre.
- Creencia Irracional 12: Se puede ser extremadamente feliz siendo inactivo y apático, o buscando diversión de manera pasiva y sin compromisos.

**d) Principios Básicos de Intervención de la Terapia TREC. –**

De acuerdo con Di Giuseppe (2014), citado por Lega (2017), la TREC se fundamenta bajo 7 principios generales, en los cuales se enfoca su proceso de intervención. Los cuales son los siguientes:

1. El aspecto cognitivo es el más determinante a tener en cuenta. Ya que uno se siente tal y como piensa, que la forma de pensamiento puede estar influenciada por acontecimientos pasados o presentes, donde la interpretación y evaluación de la realidad influencia en gran medida las emociones.
2. El pensamiento irracional es el determinante de la existencia de perturbaciones emocionales, siendo que las psicopatologías nacen como consecuencia de procesos disfuncionales del pensamiento.
3. Se establecen dos tipos de reacciones emocionales ante los sucesos del día a día: la vivencia de emociones no saludables (insanas) y las saludables (sanas), donde las primeras nacen de pensamientos irracionales, en tanto las segundas lo hacen de un pensamiento racional.
4. Los pensamientos irracionales como psicopatologías se desarrollan en base a múltiples factores, tales como los genéticos y ambientales.
5. Se hace énfasis en la influencia de las emociones y conductas actuales y no en las del pasado. A pesar de que el pasado haya influenciado de manera directa en la adquisición de una psicopatología, es el pensamiento y conducta actual la que la mantiene.
6. La manera más efectiva de hacer frente a las propias perturbaciones emocionales, es el poder ser capaces de reconocer lo que pensamos, por qué lo pensamos y a partir de ello, buscar el poder cambiar los pensamientos.
7. Las creencias irracionales pueden ser modificadas, a pesar de su dificultad, siempre y cuando la persona se esfuerce, practique y haga un trabajo constante consigo mismo.

***e) Etapas de Intervención de la Terapia TREC. –***

La terapia racional emotiva conductual es ampliamente utilizada en la actualidad, para poder hacer frente a diversos problemas de índole psicológico, como adicciones a sustancias, culpa e ira excesiva, problemas de comunicación e interacción, poca o nula tolerancia a la frustración, impulsividad estrés, problemas familiares, labores y de pareja relacionados al aspecto emocional, así como problemas de ansiedad y depresión, entre otros. Oblitas (2008, p. 216), citado por Colop (2016)

La intervención mediante TREC se basa en tres etapas fundamentales:

- Etapa 1: Psicodiagnóstico: Donde se busca que la persona descubra las creencias o pensamientos irracionales que producen emociones y/o conductas contraproducentes, bajo el modelo ABC.
- Etapa 2: Insight intelectual: Se reconoce que las creencias irracionales actuales determinan la presencia de problemas emocionales, por lo que es necesario aceptar y comprender que se puede ser capaz de cambiar estas creencias en busca de establecer nuevos pensamientos y conductas (C y D)
- Etapa 3: Insight emocional: cambio de actitudes: Es la etapa más extensa y tal vez la más difícil, ya que aquí se busca el cambio de pensamientos y actitudes, a través de la creación de nuevas ideas racionales, que permitan a la persona poder establecer las diferencias significativas que conlleva el pensar y actuar de una manera u otra.

**Tabla 3**

*Etapas de Intervención de la TREC*

<b>Etapa 1</b>	<b>Etapa 2</b>	<b>Etapa 3</b>
<b>Psicodiagnóstico</b>	<b>Insight Intelectual</b>	<b>Insight Emocional</b>
Se descubre los pensamientos, emociones y conductas irracionales	Se reconoce que los pensamientos irracionales generan el malestar emocional	Se busca el cambio de las ideas, emociones y conductas irracionales, por racionales.

*Nota.* Esta tabla muestra las etapas de intervención psicoterapéutica utilizadas dentro de la TREC.

#### **2.2.4. Terapia Racional Emotivo Conductual**

##### **a) Conceptualización. -**

A partir de las bases teóricas presentadas anteriormente, es posible desarrollar un Programa con enfoque en la Terapia Racional Emotivo Conductual, que esté basado en la reestructuración cognitiva, que permita la posibilidad de hacer frente a las creencias irracionales presentes, las cuales provocan la formación de emociones y de conductas que finalmente conllevan al desarrollo de diversos problemas emocionales y psicológicos.

La intervención basada bajo este enfoque, se centra en la autoaceptación propia y de la realidad a la que pertenecemos, así mismo se basa en el autoanálisis minucioso,

con el objetivo de poder reconocer en uno mismo las creencias, emociones y conductas que generan nuestro propio malestar, y a partir de ello se podrá determinar las mejores formas de cambio y de reestructuración propias, las cuales deben estar ligadas a nuestras propias capacidades y competencias.

**b) Estilos y Técnicas. –**

1. Estilos: Los estilos utilizados durante el programa pueden variar, entre los estilos terapéuticos, tales como: socrático (formulando preguntas abiertas), didáctico, metafórico (a través de la creación de historias), humorístico y teatral (a través de puesta en escena de ciertas creencias o pensamientos irracionales).
2. Técnicas de acompañamiento:
  - Entrenamiento basado en autoinstrucciones, las que facilitarán la puesta en práctica de indicaciones específicas.
  - Distracción cognitiva e imaginación, en casos de intensidad emocional, a través de la imaginación se logrará la relajación progresiva de la persona, con el objetivo de brindarles herramientas útiles al momento de enfrentarse a situaciones frustrantes de alta tensión emocional.
3. Técnicas conductuales:
  - Se utilizarán el juego de rol y la inversión de rol, las cuales consisten en la caracterización de un determinado rol, basado en la identificación de determinadas creencias irracionales, para buscar la formación de respuestas y de medios de afrontamiento hacia estos.
  - El refuerzo y castigo, específicamente se centra en el autorefuero y autocastigo, para buscar que se evite la presencia de la necesidad de aprobación social.
  - Entrenamiento en habilidades sociales y en la solución de problemas, en base al enfrentamiento directo con las situaciones que generan malestar.
4. Técnicas emotivas:
  - Se pueden utilizar la imaginación racional emotiva y procedimientos humorísticos, la primera donde se impulsa al cambio de pensamiento y comportamiento frente a emociones negativas, modificando las creencias irracionales que nazcan producto de estas emociones, la segunda hace referencia a que las perturbaciones emocionales nacen mayormente por un

exceso de dramatismo, producto de rígida interpretación de los hechos, es así que a través del humor se puede empezar a ver y a sentir los eventos estresantes de una manera diferente.

**c) Finalidad. -**

La finalidad de intervención a través del Programa Racional Emotivo Conductual, es la argumentación tanto a nivel empírico, lógico y pragmático para hacer frente a las creencias irracionales existentes en nuestros procesos cognitivos. Así mismo, se buscará poder deshacer la falta de flexibilidad psicológica y el absolutismo del pensamiento, a través de mejorar la tolerancia a la frustración, la autodescalificación y el catastrofismo. Y, por último, la posibilidad de creación de pensamientos, ideas y creencias racionales que motiven e impulsen el desarrollo personal y generen las herramientas necesarias en el afrontamiento de los diversos problemas en lo que una persona se puede ver expuesto, ya sea como consecuencia de decisiones propias o acontecimientos fortuitos. (Psicología UNED, s.f.)

**2.2.5. Desarrollo del Programa con enfoque en la Terapia Racional Emotiva (TREC):**

La intervención mediante un programa con enfoque racional, emotivo y conductual se hace en un mínimo de 10 sesiones de 45 minutos aproximadamente. El desarrollo y ejecución de cada una de las sesiones está destinada en primer lugar a identificar las creencias irracionales de la persona, para posteriormente poder buscar la reinterpretación de las vivencias y/o acontecimientos causantes de estas creencias irracionales, con el objetivo de modificar sus pensamientos y actitudes en las más adecuadas. Ellis y Grieger (2003), citado por Pérez (2018).

- a) Los propósitos de intervención de la TREC son:
  - Realizar la reestructuración del pensamiento o creencia irracional, las que producen y generan emociones y actitudes negativas.
  - Impulsar el autoconocimiento.
  - Motiva al autocuestionamiento con relación a las creencias irracionales.
  - Fomentar el asertividad.
  - Promueve la formación de pensamientos adecuados.
- b) La estructura de las sesiones es la siguiente:
  - Primero identificar los pensamientos, emociones y conductas negativas, vinculándolos con las creencias irracionales que las generan.



- Refutar el contenido de las creencias irracionales, explorando las creencias racionales relacionadas.
  - Proponer que afiancen la adquisición y puesta en práctica de las creencias racionales.
- c) Estilo terapéutico
- El terapeuta interactúa de manera discordante a la actitud negativa que pueda presentar el cliente.
  - Empatizar con el cliente y buscar la comprensión de las creencias irracionales presentes en el individuo.
  - No cuestionar, sino buscar el autocuestionamiento del cliente mediante preguntas que estimulen el pensamiento racional.
  - Ser dinámico y ameno cuando sea necesario.
  - No mostrarse como un modelo a seguir, pero hacer referencias externas hacia las posibilidades de superación y transformación de las creencias irracionales en creencias racionales.

#### **2.2.6. Marco Conceptual:**

- a) **Adolescencia.** – Es la etapa de transición entre la niñez y la adultez, donde se producen diversos cambios a nivel físico y psicológico, es una etapa donde se es más vulnerable emocionalmente, la OMS (2000) establece que es un periodo crucial a nivel adaptativo, que se da aproximadamente entre los 10 y 19 años y que establece el estado funcional tanto en el aspecto intrapersonal como el interpersonal.
- b) **Conducta.** – Forma de comportarse en su entorno, de manera consciente, son las acciones de respuesta relativas a los estímulos existentes en el medio. (Camacho, 2003)
- c) **Consecuencia.** - Es toda respuesta y/o acción procedente de un evento o circunstancia previa. (Significados.com, 2022)
- d) **Creencias.** - Conceptos internos que dan sentido al medio, las cuales nacen y se modifican a través de la experiencia y de la interacción con el entorno. (Camacho, 2003)
- e) **Creencias Irracionales.** - Ellis (1962), citado por Medrano et al. (2010), establece que las creencias irracionales son creencias ilógicas y disfuncionales, que se caracterizan por tres aspectos:
- Proviene de deducciones o inferencias no acordes a la realidad.
  - Demandar, exigir o expresarse en base a necesidades.

- Inferencias negativas o irreales con respecto a la obtención de metas y logros personales.
- f) **Estudiante.** - Es toda persona dedica al estudio y al aprendizaje de conocimientos de un arte y/o ciencia. (Qué significado.com, 2022).
- g) **Emoción.** – Respuestas automáticas y rápidas, que se dan de manera inconsciente, las cuales son innatas en los seres humanos. (Camacho, 2003)
- h) **Enfoque racional emotivo conductual.** – Palomino et al. (2017), citados por Guizado (2022), indican que la Terapia Racional Emotiva Conductual, es un tipo de psicoterapia de corte breve, destinada a la modificación de creencias irracionales, las cuales son las causantes del malestar emocional, a través de la revisión de pensamientos, creencias y patrones de conducta desadaptativas, lo que permitirá la reorientación de estas a pensamientos alternativos y adaptativos dadas las circunstancias particulares de cada individuo.
- i) **Esquema ABC.** - Modelo propuesto por Ellis (1962), citado por Medrano et al. (2010), dentro del cual establece que frente a un acontecimiento y/o situación (Punto A) se inicia un activador, el cual formará creencias, ideas y/o pensamientos irracionales (Punto B), lo que finalmente repercutirá en las consecuencias que se mostrarán a nivel cognitivo, afectivo y conductual (Punto C).
- j) **Estímulo.** - Hace referencia a cualquier factor que desencadene un cambio físico o de conducta. (Medlineplus.gov, 2022)
- k) **Inteligencia.** - Es la capacidad de poder entender, razonar, analizar y aprender, como forma de adaptarse a su entorno. (Significados.com, 2022)
- l) **Inteligencia Emocional.** - Para Goleman (2012) este tipo de inteligencia permite el reconocimiento de las emociones, tanto las ajenas, como las propias, el manejo emocional a través del adecuado control de impulsos, que conlleva a la resolución adecuada de conflictos, a mejores niveles de comunicación y al desarrollo de una mejor estabilidad emocional.
- m) **Racionalidad.** – Capacidad relacionada al pensamiento, reflexión, entendimiento y conducta de acuerdo con ciertos principios conscientes. (Camacho, 2003)
- n) **Reacción.** - Es la consecuencia o resultado de la exposición a diversos estímulos. (Definición.de, 2022)

### III. MÉTODO

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

El diseño de investigación es experimental y dentro de este enfoque será pre-experimental ya que se realizará la aplicación de un pretest y un postest, mediante la manipulación de una de las variables, a través de la administración de un tratamiento (Programa Racional Emotivo Conductual) a un grupo en específico. (Arias y Covinos, 2021).

De acuerdo con el objetivo, es de tipo aplicada ya que mediante la aplicación del programa racional emotivo conductual se fortalecerá el nivel Inteligencia Emocional de los estudiantes. (Arias y Covinos, 2021)

De acuerdo con la profundización en el objeto, es de tipo explicativa, ya que buscará establecer la importancia de la terapia racional emotiva conductual. (Arias y Covinos, 2021)

De acuerdo con tipo de datos empleados, es de tipo mixta, ya que utilizará tantos datos cuantitativos como cualitativos, con el objetivo de poder establecer una comprensión mucho más amplia del problema de investigación propuesto. (Manterola et al., 2019)

De acuerdo inferencia, es de tipo hipotético-deductivo ya que se establecerá hipótesis, las que posteriormente tendrán que ser comprobadas, lo que finalmente podrá establecer determinadas consecuencias. (Manterola et al., 2019)

Y finalmente de acuerdo con el tiempo en que se realiza, es de tipo transversal ya que tiene como objetivo el poder dar solución a un problema determinado, dentro de un plazo de tiempo corto. Esto mediante la puesta en marcha de acciones destinadas concretamente a hacer al problema en cuestión. (Arias y Covinos, 2021)

**Tabla 4**

*Diseño de Investigación*

<b>Grupo de Estudio</b>	<b>Pretest</b>	<b>Aplicación de Programa</b>	<b>Postest</b>
G	O1	X	O2

*Nota.* Se describe los factores relacionados al diseño de la investigación.

Donde:

G = Grupo de Estudio

O1 = Pretest

X = Manipulación de la Variable Independientes (Proceso Racional Emotivo Conductual)

O2 = Postest

### 3.2. Variables y Operacionalización

- Variable Dependiente: Inteligencia Emocional
- Variable Independiente: Proceso Racional Emotivo Conductual

La operacionalización de variables de detalla en el Anexo 1.

### 3.3. Población y muestra

a) **Población.** - La población está conformada por un total de 75 estudiantes que cursan el 4to y 5to del nivel secundario y 15 docentes de una institución pública de la institución educativa JEC “Luis Alberto Sánchez” del centro poblado de Combayo.

b) **Muestra.** - Par la muestra se establecieron los siguientes criterios:

- Criterios de Inclusión: Estudiantes que presenten diversos problemas socioemocionales relacionados al nivel de Inteligencia Emocional
- Criterios de Exclusión: Estudiantes que alcancen y/u obtengan nivel normales o altos de Inteligencia Emocional y no presentes problemas a nivel socioemocional.

La muestra será de tipo aleatorio estratificado, teniendo dos fuentes de verificación, ya que estará conformada por un grupo de 75 estudiantes, cuyas características de identificación y selección fueron establecidas de acuerdo a la percepción docente en base a la identificación de diversas problemáticas de índole académico, emocional y conductual.

#### **Tabla 5**

##### *Población y Muestra*

<b>Muestra y Fuente</b>	<b>Población</b>	<b>Muestra</b>
<b>Grupo de Estudio</b>	150 estudiantes	75 estudiantes con problemática de Inteligencia Emocional
<b>Fuente de Verificación</b>	15 docentes	8 docentes a cargo de los estudiantes

*Nota.* Esta tabla muestra lo relacionado a la selección de la población y muestra de la investigación.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**

Para la realización de la presente investigación se hará uso de las siguientes técnicas:

- Entrevista: Tiene dos objetivos, el primero, el de obtener información relevante con el fin de poder conocer con amplitud la realidad del usuario, y el segundo, es la de establecer una relación adecuada entre entrevistado y entrevistador. Morrison (2014)
- Análisis documental: Es la modificación y/o adaptación de información proveniente de trabajos originales, cuyo es el de ahondar más en el conocimiento de un tema específico. Castillo (2004)
- Aplicación de instrumentos psicométricos: Los instrumentos psicométricos buscan evaluar la psique de una persona y expresarla en valores números, para facilitar su interpretación. Porto y Gardey (2013).
- Juicio de expertos: Es un procedimiento de validación que se utiliza con el fin de verificar la fiabilidad y confiabilidad de un instrumento de investigación o de una investigación por sí misma, esto a través del análisis de personas con conocimiento y experiencia en el área. Escobar y Cuervo (2008), citados por Robles y Del Carmen (2015)

A su vez se utilizará el siguiente instrumento:

- WLEIS (Wong and Law Emotonal Intelligence Escale), desarrollada por Wong y Law (2002), quienes bajo los fundamentos de Davies et al. (1998), escala de autoinforme compuesta por 16 ítem's, donde se distinguen de 4 dimensiones para hacer una medida adecuada de la Inteligencia Emocional, la cuales son: Percepción Intrapersonal (Valoración y expresión de emociones propias), Percepción Interpersonal (Valoración y reconocimiento de las emociones de los demás), Asimilación Emocional (Regulación de la emoción propia) , Regulación Emocional (Uso adecuado de las emociones), las cuatro dimensiones unidad establecen el nivel de Inteligencia Emocional Total. (Aldabe, 2020)

### **3.5. Procedimiento de análisis de datos**

Para el análisis, procesamiento, obtención e interpretación de los resultados obtenidos se hizo uso de los programas estadísticos Excel de Microsoft Office y SPSS de IBM, en los cuales se precedió a trabajar con los datos recogidos del cuestionario aplicado tanto a

estudiantes como a docentes. De igual modo, para poder obtener la confiabilidad, contrastación de hipótesis, tablas y figuras que muestren los resultados de manera clara y sencilla para una idónea interpretación.

### **3.6. Criterios éticos**

Los criterios éticos a tomar en cuenta para la presente investigación, se basan en los preceptos fundamentados por el Reporte Belmont (1979), quien describe los tres principales criterios de carácter ético, los cuales se describen a continuación:

- Respeto: Cada persona tiene la libertad de participar o no del desarrollo de la investigación, después de haber recibido la explicación necesaria al respecto.
- Beneficencia: La investigación debe desarrollar los beneficios y reducir a la vez los riesgos.
- Justicia: Se debe corroborar que la investigación sea aplicada de manera equitativa, buscando evitar la presencia de riesgos.

### **3.7. Criterios de rigor científico**

El trabajo de investigación cumple con los criterios de rigor científicos de acuerdo a sus características, de acuerdo a lo establecido por Norena et al. (2012), son los siguientes:

- Confirmabilidad: El proceso de recolección de información establece la veracidad de los mismos.
- Aplicabilidad: La investigación será aplicada y reaplicada posteriormente.
- Fiabilidad: Dada la veracidad de la información propuesta.
- Relevancia: Dados los resultados que puedan obtenerse de la investigación.

#### IV. RESULTADOS

Con el objeto de recolectar información con respecto al Nivel de Inteligencia Emocional por parte de los estudiantes del 4to y 5to año del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Luis Alberto Sánchez” del Centro Poblado de Combayo, distrito de La Encañada, Provincia de Cajamarca, donde se aplicó la Escala de Inteligencia Emocional Cuestionario (WLEIS, por sus siglas en inglés), escala compuesta de 16 ítems y de método de calificación tipo likert. (Ver Anexo 4)

La aplicación se realizó a 75 estudiantes como muestra y a 15 docentes de la misma institución, como fuente de validación.

**Tabla 6**

*Inteligencia Emocional – Pre Test*

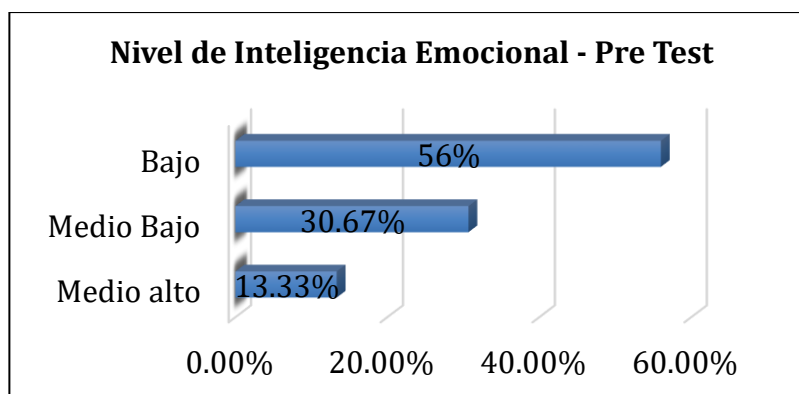
Nivel de Inteligencia Emocional	Fi	%
Medio alto	10	13.33%
Medio Bajo	23	30.67%
Bajo	42	56%

*Nota.* Esta tabla muestra los niveles de Inteligencia Emocional obtenidos por los estudiantes anterior a la aplicación del programa.

Se puede observar que los niveles obtenidos por niveles, por parte de los estudiantes anterior a la aplicación del programa, en cuanto a Inteligencia Emocional se encuentran principalmente entre los niveles Medio Bajo (30.67%) y Bajo (56%).

**Figura 1**

*Inteligencia Emocional de los estudiantes por niveles*



*Nota.* En la Figura 1 se pueden ver los porcentajes obtenidos por parte de los estudiantes, en cuanto a Inteligencia Emocional por niveles (Pre Test).

**Tabla 7**

*Nivel por Dimensiones de la Escala de Inteligencia Emocional de los estudiantes*

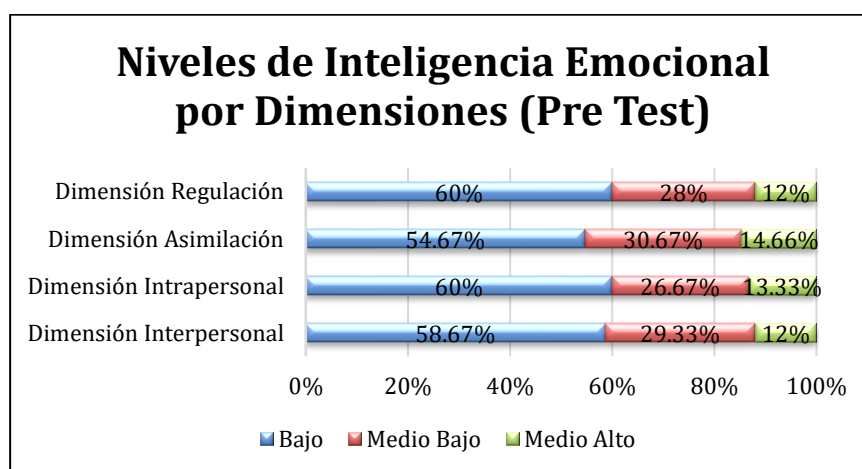
Nivel/ Dimensión	Bajo		Medio Bajo		Medio Alto	
	fi	%	fi	%	fi	%
Dimensión Interpersonal	44	58.67%	22	29.33%	9	12%
Dimensión Intrapersonal	45	60%	20	26.67%	10	13.33%
Dimensión Asimilación	41	54.67%	23	30.67%	11	14.66%
Dimensión Regulación	45	60%	21	28%	9	12%

*Nota.* Esta tabla muestra los niveles por Dimensiones de la escala Inteligencia Emocional obtenidos por los estudiantes anterior a la aplicación del programa.

Se puede observar que los niveles obtenidos por dimensiones, por parte de los estudiantes anterior a la aplicación del programa, resalta que quienes alcanzaron un nivel Medio Alto presentan un menor nivel en cuanto a la Dimensión de Regulación Emocional (12%) y Dimensión Interpersonal (12%); quienes obtuvieron un nivel Medio Bajo presentan bajos niveles en las cuatro dimensiones, donde destacan también la Dimensión de Regulación Emocional (28%); y quienes obtuvieron un nivel Bajo presentan también niveles bajos en las cuatro dimensiones, donde destacan Dimensión de Asimilación y Dimensión Interpersonal.

**Figura 2**

*Nivel por Dimensiones de Inteligencia Emocional de los estudiantes*



*Nota.* En la Figura 2 se pueden ver los porcentajes obtenidos por las dimensiones que componen la escala de Inteligencia Emocional (Pre Test).



**Tabla 8**

*Inteligencia Emocional de los estudiantes percibida por parte de sus docentes*

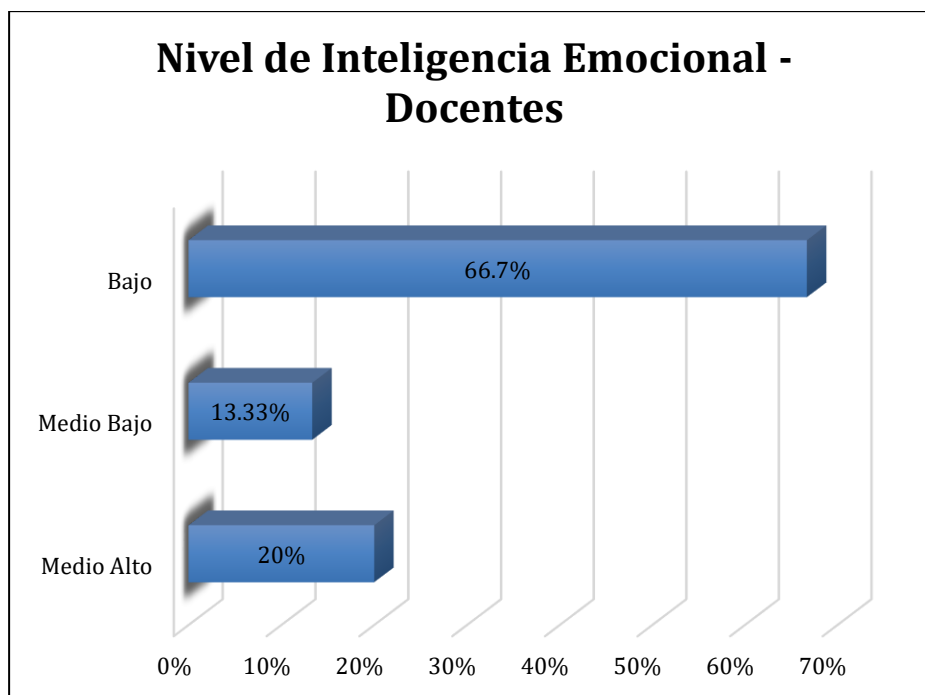
Nivel de Inteligencia Emocional	fi	%
Medio Alto	3	20%
Medio Bajo	2	13.33%
Bajo	10	66.7%

*Nota.* Esta tabla muestra los niveles de Inteligencia Emocional que los docentes de aula perciben acerca de sus propios estudiantes.

Se puede observar que los docentes perciben categóricamente que sus estudiantes tienen un nivel bajo (66.7%) de Inteligencia Emocional.

**Figura 3**

*Inteligencia Emocional de los estudiantes percibida por los docentes*



*Nota.* En la Figura 1 se pueden ver los porcentajes de la percepción de los docentes acerca de la Inteligencia Emocional de sus estudiantes.

**Tabla 9**

*Nivel por Dimensiones por parte de los docentes de la Escala de Inteligencia Emocional de los estudiantes*

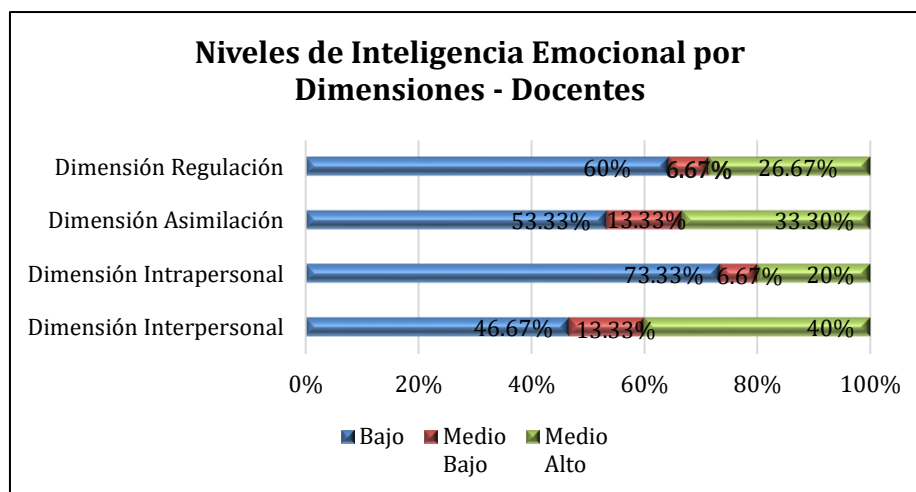
Nivel/ Dimensión	Bajo		Medio Bajo		Medio Alto	
	fi	%	fi	%	fi	%
Percepción Interpersonal	7	46.67%	6	40%	2	13.33%
Percepción Intrapersonal	11	73.33%	3	20%	1	6.67%
Asimilación Emocional	8	53.33%	5	33.30%	2	13.33%
Regulación Emocional	10	60%	4	26.67%	1	6.67%

*Nota.* Esta tabla muestra los niveles por Dimensiones de acuerdo con la percepción de los docentes acerca de la Inteligencia Emocional de los estudiantes.

Se puede observar que los niveles obtenidos en las dimensiones de la escala, de acuerdo con la percepción docentes sobre la Inteligencia Emocional de sus estudiantes, resalta que se percibe que las dimensiones con menor nivel son las de Dimensión Intrapersonal y Regulación Emocional, ambas con 60%.

**Figura 4**

*Nivel por Dimensiones percibido por los docentes de Inteligencia Emocional de los estudiantes*



*Nota.* En la Figura 2 se pueden ver los porcentajes por dimensiones de acuerdo con la percepción de la Inteligencia Emocional de los estudiantes.

**Tabla 10**

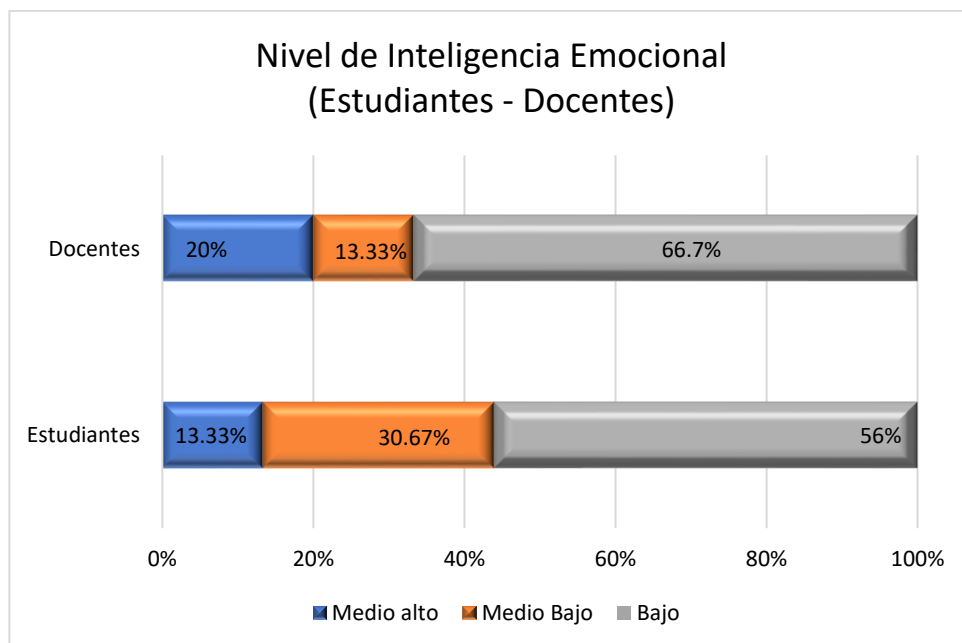
*Inteligencia Emocional Comparación*

Nivel de Inteligencia Emocional	<i>Estudiantes</i>		<i>Docentes</i>	
	fi	%	fi	%
Medio alto	10	13.33%	3	20%
Medio Bajo	23	30.67%	2	13.33%
Bajo	42	56%	10	66.7%

*Nota.* Esta tabla muestra la comparación de los niveles de Inteligencia Emocional obtenido por los estudiantes con la percepción de los docentes.

**Figura 5**

*Inteligencia Emocional de los estudiantes por niveles*



*Nota.* En la Figura 5 se puede observar la comparación de los niveles de Inteligencia alcanzados por los estudiantes con la percepción de sus docentes.

**Tabla 11****Inteligencia Emocional por Estudiantes y percepción de Docentes**

Nivel/ Dimensión	Estudiantes		Docentes	
	fi	%	fi	%
<b>D1 Percepción Interpersonal</b>				
Bajo	44	58.67%	7	46.67%
Medio Bajo	22	29.33%	2	13.33%
Medio Alto	9	12%	6	40%
<b>D2 Percepción Intrapersonal</b>				
Bajo	45	60%	11	73.33%
Medio Bajo	20	26.67%	1	6.67%
Medio Alto	10	13.33%	3	20%
<b>D3 Asimilación Emocional</b>				
Bajo	41	54.67%	8	53.33%
Medio Bajo	23	30.67%	2	13.33%
Medio Alto	11	14.66%	5	33.30%
<b>D4 Regulación Emocional</b>				
Bajo	45	60%	10	60%
Medio Bajo	11	14.66%	1	6.67%
Medio Alto	9	12%	4	26.67%

*Nota.* Esta tabla muestra la comparación de los niveles por Dimensiones de los estudiantes con la percepción de los docentes acerca de las mismas.

Se puede observar que, en la comparación de los niveles obtenidos en las dimensiones de la escala por parte de los estudiantes con la percepción docente, se puede establecer que tanto estudiantes como docentes coinciden dando los porcentajes más altos en cada dimensión al Nivel Bajo.

## V. DISCUSIÓN

De acuerdo con los resultados obtenidos mediante la aplicación de la Escala de Inteligencia Emocional, a estudiantes del nivel secundario del 4to y 5to año, entre los 15 y 19 años, se haya que más del 86% de los evaluados se haya entre el nivel medio bajo y nivel bajo en cuanto a Inteligencia Emocional, donde 30,67% alcanzó Nivel Medio Bajo y 56% el Nivel Bajo, por lo que se puede establecer que como indica UNICEF (2020) el desarrollo de este tipo de inteligencia se desarrolla durante la infancia y la niñez, consolidándose a partir de la adolescencia, por lo que estos resultados indican problemas de índole emocional presente en los estudiantes, problemas que en su mayoría tendrán su inicio a edades tempranas.

En cuanto a la dimensión de Percepción Interpersonal los evaluados alcanzan un 58.67% el Nivel Bajo, por lo que se intuir que los estudiantes pueden presentar problemas de socialización en cada uno de sus ámbitos de desarrollo (Gardner, 1993 citado por Macías, 2002) ya que no se posee las capacidades necesarias para establecer relaciones interpersonales adecuadas, además de no poder desarrollar la capacidad de empatía, es decir, no son capaces de reconocer las emociones de las personas que los rodean y mucho menos podrán interactuar con estas personas de manera asertiva o empática.

Por otra parte, con respecto a la dimensión de Percepción Intrapersonal 60% de estudiantes evaluados alcanza un Nivel Bajo, esta dimensión se relaciona con la capacidad de poder identificar, comprender y controlar las emociones propias, a través de la autoconciencia y el autocontrol de acuerdo a Vivas & González (2007), por lo que se puede establecer que más de la mitad del total tienen problemas relacionados a estas capacidades, es decir, no puede reconocer, entender y controlar de manera adecuada sus emociones, lo que puede conllevar a la práctica de actitudes y comportamientos lascivos y/o contraproducentes contra quienes lo rodean como para ellos mismos.

En cuanto a la dimensión de Asimilación Emocional los evaluados alcanzan un 54,67% el Nivel Bajo, por lo que se puede establecer que los estudiantes no son capaces de analizar, comprender, aceptar y gestionar sus propias emociones, lo que genera la acumulación constante y progresiva de tensión emocional, es decir, los adolescentes la mayor parte del tiempo no serán capaces de tener control sobre sus propias emociones, dejando a su entorno la capacidad para cambiarlo de acuerdo a la situación o contexto que se presente en ese momento, lo que produce que en un ambiente hostil el adolescente sienta que no pueda tener el control ni las capacidades

necesarias para hacer frente a una situación conflictiva, así como señala Vivas & González (2007).

Por otra parte, con respecto a la dimensión de Regulación Emocional 60% de estudiantes evaluados alcanza Nivel Bajo, dimensión relacionada con la capacidad de poder expresar sus propias emociones de una manera adecuada y mucho menos serán capaces de poder controlarlas, por lo que la impulsividad y agresividad será parte natural de su comportamiento dentro de su entorno (Gardner, 1993) o bien no se les hará posible el poder expresar su malestar o inconformidad, lo que les imposibilitará poder salir o hacer frente a situaciones que considere estresantes o intimidantes, ambos extremos conllevan a la generación de tensión emocional constante.

Con respecto a la percepción sobre los estudiantes, por parte de sus propios docentes es clara, dónde el 56% de estos indica percibir que sus estudiantes tienen un Nivel Bajo de Inteligencia Emocional, ya que en su labor diaria pueden presenciar de manera directa la diversa problemática en la que los adolescentes se desenvuelven, lo que se podría relacionar con la presencia de problemas emocionales existentes, así como lo señala el MINSA (2020), entidad que indica que para el año 2020 era el 28.6% de adolescentes con riesgo a padecer de alguna alteración emocional o psicológica.

Partiendo de los resultados obtenidos a través de la aplicación del cuestionario, se puede establecer que la problemática adolescente descrita con anterioridad también está presente en los estudiantes de la Institución Educativa JEC “Luis Alberto Sánchez”, de Combayo, Cajamarca.

En este sentido se plantea desarrollar y ejecutar un Programa Racional Emotivo Conductual, con el objetivo de desarrollar las capacidades relacionadas a la Inteligencia Emocional.

## **VI. APOORTE PRÁCTICO**

“Programa Racional Emotivo Conductual para el desarrollo de la Inteligencia Emocional de los estudiantes de la Institución Educativa Luis Alberto Sánchez de Combayo, Cajamarca”

Se propone el presente programa como medio afrontamiento a la problemática existente en los adolescentes, que formuló como problema de investigación, el cual fue posteriormente diagnosticado y contrastado del aspecto empírico, teórico y estadístico.

Durante la adolescencia el ser humano no solo enfrenta los aspectos relacionados a los cambios propios del ciclo vital, sino que también, hacen frente a diversas situaciones que nacen de su contexto sociocultural influenciado todo esto por su contexto histórico. Las dificultades de afrontamiento, la impulsividad, el poco o nulo control de impulsos con factores que nacen de la incapacidad del adolescente de comprenderse a sí mismos, como a su entorno, lo que puede desencadenar en la formación de problemas de salud mental, las que muchas veces no suelen ser diagnósticas y mucho menos tratadas, perpetuando la problemática adolescente y su incapacidad de afrontamiento frente a esta (Contini et al., 2022).

El constructo de la Inteligencia Emocional es un aspecto que cada vez toma más relevancia en muchos ámbitos de la atención o intervención en adolescentes, dado que la Inteligencia Emocional deja de ser solo un mero concepto y pasa a ser un conjunto de habilidades y capacidades necesarias para una adecuada adaptación al entorno, aspecto que repercute en todos los ámbitos de desarrollo del ser humano. Por lo tanto, es necesario que durante la adolescencia se motive y plantee la implementación de actividades que permitan el desarrollo de la Inteligencia Emocional (Bacca et al., 2020).

Dentro de la realidad, de los estudiantes del 4to y 5to año del nivel secundario de la Institución Educativa Luis Alberto Sánchez, existen múltiples factores que pueden acentuar la problemática adolescente preexistente, dada la coyuntura socioeconómica en la que se desenvuelve la población, en la cual resalta la pobreza, el desconocimiento y desinformación, el bajo nivel educativo de padres y/o familiares unida a la presencia de creencias irracionales enlazadas con el machismo, el uso de la violencia como fuente de comunicación y la percepción que la salud mental no existe o que no es importante.

Lo anteriormente mencionado se relaciona con la existencia de problemas de control de impulsos, agresividad, ansiedad depresión, aislamiento social, conductas desinhibidas, bajo

rendimiento académico, deserción escolar, trastornos somáticos, trastornos de alimentación, ideación e intento suicida entre otros, lo que unido a la percepción de la salud mental propia de la población genera que no se busque o no se ponga interés en la búsqueda de apoyo o ayuda especializada.

### **6.1. Fundamentación del Aporte Práctico**

El programa se elaboró con el fin de conceptualizar y sistematizar el Programa Racional Emotivo Conductual con el fin de fomentar el desarrollo de la Inteligencia Emocional de los estudiantes, lo que repercutirá en que estos logren un proceso de formación emocional que facilite una adaptación adecuada a su entorno.

Cuando se trata de adolescentes se considera que el tratamiento o intervención psicológica es necesaria exista o no un trastorno diagnosticado, sino como fuente de prevención ya sea para evitar la formación o la perpetuación de un trastorno, para lo cual se ha evidenciado la eficacia de los tratamientos con enfoque cognitivo conductual, pero tomando en cuenta las características únicas del individuo a tratar (Kovacheva y Rodríguez-Muñoz 2022).

Kovacheva y Rodríguez-Muñoz (2022) señalan también que es necesario enfocarse en la comorbilidad existente en los pacientes adolescentes, ya que es frecuente que para la intervención psicológica se haga énfasis en los síntomas o señales más visibles para el espectador, es decir, para los padres de familia, docentes, amigos o familiares, dejando de lado la autopercepción que puede tener el adolescente de su propia situación, la que mayormente queda oculta, limitando así una intervención más adecuada o enfocada al problema de mayor relevancia para el propio usuario o paciente.

Por otra parte, Lega et al., (2022) señala que bajo el modelo planteado por Ellis, creador de la Terapia Racional Emotiva Conductual, existe un proceso mediante el cual se forman o se desarrollan los problemas emocionales, donde “A” es la experiencia o acontecimiento que genera un impacto e induce una consecuencia emocional y posteriormente una consecuencia conductual, “B” son los pensamientos o creencias que nacen del acontecimiento y que generan a “C” que son las futuras consecuencias emocionales y conductuales que perpetúan el malestar o problema emocional. Por lo que se establece que no necesariamente es el evento activador el que produce el malestar emocional, sino es las creencias irracionales que empiezan a formarse, las que generan con el tiempo el problema psicológico, por lo que es necesario intervenir en estas creencias o ideas.



Posteriormente, las creencias o ideas irracionales evolucionan en distorsiones cognitivas, las que hacen referencia a errores o falencias en el procesamiento de información, fenómeno que se da de manera natural en las personas, dadas sus características únicas a través del aprendizaje, experiencias y capacidades emocionales, por lo que la intervención psicológica o tratamiento a seguir debe tener como objetivo el poder identificar cuestionar y adaptar estas distorsiones cognitivas a formas más adaptativas de proceso de pensamiento (Lega et al., 2022).

La TREC establece la importancia de la labor conjunta en el proceso de intervención, es decir, el usuario no es un mero paciente que espera a que el profesional de manera mágica solucione sus problemas o cambie su manera de pensar, sino que sea parte activa y principal del proceso de cambio, una muestra de ello es, el trabajo basado en auto instrucciones, las cuales son palabras, frases, mensajes, ordenes o premisas de conducta, a las que el usuario debe adherirse y cumplir, donde los resultados que obtenga fomentarán el aprendizaje y las capacidades de autoconocimiento y autoreconocimiento personal.

La participación activa del usuario como parte importante de su propio proceso de intervención genera confianza y seguridad cuando los resultados que obtiene son positivos, pero suelen desanimar en gran medida al ser negativos, es por ello que al TREC establece que anteriormente a la puesta en práctica de actividades propias del usuario el profesional a cargo de la intervención señale la diferencia entre Resultado y Proceso, es decir, que se capaz de reconocer que un buen o mal resultado no necesariamente influye de manera determinante en el proceso de intervención, sino la acumulación de progresos paulatinos sumados a fallos o estancamientos, de igual modo se hace énfasis en el desuso de la comparación como fuente de percepción de progreso, dado que esta limita y genera malestar sean cuales sean los resultados obtenidos.

## **6.2. Construcción del Aporte Práctico**

Al establecerse niveles bajos de Inteligencia Emocional, de los estudiantes del 4to y 5to año del nivel secundario de la Institución Educativa Luis Alberto Sánchez, producto de la influencia ejercida por la presencia de diversos problemas de índole socioemocional, donde destacan dificultad para poder reconocer sus propias emociones y las emociones de los demás, dificultad para poder expresarse de manera más adecuada, lo que piensan y sienten, poca o nula capacidad de resolución de conflictos y poca o nula capacidad de control de impulsos.

Frente a lo cual se han establecieron 6 etapas en el programa de intervención, las cuales se mencionan a continuación:

- Etapa 1: Introducción/Fundamentación
- Etapa 2: Diagnóstico
- Etapa 3: Objetivo General
- Etapa 4: Sistema de Procedimiento:
  - Periodo A (Contextualización de la Inteligencia Emocional)
    - Fase I: Reestructuración Racional
  - Periodo B (Formación e implementación de la Inteligencia Emocional)
    - Fase II: Sistematización Emotiva
    - Fase III: Adaptación Conductual
- Etapa 5: Instrumentación
- Etapa 6: Criterios de Evaluación

#### **Etapa 1: Introducción/Fundamentación**

Se establecen las características del entorno y el problema que a resolver. En tal sentido, se da a conocer las bases teóricas del enfoque Racional Emotivo Conductual las cuales fundamentan el programa propuesto.

#### **Etapa 2: Diagnóstico**

Se establece la problemática actual del grupo de estudio, obteniendo datos relevantes para la construcción del programa, a través de la identificación de la sintomatología existente se determinan los objetivos y actividades a realizar en cada una de las sesiones. Para lo cual es necesario la utilización de diversas herramientas de investigación:

- a) **Revisión Bibliográfica:** Análisis detallado de la literatura sobre el tema en cuestión. Se emplearon fuentes primarias y secundarias, como artículos científicos y libros.
- b) **Escala:** Establecimiento de la escala psicométrica más adecuada para medir el constructo, validado por juicio de expertos. La escala se aplicó a un total de 75 estudiantes del 4to y 5to año del nivel secundario, así como a 15 docentes que tienen a su cargo ambos años de estudio.
- c) **Juicio de expertos:** Validación de contenido de los instrumentos a través de juicios de expertos, en el estudio psicométrico participaron 3 expertos, dichos instrumentos están dirigidos a estudiantes y docentes.

d) **Construcción Metodología:** Elaboración del programa, planteamiento de los objetivos por cada sesión a trabajar, tomando en cuenta las dimensiones de la escala, las cuales son:

- **Percepción Intrapersonal**, la que se presenta mediante la presencia de creencias irracionales acerca de sí mismo, de sus capacidades y habilidades físicas e intelectuales, de su propia apariencia física.
- **Percepción Interpersonal**, la que se presenta mediante la presencia de creencias irracionales acerca del porque los demás actúan como lo hacen, de lo que piensan los demás acerca de ellos, del porque suceden las cosas de una u otra manera.
- **Asimilación Emocional**, la que se presenta mediante la presencia de dificultades en cuanto al control de impulsos, así como del manejo y expresión emocional, sentimientos de inferioridad y minusvalía, ansiedad, depresión, estrés postraumático, ideación suicida.
- **Regulación Emocional**, la que se presenta mediante la impulsividad, agresividad, pasividad, aislamiento, desinhibición y promiscuidad sexual, autoagresión e intento suicida.

**Resultado del diagnóstico:**

***Dimensión Percepción Intrapersonal:***

- Dificultad para poder reconocer sus propias emociones
- Creencias irracionales o esquemas desadaptativos.
- Sentimientos de culpa e inferioridad.
- Desarrollo de conductas disfuncionales. (cuting e ideación suicida)

***Dimensión Percepción Interpersonal:***

- Dificultad para poder reconocer sus emociones ajenas.
- Dificultad para poder expresarse de manera más adecuada, lo que piensan y sienten.
- Búsqueda de reconocimiento y refuerzo emocional en terceros.
- Poca o nula capacidad de establecerse metas u objetivos a corto, mediano y largo plazo.

***Dimensión Asimilación Emocional:***

- Desconfianza, miedo y preocupaciones excesivas.

- Poca o nula capacidad de autoreconocimiento y automotivación.
- Inestabilidad y/o dependencia emocional, impulsividad en sus relaciones interpersonales.
- Sensación de abandono emocional.

***Dimensión Regulación Emocional:***

- Dificultad para poder expresarse de manera más adecuada, lo que piensan y sienten.
- Poca o nula capacidad de resolución de conflictos.
- Poca o nula capacidad de control de impulsos.
- Problemas de índole sexual, promiscuidad y conductas sexuales peligrosas.
- Problemas de índole alimenticio, bulimia y/o anorexia.

**Etapa 3: Objetivo General**

Se establece el objetivo general del Programa Racional Emotivo Conductual: Sistematizar el proceso racional emotivo conductual, a través del previo diagnóstico del nivel de Inteligencia Emocional de los estudiantes del 4° y 5° año del nivel secundario de la Institución Educativa Luis Alberto Sánchez de Combayo, Cajamarca.

**Etapa 4: Sistema de Procedimiento**

Tomando en cuenta los resultados de diagnóstico obtenidos a través de la evaluación Pre-Test, se pudieron establecer niveles bajos de Inteligencia Emocional, lo cual repercute en la estabilidad emocional de los estudiantes de la Institución Educativa Luis Alberto Sánchez, la que se refleja en dificultad para reconocer sus propias emociones y las emociones de los demás, dificultad para expresarse de manera más adecuada, poca o nula capacidad de resolver sus conflictos y en cuanto a control de impulsos.

En tal sentido, antes la necesidad multidisciplinaria de atención inmediata a esta realidad, se propone un Programa Racional Emotivo Conductual, el cual está destinado a fortalecer las capacidades racionales, emocional y conductuales de los estudiantes, con la intención de favorecer el desarrollo de la Inteligencia Emocional. De esta manera, se proponen 3 fases de intervención, donde tanto la primera como segunda fase se compondrán de 3 sesiones cada, mientras que la fase final estará compuesta por 4 sesiones, donde cada sesión estará enfocada en los indicadores de cada dimensión de la Inteligencia Emocional y

en el tratamiento propuesto por en el enfoque racional emotivo conductual. (Lega et al., 2022)

### **Periodo A (Contextualización de la Inteligencia Emocional)**

**Objetivo:** Contextualizar lo relacionado a las capacidades y habilidades propias de la Inteligencia Emocional.

**Actividades Previstas:** Determinar el autoreconocimiento de los estudiantes, Determinar las creencias irracionales propias y de los demás y Determinar plan de intervención.

#### **- Fase I: Reestructuración Racional.**

**Objetivo:** Reestructuración del proceso cognitivo, mediante la mejora progresiva de los pensamientos propios, acerca de los demás y del ambiente mismo, a través del cambio de las creencias irracionales.

**Actividades Previstas:** Comunicación del procedimiento y duración del programa, actividades de interacción y fomento de la participación, hacer de conocimiento lo relacionado a las creencias irracionales, trabajo de técnicas cognitivas (autoconocimiento de creencias, entrenamiento de autoinstrucciones, uso de la distracción cognitiva e imaginación).

**Actividades Previstas:** Psicólogo.

### **Periodo B (Formación e implementación de la Inteligencia Emocional)**

**Objetivo:** Proponer herramientas de formación de inteligencia emocional en diversos contextos de interacción.

**Actividades Previstas:** Caracterizar nuevas formas de pensamiento y creencias, Caracterizar nuevas formas de interacción, Caracterizar nuevas formas de regulación emocional y Determinar plan de intervención.

#### **- Fase II: Sistematización Emotiva.**

**Objetivo:** Sistematizar de las formas de expresión y dominio emocional, a través de la modificación de las emociones que produzcan malestar emocional. **Actividades**

**Previstas:** A través de actividades participativas, se fomenta la búsqueda del autoconocimiento emocional interno y sus formas de expresión en distintos ámbitos

de interacción, trabajo de técnicas emotivas (imaginación racional emotiva y técnicas humorísticas de autoaceptación).

**Actividades Previstas:** Psicólogo.

- **Fase III: Adaptación Conductual.**

**Objetivo:** Adaptación de las conductas y comportamientos previamente aprendidos, por otros que favorezcan una mejor interacción interpersonal y un fortalecimiento intrapersonal.

**Actividades Previstas:** Establecer pautas de interacción adecuadas, por medio de la puesta en práctica de actividades de socialización y participación conjunta, desarrollando las habilidades sociales, trabajo de técnicas conductuales (toma de riesgos, inversión de rol, estrategias de resolución de problemas y conflictos, exposición e inundación emocional).

**Actividades Previstas:** Psicólogo.

**Tabla 12**

*Síntesis del Sistema de Procedimiento*

<b>Fase I: Reestructuración Racional</b>		
<b>Objetivo General:</b> Reestructuración del proceso cognitivo, mediante la mejora progresiva de los pensamientos propios, acerca de los demás y del ambiente mismo, a través del cambio de las creencias irracionales.		
<b>Indicadores:</b> Creencias irracionales propias y del entorno, menosprecio personal de capacidades, habilidades y aspecto físico, sentimientos de inferioridad.		
<b>Sesión 01</b>	<b>Título:</b> Mis creencias irracionales	<b>Objetivo:</b> Dar a conocer el concepto necesarios y precisos de las creencias irracionales.
<b>Sesión 02</b>	<b>Título:</b> Autorreconocimiento personal	<b>Objetivo:</b> Autorreconocimiento de las creencias irracionales.
<b>Sesión 03</b>	<b>Título:</b> Entrenamiento mental	<b>Objetivo:</b> Entrenamiento cognitivo, cambio de las creencias irracionales.
<b>Fase II: Sistematización Emotiva</b>		
<b>Objetivo General:</b> Sistematizar de las formas de expresión y dominio emocional, a través de la modificación de las emociones que produzcan malestar emocional.		

**Indicadores:** Poco control de impulsos, impulsividad, agresividad, ideación suicida, ansiedad, depresión y estrés postraumático.

---

<b>Sesión 04</b>	<b>Título:</b> Conociendo mis emociones	<b>Objetivo:</b> Reconocimiento de las emociones y su forma de expresión.
<b>Sesión 05</b>	<b>Título:</b> Dominando mis emociones	<b>Objetivo:</b> Mejora de la forma de expresión emocional.
<b>Sesión 06</b>	<b>Título:</b> Aceptando emociones	<b>Objetivo:</b> Reconocimiento de las emociones ajenas y la respuesta adecuada a estas.

---

### **Fase III: Adaptación Conductual**

---

**Objetivo General:** Adaptación de las conductas y comportamientos previamente aprendidos, por otros que favorezcan una mejor interacción interpersonal y un fortalecimiento intrapersonal.

**Indicadores:** Dificultades de adaptación y de interacción interpersonal, desinhibición sexual, consumo de sustancias, autoagresión e intento suicida.

---

<b>Sesión 07</b>	<b>Título:</b> Enfrentando la vergüenza y el miedo social	<b>Objetivo:</b> Facilitar la capacidad de interacción social.
<b>Sesión 08</b>	<b>Título:</b> Mejorando mi conducta para mí mismo	<b>Objetivo:</b> Fomentar el autocuidado personal.
<b>Sesión 09</b>	<b>Título:</b> Mejorando mi conducta para los demás	<b>Objetivo:</b> Fomentar la mejor forma de interacción intrapersonal.
<b>Sesión 10</b>	<b>Título:</b> Mi conducta depende del ámbito	<b>Objetivo:</b> Reconocimiento de la de adecuación necesaria de la conducta, de acuerdo con el contexto de interacción.

---

*Nota:* En la presente tabla se sintetiza el Sistema de Procedimiento, basado en las fases de intervención del programa, así mismo presentan sus respectivos objetivos e indicadores.

**Tabla 13**

*Descripción detallada Sesión 01*

<b>Sesión 01: Mis creencias irracionales</b>			
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación del profesional a cargo del programa.</li> <li>- Dinámica de activación, para generar la motivación necesaria para el desarrollo de la sesión.</li> <li>- Explicación sobre el programa, duración, características y finalidad.</li> </ul>	<p><b>Humanos:</b> Psicólogo Estudiantes</p> <p><b>Materiales:</b> Proyector Laptop Diapositivas Casos impresos</p>	5´
<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lluvia de ideas sobre el tema, dónde sus dudas son respondidas de manera espontánea.</li> <li>- Explicación del tema, a través de la presentación de diapositivas interactivas.</li> <li>- Análisis de casos, mediante la presentación de casos reales relacionados al tema.</li> </ul>		30´
<b>Final</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión</li> </ul>		10´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 01.



**Tabla 14**

*Descripción detallada Sesión 02*

<b>Sesión 02: Autorreconocimiento personal</b>				
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>	
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación del profesional a cargo del programa.</li> <li>- Dinámica de activación, se reparte algunas creencias irracionales junto con otros conceptos para que los estudiantes puedan enumerar la lista de creencias irracionales existentes.</li> <li>- Corrección, de ser necesario se corrigen las ideas irracionales que no fueron tomadas en cuenta o conceptos que no conciernen al tema.</li> </ul>	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicólogo</li> <li>- Estudiantes</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proyector</li> <li>- Laptop</li> <li>- Diapositivas</li> <li>- Casos impresos</li> </ul>	10´	
<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autoreferencia, se pide que algunos de estudiantes de manera voluntaria identifiquen en sí mismos alguna creencia irracional.</li> <li>- Aplicación de técnica ABC (acontecimiento/pensamiento/emoción)</li> <li>.</li> <li>- Aplicación técnica autoregistro, para que cada estudiante establezca bajo el modelo ABC sus propias creencias irracionales.</li> </ul>			25´
<b>Final</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión.</li> </ul>			10´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 02.

**Tabla 15**

*Descripción detallada Sesión 03*

<b>Sesión 03: Entrenamiento mental</b>			
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación del profesional a cargo del programa.</li> <li>- Dinámica de activación, mediante la realización de algunos ejercicios físicos se estimula la atención y concentración.</li> </ul>		5´
<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación de técnica coste/beneficio, la cual incentiva el analizar los pros y contras de mantener una creencia irracional. técnica ABC (acontecimiento/pensamiento/emoción)</li> <li>- Aplicación de técnica flecha descendente, en búsqueda encontrar los motivos reales de la creencia irracional.</li> <li>- Aplicación de técnica ABCDE (acontecimiento/pensamiento/emoción/debate/nueva creencia) a través del debate y cuestionamiento (estilo socrático/humorístico) de sus propias creencias irracionales.</li> </ul>	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicólogo</li> <li>- Estudiantes</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Papelotes</li> <li>- Tiras de cartulina</li> <li>- Papel bond</li> <li>- Lapiceros</li> <li>- Laptop</li> </ul>	30´
<b>Final</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión.</li> </ul>		10´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 03.

**Tabla 16***Descripción detallada Sesión 04*

<b>Sesión 04:</b> Entrenamiento mental			
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación del profesional a cargo del programa.</li> <li>- Se pide a los estudiantes realizar técnica de respiración profunda para buscar la relajación mental.</li> </ul>		5´
<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación técnica imaginación racional emotiva, se pide a los estudiantes imaginar un acontecimiento que le cause tensión emocional, para luego pedirle que trate de cambiar sus emociones catastróficas por emociones negativas más adecuadas.</li> <li>- Aplicación técnica de uso y grabado de afirmaciones de afrontamiento, donde se repiten de manera tajante diversas afirmaciones de creencias racionales.</li> </ul>	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicólogo</li> <li>- Estudiantes</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p>	30´
<b>Final</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión.</li> </ul>		10´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 04.

**Tabla 17***Descripción detallada Sesión 05*

<b>Sesión 05: Dominando mis emociones</b>			
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	- Presentación del profesional a cargo del programa.	<b>Humanos:</b> - Psicólogo - Estudiantes  <b>Materiales:</b>	2´
<b>Desarrollo</b>	- Aplicación técnica de ataque de vergüenza, dónde se pide que los estudiantes saquen una hoja con indicación escrita, la cual consiste en realizar una acción vergonzosa. - Aplicación de técnica humorística, basados en las situaciones propuestas anteriormente.		38´
<b>Final</b>	- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión		5´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 05.

**Tabla 18***Descripción detallada Sesión 06*

<b>Sesión 06: Aceptando emociones</b>			
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	- Presentación del profesional a cargo del programa.		2´
<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación técnica Role-playing, donde se escenifican situaciones reales en las cuales se experimenta malestar emocional, practicando nuevas formas de percibir y procesar la información recibida.</li> <li>- Aplicación de técnica humorística, basados en las situaciones propuestas anteriormente.</li> <li>- Aplicación de técnica de refuerzo, reforzando la participación anterior mediante el reconocimiento grupal y la entrega de un estímulo gastronómico.</li> </ul>	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicólogo</li> <li>- Estudiantes</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p>	38
<b>Final</b>	- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión		5´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 06.

**Tabla 19***Descripción detallada Sesión 07*

<b>Sesión 07: Enfrentando la vergüenza y el miedo social</b>			
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación del profesional a cargo del programa.</li> <li>- Dinámica de activación, para generar la motivación necesaria para el desarrollo de la sesión.</li> </ul>		10´
<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación técnica Desensibilización en vivo, se pide a estudiantes voluntarios exponer una situación temida, debatir sus pensamientos irracionales y proponer creencias más adaptativas.</li> <li>- Aplicación de técnica de refuerzo, reforzando la participación anterior mediante el reconocimiento grupal y la entrega de un estímulo gastronómico.</li> </ul>	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicólogo</li> <li>- Estudiantes</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p>	38´
<b>Final</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión.</li> </ul>		5´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 07.

**Tabla 20**

*Descripción detallada Sesión 08*

<b>Sesión 08: Mejorando mi conducta para mí mismo</b>			
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	- Presentación del profesional a cargo del programa.		2´
<b>Desarrollo</b>	- Aplicación técnica Role-playing, donde se escenifican situaciones reales en las cuales se experimenta malestar emocional, practicando nuevas formas de actuar y comportarse con uno mismo. - Aplicación de técnica humorística, basados en las situaciones propuestas anteriormente. - Aplicación de técnica de refuerzo, reforzando la participación anterior mediante el reconocimiento grupal y la entrega de un estímulo gastronómico.	<b>Humanos:</b> - Psicólogo - Estudiantes  <b>Materiales:</b>	38´
<b>Final</b>	- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión		5´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 08.

**Tabla 21***Descripción detallada Sesión 09*

<b>Sesión 09: Mejorando mi conducta para los demás</b>			
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	Presentación del profesional a cargo del programa.		2´
<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación técnica Role-playing, donde se escenifican situaciones reales en las cuales se experimenta malestar emocional, practicando nuevas formas de actuar y comportarse con otros.</li> <li>- Aplicación de técnica humorística, basados en las situaciones propuestas anteriormente.</li> <li>- Aplicación de técnica de refuerzo, reforzando la participación anterior mediante el reconocimiento grupal y la entrega de un estímulo gastronómico.</li> </ul>	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicólogo</li> <li>- Estudiantes</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p>	38
<b>Final</b>	- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión.		5´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 09.



**Tabla 22**

*Descripción detallada Sesión 10*

<b>Sesión 10: Mi conducta depende del ámbito</b>			
<b>Momento</b>	<b>Descripción de Actividades</b>	<b>Medios y materiales</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Presentación del profesional a cargo del programa.</li><li>- Dinámica de activación, para generar la motivación necesaria para el desarrollo de la sesión.</li></ul>	<b>Humanos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Psicólogo</li><li>- Estudiantes</li></ul> <b>Materiales:</b>	5´
<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Aplicación técnica Prevención de caídas, dónde se aprovecha para hacer un repaso de las técnicas más importantes como son los de los modelos ABC y ABCDE.</li></ul>		15´
<b>Final</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se aplica técnica de Canciones humorísticas, mediante las cuales se toma de manera amena y divertida nuestras propias falencias y errores de pensamiento y comportamiento.</li><li>- Reflexión sobre el tema, motivando la concientización sobre lo trabajado en la sesión.</li></ul>		25´

*Nota:* Se detallan las actividades desarrolladas en la sesión 10.

### **Etapa 5: Instrumentación**

Este programa se acondicionó haciendo uso de información seleccionada a la Terapia Racional Emotiva Conductual, con el fin de fortalecer la Inteligencia Emocional de los estudiantes y por ende, desarrollar sus capacidades de afrontamiento a toda la problemática socioemocional en la que se ven inmersos, para lo cual se solicitó el consentimiento informado y permisos necesarios de los representantes de la institución educativa, así mismo, se contó con el apoyo de docentes y tutores para el desarrollo de las sesiones.

**Tabla 23**

*Actividades ejecutadas del Programa Racional Emotivo Conductual*

<b>N.º</b>	<b>Responsable</b>	<b>Actividad</b>	<b>Producto</b>	<b>Plazo de ejecución</b>
<b>01</b>	Investigador	Solicitar permiso para el desarrollo de las actividades	Solicitud de Permiso de Evaluación	Marzo
<b>02</b>	Director de la I.E.	Información oportuna a docentes, tutores y estudiantes	Informe del programa	Marzo
<b>03</b>	Investigador	Elaboración del consentimiento informado sobre las actividades a desarrollar dentro del programa	Consentimiento Informado	Marzo
<b>04</b>	Investigador	Aplicación de Escala de Inteligencia Emocional a estudiantes	Diagnóstico previo a la aplicación del programa	Abril
<b>05</b>	Investigador	Aplicación de cuestionario a docentes	Diagnóstico de la percepción docente sobre los estudiantes	Abril

06	Investigador	Elaboración del Programa Racional Emotivo Conductual	Desarrollo de 10 sesiones para desarrollar la Inteligencia Emocional de los estudiantes del 4° y 5° año del nivel secundario de la I.E. "Luis Alberto Sánchez"	Julio
----	--------------	--	--	-------

*Nota.* Descripción detallada de las actividades ejecutadas del programa racional emotivo conductual.

**Tabla 24**

*Estimación del Programa Racional Emotivo Conductual*

<b>Etapas</b>	<b>Informe de logro</b>	<b>Juicio de medición</b>	<b>Evidencias</b>
Reestructuración Racional	Mejora de los pensamientos propios y acerca de los demás, cambio de las creencias irracionales.	El 85% de los estudiantes lograron una mejora de los pensamientos sobre sí mismo y sobre quienes los rodean.	- Registro de asistencia. - Fotografías - Material audiovisual
Sistematización Emotiva	Modificación de las emociones que produzcan malestar emocional.	El 82% de los estudiantes lograron poder modificar sus emociones negativas por otras más beneficiosas o menos dañinas.	- Registro de asistencia. - Fotografías - Material audiovisual
Adaptación Conductual	Mejor interacción interpersonal y un fortalecimiento intrapersonal.	El 80% de los estudiantes mejoraron su interacción intrapersonal.	- Registro de asistencia.

- Fotografías  
- Material  
audiovisual

*Nota.* Se presenta la estimación correspondiente a la aplicación del Programa Racional Emotivo Conductual por parte de los beneficiarios, basándose en el juicio de medición.

**Tabla 25**

*Presupuesto destinado al Programa Racional Emotivo Conductual*

<b>N o</b>	<b>Materiales e insumos</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Precio por Unidad</b>	<b>Precio Total</b>
<b>01</b>	Memoria USB	1	60.00	60.00
<b>02</b>	Papel Bond	1 millar	22.00	22.00
<b>03</b>	Lapiceros	50	2.00	100.00
<b>04</b>	Plumones	5	2.50	12.50
<b>05</b>	Cartulina	5	1.00	5.00
<b>06</b>	Impresiones	90	0.30	27.00
<b>07</b>	Hospedaje	10	30.00	300.00
<b>08</b>	Alimentación	30	8.00	240.00
<b>09</b>	Pasajes	20	90.00	1, 800.00
<b>Total Costos</b>				<b>2, 566.50</b>

*Nota.* Descripción detallada de los gastos realizados en la aplicación del Programa Racional Emotivo Conductual para la mejora de la Inteligencia Emocional.

### **Etapa 6: Criterios de Evaluación**

Referente al criterio de evaluación racional emotiva conductual destinada al mejoramiento de la Inteligencia Emocional de los estudiantes de la I.E. se desarrolló previa presentación y entrega del consentimiento informado correspondiente, dónde se establece la conformidad de los representantes de la institución, así como la de los participantes, para el desarrollo del Programa Racional Emotivo Conductual.

De esta manera, se establecen los siguientes criterios de evaluación:

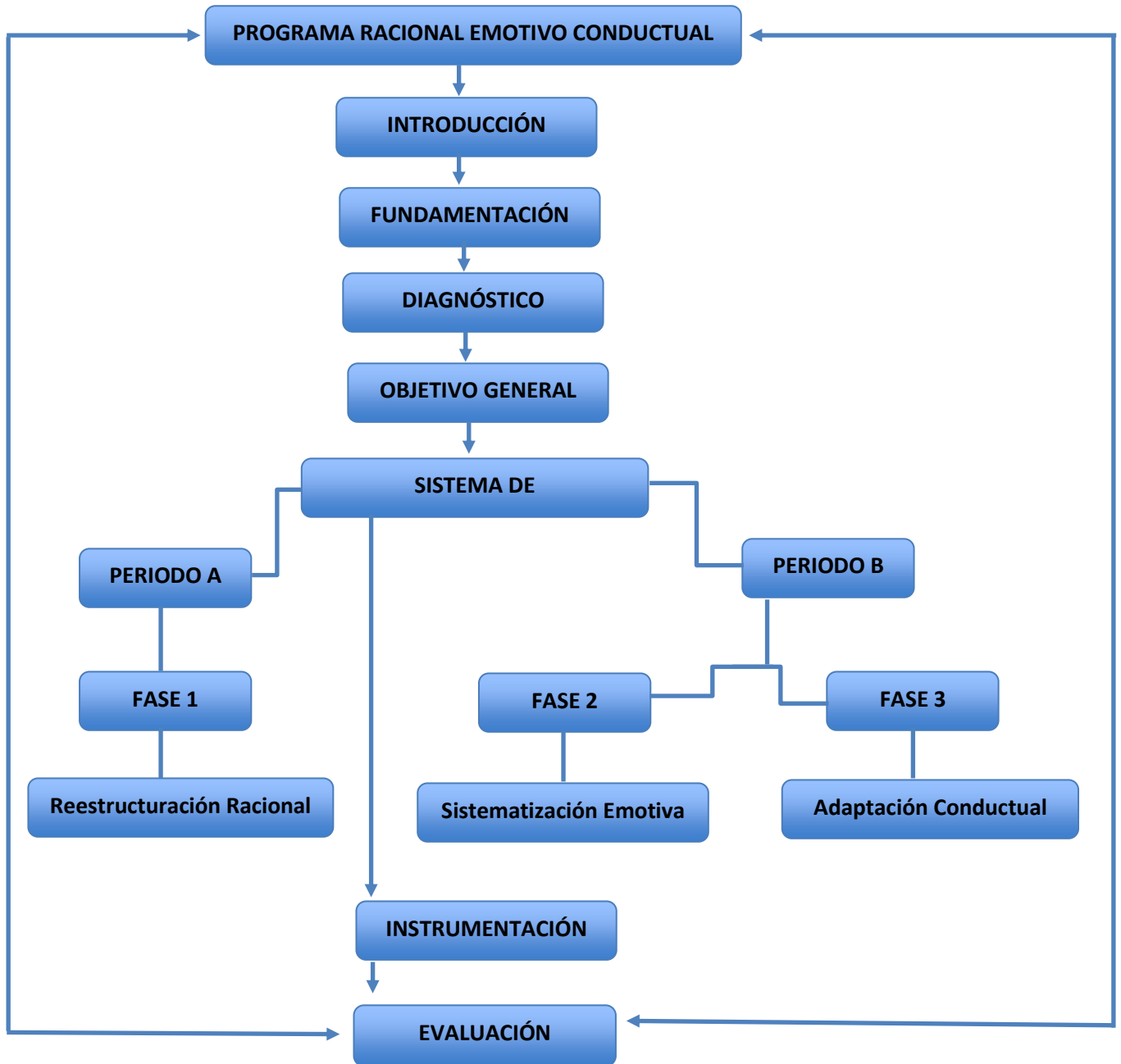
Criterio 1, la primera evaluación de la Inteligencia Emocional con la escala de WLES en los estudiantes, permitió poder establecer el resultado, lo que supone el estado actual referente al tema investigado, en tal sentido se propone como objetivo diagnosticar el estado actual del proceso racional emotivo conductual, esto con el fin de recolectar información sobre aspectos relacionados estrechamente al bienestar físico, psíquico y social de los estudiantes que presenten un nivel bajo en cuanto a inteligencia emocional, es decir, quienes tengan pocas capacidades y habilidades de afrontamiento frente a las diversas problemáticas socioemocionales que los aquejan. La consigna y los ítems de la escala vienen especificados al inicio del protocolo de aplicación del instrumento. Esta escala está compuesta por 16 ítems, dividiéndose en 4 dimensiones: Percepción Intrapersonal, Percepción Interpersonal, Asimilación Emocional y Regulación Emocional; la puntuación oscila entre las siguientes alternativas: 1 (Completamente en desacuerdo), 2 (Bastante En desacuerdo), 3 (En desacuerdo), 4 (Ni de acuerdo ni en desacuerdo), 5 (De acuerdo), 6 (Bastante de acuerdo) y 7 (Completamente de acuerdo).

Criterio 2, se evalúa el progreso presentado y percibido en cada una de las sesiones desarrolladas dentro del programa, para establecer su impacto en tiempo real, así como, para resolver dudas respecto a lo trabajado dentro de cada sesión.

Criterio 3, finalmente se evalúa los beneficios del programa y de las 10 sesiones desarrolladas, a través de una nueva aplicación post test de la Inteligencia Emocional en los estudiantes.

**Figura 6**

*Diagrama de Programa Racional Emotivo Conductual*



## VII. VALORACIÓN Y CORROBORACIÓN DE RESULTADOS

El programa fue aplicado en su totalidad, en 3 etapas distribuidas en 10 sesiones, la primera etapa de Reestructuración Racional, la segunda de Sistematización Emotiva y la tercera de Adaptación Conductual.

### 7.1. Corroboración de Resultados

**Tabla 26**

*Cuadro comparativo de los momentos de evaluación a estudiantes (PRE/POST)*

Momento de la evaluación (PRE/POST)	Antes de la aplicación del programa -PRE-		Después de la aplicación del programa -POST-	
Nivel de Inteligencia Emocional	fi	%	fi	%
Muy Alto	0	0%	1	1.33%
Alto	0	0%	9	12%
Medio alto	10	13.33%	23	30.67%
Medio Bajo	23	30.67%	23	30.67%
Bajo	42	56%	19	25.33%

*Nota.* Tabla comparativa de cambios logrados mediante la aplicación del programa en los estudiantes.

De acuerdo con los resultados obtenidos mediante la evaluación post test, se puede observar que los niveles superiores, como son medio alto, alto y muy alto presentaron una mejora significativa del 30.67% en estos tres niveles, obviamente se presentó una disminución del mismo porcentaje en los niveles más bajos alcanzados, como sin medio bajo y bajo. De esta manera se puede observar una mejora significativa en cuanto a las capacidades y habilidades de los estudiantes con relación a la Inteligencia Emocional tras la aplicación del programa.

**Tabla 27**

*Cuadro comparativo de los momentos de evaluación de acuerdo con la percepción de los docentes (PRE/POST)*

Momento de la evaluación (PRE/POST)	Antes de la aplicación del programa -PRE-		Después de la aplicación del programa -POST-	
Nivel de Inteligencia Emocional	fi	%	fi	%
Medio alto	3	20%	8	53.33%
Medio Bajo	2	13.30%	3	20%
Bajo	10	66.7%	4	26.67%

*Nota.* Tabla comparativa de cambios logrados, de acuerdo con la perspectiva de los docentes, mediante la aplicación del programa en los estudiantes.

De acuerdo con los resultados obtenidos mediante la evaluación post test, se puede observar que el nivel superior percibido por los docentes, como el nivel medio alto, presentó una mejora significativa del 33.33% en este nivel, obviamente se presentó una disminución del mismo porcentaje en los niveles más bajos alcanzados, como son el medio bajo y bajo. De esta manera se puede observar que los docentes perciben una mejora significativa en cuanto a las capacidades y habilidades de los estudiantes con relación a la Inteligencia Emocional tras la aplicación del programa.

**Tabla 28**

*Nivel por Dimensiones por parte de los estudiantes tras la aplicación del Programa*

Momento de la evaluación (PRE/POST)		Antes de la aplicación del programa -PRE-		Después de la aplicación del programa -POST-	
		fi	%	fi	%
<b>Percepción Interpersonal</b>					
Nive I	Muy Alto	0	0%	1	1.33%
	Alto	0	0%	5	6.67%
	Medio Alto	9	12%	25	34.66%
	Medio Bajo	22	29.33%	20	26.67%
	Bajo	44	58.67%	23	30.67%
<b>Percepción Intrapersonal</b>					
Nive I	Muy Alto	0	0%	1	1.33%
	Alto	0	0%	5	6.67%
	Medio Alto	10	13.33%	27	36%
	Medio Bajo	20	26.67%	20	26.67%
	Bajo	45	60%	22	29.33%
<b>Asimilación Emocional</b>					
Nivel	Muy Alto	0	0%	1	1.33%
	Alto	0	0%	4	5.33%
	Medio Alto	11	14.66%	29	38.67%
	Medio Bajo	23	30.67%	20	26.67%
	Bajo	41	54.67%	21	28%
<b>Regulación Emocional</b>					
Nivel	Muy Alto	0	0%	1	1.33%
	Alto	0	0%	4	5.33%
	Medio Alto	9	12%	27	36.01%



	Medio Bajo	21	28%	18	24%
	Bajo	45	60%	25	33.33%

*Nota.* Tabla comparativa de cambios logrados, de acuerdo con cada dimensión de la escala de Inteligencia Emocional, tras aplicación del programa en los estudiantes.

De acuerdo con los resultados obtenidos mediante la evaluación post test de acuerdo con las dimensiones de la Escala de Inteligencia Emocional, se puede observar mejoras significativas considerables, en el dimensión de Percepción Interpersonal se dio un incremento del 22.66% en el nivel medio alto, en la dimensión de Percepción Intrapersonal un incremento del 22.67% en el nivel medio alto, y finalmente en las dimensiones de Asimilación Emocional y de Regulación Emocional un incremento de 24.01% en cada una de ellas, en el nivel medio alto. De esta manera se puede observar una mejora significativa en cuanto a las capacidades y habilidades de los estudiantes con relación a la Inteligencia Emocional tras la aplicación del programa.

**Tabla 29**

*Nivel por Dimensiones de los estudiantes por parte de la percepción docente tras la aplicación del Programa*

Momento de la evaluación (PRE/POST)		Percepción antes de la aplicación del programa -PRE-		Percepción después de la aplicación del programa -POST-	
		fi	%	fi	%
<b>Percepción Interpersonal</b>					
Nive l	Medio Alto	6	13.33%	10	66.67%
	Medio Bajo	2	40%	3	20%
	Bajo	7	46.67%	2	13.33%
<b>Percepción Intrapersonal</b>					
Nive l	Medio Alto	3	6.67%	7	46.67%
	Medio Bajo	1	20%	2	13.33%
	Bajo	11	73.33%	6	40%
<b>Asimilación Emocional</b>					
Nivel	Medio Alto	5	13.33%	8	53.33%
	Medio Bajo	2	33.30%	4	26.67%
	Bajo	8	53.33%	3	20%
<b>Regulación Emocional</b>					

Nivel	Medio Alto	4	26.67%	7	46.67%
	Medio Bajo	1	6.67%	3	20%
	Bajo	10	60%	5	33.33%

*Nota.* Tabla comparativa de la percepción docente sobre los cambios logrados tras aplicación del programa en los estudiantes, de acuerdo con cada dimensión de la escala de Inteligencia Emocional.

De acuerdo con los resultados obtenidos mediante la evaluación post test de acuerdo con las dimensiones de la Escala de Inteligencia Emocional, según la percepción docente se puede observar mejoras significativas considerables, en la dimensión de Percepción Interpersonal se dio un incremento del 53.34% en el nivel medio alto, en las dimensiones de Percepción Intrapersonal y de Asimilación Emocional un incremento del 40% en el nivel medio alto, y finalmente en la dimensión de Regulación Emocional se observa el menor incremento, correspondiente a un 20%, en el nivel medio alto. De esta manera se puede observar que la percepción docente sobre las capacidades y habilidades de los estudiantes con relación a la Inteligencia Emocional tras la aplicación del programa ha mejorado de manera significativa.

**Tabla 30**

Prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov		
Momento	Grado de libertad	Probabilidad
Pre	75	.000
Post	75	.000

*Nota.* Test para medir la distribución de datos.

Dado que las probabilidades para ambos momentos (pre y post test) son significativas (0.000), se concluye que no siguen una distribución normal; por lo que para la corroboración de la existencia o no de una diferencia significativa se estimará mediante una prueba paramétrica.

**Tabla 31**

Prueba de muestras emparejadas (PRE-POST)	
	Post/Pre
Estadígrafo de prueba	3,279
Probabilidad	,000

*Nota.* Test para establecer las diferencias entre ambas aplicaciones

De acuerdo con los resultados mostrados, se concluye existen evidencias significativas (0.000) para afirmar que el Programa Racional Emotivo Conductual fue eficaz para aumentar los niveles de Inteligencia Emocional.

**Tabla 32**

Comparación de rangos entre pres y post			
	Rangos	f	%
Post/Pre	Negativos	0	0
	Positivos	50	66.67
	Empates	25	33.33
	Total	75	100

*Nota.* Conteo de rangos positivos, negativos y empates.

De acuerdo a estos resultados se aprecia una diferencia considerable de puntajes, en primer lugar no se encuentra estudiantes (0%) que hayan presentado un nivel menor en el post test, es decir, todos muestran un desarrollo entre ambas aplicaciones; por otra parte el 33.33% de los evaluados muestran que sus puntajes no cambiaron entre ambas aplicaciones; finalmente el 50% de evaluados muestran que sus puntajes en el post test fueron superiores a las del pre test, en tal sentido se deduce una mejora considerable entre ambas aplicaciones.

## VIII. CONCLUSIONES

1. Se argumentó con fundamento científico y metodológico el proceso racional emotivo conductual, así mismo se sistematizó su evolución histórica partiendo de fuentes estudios científicos corroboradas, que aportaron el desarrollo de la Inteligencia Emocional de los estudiantes de la I. E. JEC “Luis Alberto Sánchez” de Combayo, Cajamarca.

2. Se ejecutó el diagnóstico del estado actual de la dinámica del proceso racional emotivo conductual, revelándose insuficiencia a nivel general en el fomento del desarrollo de la Inteligencia Emocional, así como de las dimensiones que la componen: Percepción Interpersonal, Percepción Intrapersonal, Asimilación Emocional y Regulación Emocional.

3. Se elaboró el programa racional emotivo conductual, con el fin de desarrollar la Inteligencia Emocional de los estudiantes, esto se desarrolló en sus dos etapas, implementándose tres fases, las cuales se dividieron en diez sesiones, con una estructura y objetivo independiente, pero con estrecha relación entre sí; lográndose un aumento del 33.33%, es decir, el nivel de Inteligencia Emocional pasó de un 20% en el pretest a un 53.335% en el postest, valorando como óptimo el programa racional emotivo conductual.

4. Se constató los resultados de la investigación pre-experimental, para lo cual se empleó un pre test y un post test, donde se constataron cambios relevantes tanto a nivel de pensamiento como de conducta por parte de los alumnos, así como en una elevación significativa de la Inteligencia Emocional.

## **IX. RECOMENDACIONES**

En base a los hallazgos de esta investigación, surgen las siguientes recomendaciones:

- Aplicar el programa racional emotivo conductual al resto de grados y secciones de la institución educativa pública JEC “Luis Alberto Sánchez” de Combayo, Cajamarca, con el fin de evaluar el efecto del cambio obtenido.

- Se propone continuar con los programas formativos en las instituciones educativas de Combayo, Cajamarca que presenten la misma realidad problemática, con el fin de fortalecer sus capacidades y habilidades de afrontamiento, mediante el desarrollo de la Inteligencia Emocional.

- Implementar un diseño de investigación adicional que permita determinar posibles predictores y los grupos de mayor riesgo en cuanto a la formación de una deficiente inteligencia emocional.

- Desarrollar actividades de de seguimiento a los estudiantes participantes del estudio, con el fin de corroborar de que continúen aplicando en su vida diaria las técnicas y estrategias aprendidas, con el fin de realizar una evaluación a largo tiempo.

## REFERENCIAS

- Ahumada & Rumiche (2022). *Inteligencia Emocional y resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chiclayo*. Universidad Señor de Sipán. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12802/10026>
- Alberca & Zárate (2022). Estilos parentales percibidos de Inteligencia Emocional en adolescentes bolivianos. *Perspectivas En Psicología*, 19(1), 103-124. Recuperado a partir de <http://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/583>
- Aldabe (2020). *Propiedades psicométricas de la escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law en colaboradores de una empresa de Trujillo, 2019*. Universidad César Vallejo. URI: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/44710>
- Arias & Covinos. (2021). Diseño y metodología de la investigación. *CONYTEC*. <https://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2260>
- Bacca, J., Bello, J. & Quiroga, D. (2020). *Inteligencia Emocional en adolescentes*. Fundación Universitaria: Los Libertadores. URI: <http://hdl.handle.net/11371/3433>.
- Burgos & Jiménez (2021). *La Inteligencia Emocional y las habilidades del siglo XXI: conocimiento de las maestras e integración a su planificación en un centro educativo inspirado en la filosofía Reggio Emilia*. Universidad Iberoamericana (UNIBE). URI: <https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/handle/123456789/410>
- Camacho (2003). ABC de la Terapia Cognitiva. Humanidades de la Universidad de Belgrano. 1(1), 12-2. [https://repositorio.ub.edu.ar/bitstream/handle/123456789/1343/565\\_piqueras.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ub.edu.ar/bitstream/handle/123456789/1343/565_piqueras.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Canahuirí (2018). *Creencias irracionales y habilidades sociales en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana*. Universidad Nacional Federico Villarreal. URI: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2523>
- Castillo (2004). Análisis documental. *Biblioteconomía*. <https://www.uv.es/macas/T5.pdf>
- Cheme-Villamar & Giniebra-Urra (2022). Eficacia y eficiencia de la terapia racional emotiva para afrontamiento de riesgos psicosociales por teletrabajo. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud GESTAR*. ISSN: 2737-6273., 5(9 Ed. esp.), 20-37. <https://doi.org/10.46296/gt.v5i9edespmar.0052>
- Chirinos (2020). *Estilos de crianza e Inteligencia Emocional en adolescentes de un centro juvenil de Chiclayo 2019*. Universidad Señor de Sipán. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12802/8171>

- Colop (2016). *Terapia racional emotiva-conductual y sentimiento de culpa*. UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Colop-Alejandra.pdf>
- Contini E., Lacunza, A; Mejail S., Caballero V., Lucero G. *Situaciones problemáticas en adolescentes que viven en contextos de adversidad. Tendencias y urgencias*. Universidad Nacional de Tucumán. URI: <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/162628>
- Coronado y Delgado (2021). *Inteligencia Emocional y ansiedad en estudiantes de secundaria de la institución educativa “San Joaquín” de Tumbán, en tiempos de COVID-19*. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. URI: <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/659/browse?type=author&value=Delgado+Rivera%2C+Chrisley+Annel>
- Díaz (2020). *Adivina cómo me siento: Programa de Inteligencia Emocional para adolescentes*. Universidad Nacional de Jaén. <https://hdl.handle.net/10953.1/15865>
- Domínguez J., Nieto B. y Portela I. (2022). Variables personales y escolares asociadas a la Inteligencia Emocional adolescente. *Educación XXI*, 25(1), 335-355. <https://doi.org/10.5944/educXXI.30413>
- Duarte (2019). Inteligencia Emocional asociada a salud mental en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología. *Innovare: Revista De Ciencia Y tecnología*, 7(1), 58–73. <https://doi.org/10.5377/innovare.v7i1.7596>
- Escobar (2019). “Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en Adolescentes de la Institución Educativa Particular César Vallejo de Huancavelica, 2019”. Universidad Peruana Los Andes. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12848/1042>
- Espinoza (2021). “*Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico*”. Universidad Internacional SEK. <http://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/4134>
- Estrada (2020). Inteligencia Emocional y resiliencia en adolescentes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *Revistas UAP*. Vol. 23, Núm. 3. <http://revistas.uap.edu.pe/ojs/index.php/CYD/article/view/2139>
- Fabián (2020). *Calidad de vida e Inteligencia Emocional en estudiantes del 5to grado de educación secundaria de educación básica regular de la Unidad de Gestión Educativa Local Lauricocha, región Huánuco*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/15553>

- Fernández (2021). *Inteligencia Emocional y relaciones interpersonales de los estudiantes de Enfermería en práctica pre-profesional*. Universidad Señor de Sipán. URI: <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/8773>
- Galera., Valle, Galleano & Medrano (2010). Creencias irracionales, rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios. *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 16 (2),183-191. ISSN: 1729-4827. Disponible en: <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=68617161007>
- Gallardo (2020). *Inteligencia Emocional y satisfacción con la vida en adolescentes del Programa de Escuela de Líderes de Lima Norte*. Universidad San Martín de Porres. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12727/8206>
- García (2022). *Terapia racional emotiva conductual en una usuaria sin autoaceptación incondicional*. Universidad Peruana Cayetano Heredia. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12866/11630>
- Goleman D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós. [http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia\\_emocional\\_daniel\\_goleman.pdf](http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf)
- Gómez & Ibáñez. (2011). *Bases de la Terapia Cognitivo-Conductual. Material para uso docente, Magíster en Psicología Clínica de Adultos*. Escuela de Psicología. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de Chile. <https://www.scribd.com/document/264142265/Bases-de-La-Terapia-Cognitivo-Conductual-Pp-1-18-Gomez-e-Ibanez>
- Gómez, Núñez, Osorio, Agudelo, & Caballo. (2020). Riesgo suicida y su relación con la Inteligencia Emocional y la autoestima en estudiantes universitarios. *Terapia psicológica*, 38(3), 403-426. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000300403>
- Gómez-Restrepo N., Rodríguez J., Eslava-Schmalbach R. & Fabián Y. (2021). Factores asociados al reconocimiento de trastornos y problemas mentales en adolescentes en la Encuesta Nacional de Salud Mental, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, Volume 50, Issue 1, 2021, Pag. 3-10, ISSN 0034-7450. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2019.09.002>.



- Grández (2017). *Creencias irracionales en estudiantes del primer ciclo de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. URI: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1838>
- Gutiérrez, Flores R., Flores C. & Huayta (2021). Inteligencia Emocional adolescente: una revisión sistemática. *EDUCARE ET COMUNICARE: Revista De investigación De La Facultad De Humanidades*, 9(1), 59-66. <https://doi.org/10.35383/educare.v9i1.576>
- Herrera (2019). *Inteligencia Emocional y agresividad en adolescentes de dos instituciones educativas de lima sur*. Universidad Nacional Federico Villarreal. URI: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3798>
- Herrera & Pulido (2020). Estados emocionales contrapuestos e Inteligencia Emocional en la adolescencia. *Psicología desde el Caribe*, 37 (1),70-90. ISSN: 0123-417X. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21371247005>
- Idrogo D. & Asenjo J. (2021). Relación entre Inteligencia Emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Investigación Psicológica*, (26), 69-79. DOI: <https://doi.org/10.53287/ryfs1548js42x>
- Jiménez, Esnaola & Sáez (2019). Capacidad predictiva de la Inteligencia Emocional en el bienestar subjetivo de los adolescentes. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 33 (2),127-144. ISSN:0213-8646. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27466853008>
- Kovacheva & Rodríguez (2022). El tratamiento psicológico del insomnio durante la infancia: Una revisión paraguas. Universidad Miguel Hernández de Elche. DOI: <https://doi.org/10.21134/rpcna.2023.10.1.4>
- Larrea (2019). *Inteligencia Emocional y agresividad en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa nacional de Pimentel*. Universidad Particular de Chiclayo. URI: <http://repositorio.udch.edu.pe/handle/UDCH/464>
- Lega, Sorribes & Calvo (2017). *Terapia Racional Emotiva Conductual una versión teórico-práctica actualizada*. PÁIDOS. URL: [https://www.planetadelibros.com/libros\\_contenido\\_extra/36/35532\\_TERAPIA\\_RACIONAL\\_EMOTIVA\\_AMPLIADA.pdf](https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/36/35532_TERAPIA_RACIONAL_EMOTIVA_AMPLIADA.pdf)

- Lelkes (2019). *Relación entre la Inteligencia Emocional y conductas de riesgo en adolescentes de dos escuelas públicas de Lima Metropolitana*. Universidad de Lima. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/10603>
- Macías (2002). Las múltiples inteligencias. *Psicología desde el Caribe*, (10), 27-38. DOI: <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=21301003>
- Mendoza (2020). *Terapia cognitivo conductual: actualidad, tecnología*. Universidad Peruana Cayetano Heredia. URI: <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/8907>
- MINSA (2020). *Recomendaciones para mejorar la relación entre padres e hijos dañada por la COVID-19*. Nota Institucional. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
- Morrison (2014). *La entrevista psicológica*. Editorial Manual Moderno. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/23797df796a2f2286179e481f9100565.pdf>
- Nassar (2022). *Terapia racional emotiva online en un caso de ansiedad de un centro de psicoterapia especializado*. Universidad Peruana Cayetano Heredia. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12866/11785>
- Norena, Alcaraz, Rojas y Rebolledo (2012). Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. *Aquichan* [online]. 2012, vol.12, n.3, pp.263-274. ISSN 1657-5997. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-59972012000300006&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-59972012000300006&script=sci_abstract&tlng=es)
- Observatorio de Bioética y Derecho (OBD) (2000). *Reporte Belmont (1979)*. <http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>
- Olivari C., Méndez-Bustos P. & Núñez R. (2022). Confidencialidad Y Conducta De Búsqueda De Ayuda Para Problema De Salud Mental en Adolescente. *Acta Bioética*, 28(1), 59–66. <https://doi.org/10.4067/s1726-569x2022000100059>
- Orbea (2019). *Relación entre Inteligencia Emocional y habilidades sociales en adolescentes de bachillerato de una unidad educativa del cantón Ambato*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. URI: <http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2756>
- Orozco (2021). Inteligencia Emocional, empatía y buen trato como factores protectores frente a la agresión física en adolescentes. *Rev. CES Psico*, 14(2), 1-19. DOI: <http://dx.doi.org/10.21615/cesp.5222>

- Palencia (2019). *Intervención psicológica desde la terapia racional emotiva conductual en un caso de consumo de sustancias psicoactivas*. Universidad Pontificia Bolivariana. <http://hdl.handle.net/20.500.11912/8715>
- Peña y Aguaded (2021). Inteligencia Emocional, bienestar y acoso escolar en estudiantes de educación primaria y secundaria Inteligencia Emocional, bienestar y bullying en estudiantes de educación primaria y secundaria. *Journal of Sport and Health Research Original*. <https://www.researchgate.net/publication/348873167>
- Porto & Gardey (2013). *Definición de prueba psicométrica*. Definición.De. <https://definicion.de/Psicología UNED>.
- Puertas-Molero, P., Zurita F., Chacón R., Castro M., Ramírez I. & González G. (2020). La Inteligencia Emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Anales de Psicología*, 36(1), 84-91. DOI: <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.36.1.345901>
- Pulido F. & Herrera F. (2017). La influencia de las emociones sobre el rendimiento académico. *Ciencias Psicológicas*, 11(1), 29–39. DOI: <https://doi.org/10.22235/cp.v11i2.1344>
- Ramos (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica*. Vol. 9 (3). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7746475.pdf>
- Recuenco, A. (2020). Inteligencia Emocional: El lenguaje de más valor en el mundo de hoy. *SCIÉENDO*, 23(3), 197-205. DOI: <https://doi.org/10.17268/10.17268/sciendo.2020.025>
- Ríos (2018). Terapia racional emotiva conductual: una revisión teórica del enfoque de Albert Ellis. En: Rosero Pérez, M. y Javier Ordóñez, E. (comp.). *Experiencias significativas en la psicología de hoy. Clínica, educación y ciudad*. (pp. 17-36). Cali, Colombia: Editorial Universidad Santiago de Cali. DOI: <https://doi.org/10.35985/9789585522343.1>
- Robles y Del Carmen (2015). La validación por juicio de expertos: dos investigaciones cualitativas en Lingüística aplicada. *Revista Nebrija*. 18 (pag. 1). <https://www.nebrija.com/revista-linguistica/la-validacion-por-juicio-de-expertos-dos-investigaciones-cualitativas-en-linguistica-aplicada>.
- Romero (2018). *Inteligencia Emocional y creencias irracionales en escolares de 4° y 5° de secundaria de un colegio nacional de san martín de porres*. Universidad San Martín de Porres. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/4302>

- Rubio J., Vega A., Weishaupt V., Muñoz D. & Ramos G. (2022). Experiencias latinoamericanas en la prevención de la suicidalidad en jóvenes y adolescentes: una revisión teórica: Latin American experiences in the prevention of suicidality in young people and adolescents: a theoretical review. *Psicogente*, 25(47). <https://doi.org/10.17081/psico.25.47.5070>
- Ruiz & Carranza (2018). Inteligencia Emocional, género y clima familiar en adolescentes peruanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 21(2), 188-199. doi: <http://www.dx.doi.org/10.14718/ACP.2018.21.2.9>
- Sánchez-Gómez, M., Oliver, A., Adelantado-Renau, M. y Bresó, E. Inteligencia Emocional y ansiedad en adolescentes: una propuesta práctica en el aula. *Quaderns digitals: Revista de Nuevas Tecnologías y Sociedad*, 2020, núm. 91. URI: <http://hdl.handle.net/10234/189065>
- Segura (2021). *Estilos de crianza e Inteligencia Emocional en adolescentes de una institución educativa privada del nivel secundario Lambayeque*. Universidad Señor de Sipán. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12802/8889>
- Suhurt, Ortega, Arrom, Ruoti & Samudio (2012). Problemas, situaciones de riesgo y traumáticas vivenciadas por adolescentes escolarizados. *Medicina Clínica y Social*. DOI:[https://www.researchgate.net/publication/350368407\\_Problemas\\_situaciones\\_de\\_riesgo\\_y\\_traumaticas\\_vivenciadas\\_por\\_adolescentes\\_escolarizados](https://www.researchgate.net/publication/350368407_Problemas_situaciones_de_riesgo_y_traumaticas_vivenciadas_por_adolescentes_escolarizados)
- Turner (2007). *Programa de terapia racional emotiva conductual aplicada al manejo de la ira en adolescentes*. Maestría tesis, Universidad de Panamá. Vicerrectoría de Investigación y Postgrado. <http://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/1398630>
- UNICEF (2020). *Situación de niñas, niños y adolescentes en el Perú*. Informe del SITAN. <https://www.unicef.org/peru/informes/situacion-de-ninas-ninos-y-adolescentes-en-el-peru>
- Vargas (2012). *Proyecto de Investigación*. 6ta Edición. Editorial Episteme. <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigación-F.G.-Arias-2012-pdf-1.pdf>
- Vivas & González (2007). *Educación con emociones*. Editoriales C.A. URL: [https://www.orientacionandujar.es/wpcontent/uploads/2016/05/libro\\_educar\\_emociones.pdf](https://www.orientacionandujar.es/wpcontent/uploads/2016/05/libro_educar_emociones.pdf)

Yábar (2021). *Correlación entre Inteligencia Emocional y motivación en estudiantes de docencia universitaria*. Universidad Andina Cusco. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12557/4310>

## ANEXOS



### Anexo 1

#### Operacionalización de Variables (Enfoque Mixto) – Variable Independiente

Variable Independiente	Dimensiones	Indicadores
<b>Programa Racional Emotivo Conductual</b>	<b>Introducción/Fundamentación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contexto y ubicación de la problemática a resolver.</li> <li>- Ideas y puntos de partida que fundamentan la estrategia.</li> <li>- Teoría en que se fundamenta el aporte propuesto.</li> </ul>
	<b>Diagnóstico</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnosticar de la dinámica del proceso racional emotivo conductual</li> <li>- Diagnosticar Dimensión 1: Valoración y expresión de emociones propias.</li> <li>- Diagnosticar Dimensión 1: Valoración y reconocimiento de las emociones de los demás.</li> <li>- Diagnosticar Dimensión 1: Regulación de la emoción propia.</li> <li>- Diagnosticar Dimensión 1: Uso adecuado de las emociones.</li> </ul>
	<b>Planteamiento del objetivo general</b>	Aplicar un Programa racional, emotivo y conductual para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes de la I.E. Luis Alberto Sánchez” de Combayo.
	<b>Planeación estratégica (Sistema de Procedimiento)</b>	Etapa I, se descubre los pensamientos, emociones y conductas irracionales. Etapa II, se reconoce que los pensamientos irracionales generan el malestar emocional. Etapa III, se busca el cambio de las ideas, emociones y conductas irracionales, por racionales.
	<b>Instrumentación</b>	Etapa I, semana 1 marzo 2023, responsable Psicólogo Javier Amiel Gálvez Muñoz Etapa II, semana 2 marzo 2023, responsable Psicólogo Javier Amiel Gálvez Muñoz Etapa III, semana 3 marzo 2023, responsable Psicólogo Javier Amiel Gálvez Muñoz
	<b>Evaluación</b>	Descripción de lo evaluado. Patrones de logro.

**Anexo 2**

*Operacionalización de Variables (Enfoque Mixto) – Variable Dependiente*

<b>Variable Dependiente</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Técnicas e Instrumentos de la Investigación</b>	<b>Fuentes de Verificación</b>
<b>Inteligencia Emocional</b>	Percepción Intrapersonal	Valoración y expresión de emociones propias.	<b>Técnicas:</b> - Cuestionario - Análisis documental	Estudiantes de la Institución Educativa “Luis Alberto Sánchez” de Combayo.
	Percepción Interpersonal	Valoración y reconocimiento de las emociones de los demás.		Docentes de la Institución Educativa “Luis Alberto Sánchez” de Combayo.
	Asimilación Emocional	Regulación de la emoción propia.	<b>Instrumento:</b> WLEIS Escala de Inteligencia Emocional	
	Regulación Emocional	Uso adecuado de las emociones.		

### Anexo 3

#### Matriz de consistencia (Enfoque Mixto)

Formulación del Problema	Objetivos	Técnicas e Instrumentos
<p>Insuficiencias en el proceso racional emotivo conductual, incide en la inteligencia emocional</p>	<p><b>Objetivos General:</b> Aplicar un Programa racional, emotivo y conductual para el desarrollo de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. Luis Alberto Sánchez” de Combayo.</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar la dinámica del proceso racional, emotivo y conductual y su evolución histórica.</li> <li>- Diagnosticar el estado actual de la dinámica de la inteligencia emocional en los estudiantes de la I.E. “Luis Alberto Sánchez”.</li> <li>- Elaborar un programa con enfoque racional emotivo conductual para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes de la I.E. “Luis Alberto Sánchez”.</li> <li>- Constatar los resultados obtenidos producto de la investigación a través de la realización de un pre experimento.</li> </ul>	<p><b>Técnicas:</b> Entrevista psicológica Análisis Documental</p>
	<p><b>Hipótesis</b></p>	<p><b>Instrumentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- WLEIS (Wong and Law Emotonal Intelligence Escale) para establecer el nivel de Inteligencia Emocional</li> <li>- Ficha Bibliográfica</li> </ul>



	Si se aplica un programa de racional, emotivo y conductual, que tenga en cuenta la relación entre la intencionalidad formativa y su sistematización, entonces se contribuye al desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez".			
<b>Diseño de Investigación</b>	<b>Población y muestra</b>		<b>Variables y Dimensiones</b>	
Tipo aplicada, con enfoque mixto, Transversal y diseño experimental (pretest y postest)	<b>Población</b>	<b>Muestra</b>	<b>Variables Independiente</b>	<b>Dimensiones</b>
	75 estudiantes del nivel secundario de una institución educativa del nivel secundario	15 estudiantes con problemática socioemocional de 4to y 5to del nivel secundario de una institución educativa	Inteligencia Emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Percepción Intrapersonal</li> <li>- Percepción Interpersonal</li> <li>- Asimilación Emocional</li> <li>- Regulación Emocional</li> </ul>
	15 docentes de la institución educativa	8 docentes encargados de los estudiantes de la institución educativa	<b>Variables Dependiente</b>	<b>Etapas</b>
			Proceso Racional Emotivo Conductual	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Etapa 1: Psicodiagnóstico</li> <li>- Etapa 2: Insight intelectual</li> <li>- Etapa 3: Insight emocional</li> </ul>

## Anexo 4

### *Escala de Inteligencia Emocional (WLEIS)*

Con el objetivo de Diagnosticar la dinámica del Proceso Racional Emotivo Conductual a fin de recabar información sobre la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. “Luis Alberto Sánchez” de Combayo.

### **Escala de Inteligencia Emocional (WLEIS)**

#### **Instrucciones:**

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e 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.

Leyenda: 1: Completamente en desacuerdo

2: Bastante En desacuerdo

3: En desacuerdo

4: Ni de acuerdo ni en desacuerdo

5: De acuerdo

6: Bastante de acuerdo

7: Completamente de acuerdo

N°	Afirmación	Respuesta						
		1	2	3	4	5	6	7
01	La mayoría de las veces sé distinguir por qué tengo ciertos sentimientos. (P Intra)							
02	Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos. (P Inter)							
03	Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas. (AE)							
04	Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional. (RE)							
05	Tengo una buena comprensión de mis propias emociones. (P Intra)							
06	Soy un buen observador de las emociones de los demás. (P Inter)							

<b>07</b>	Siempre me digo a mi mismo que soy una persona competente. (AE)							
<b>08</b>	Soy capaz de controlar mis propias emociones. (RE)							
<b>09</b>	Realmente comprendo lo que yo siento. (P Intra)							
<b>10</b>	Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás. (P Inter)							
<b>11</b>	Soy una persona auto-motivadora. (AE)							
<b>12</b>	Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado. (RE)							
<b>13</b>	Siempre sé si estoy o no estoy feliz. (P Intra)							
<b>14</b>	Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean. (P Inter)							
<b>15</b>	Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda. (AE)							
<b>16</b>	Tengo un buen control de mis propias emociones. (RE)							

**Calificación:**

Percepción Intrapersonal = (P Intra)/4

Percepción Interpersonal = (P Inter)/4

Asimilación Emocional = (AE)/4

Regulación Emocional = (RE)/4

**Inteligencia Emocional total = (P Intra+P inter+AE+RE)/4**

**Interpretación:**

Mujeres		Hombres	
MUY BAJO	< 5	MUY BAJO	< 5
BAJO	5-25	BAJO	5-25
MEDIO BAJO	25-50	MEDIO BAJO	25-50
MEDIO ALTO	50-75	MEDIO ALTO	50-75
ALTO	75-95	ALTO	75-95
MUY ALTO	> 95	MUY ALTO	> 95

## Anexo 5

### Cuestionario de Percepción Docente

Con el objetivo Diagnosticar la dinámica del Proceso Racional Emotivo Conductual a fin de recabar información sobre la inteligencia emocional en docentes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez" de Combayo.

### Cuestionario

#### Instrucciones:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e 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.

Leyenda:

- 1: Completamente en desacuerdo
- 2: Bastante En desacuerdo
- 3: En desacuerdo
- 4: Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- 5: De acuerdo
- 6: Bastante de acuerdo
- 7: Completamente de acuerdo

N°	Afirmación	Respuesta						
		1	2	3	4	5	6	7
01	Como docente mayormente soy capaz de reconocer mis emociones. (P Intra)							
02	Como docente puedo reconocer las emociones de mis estudiantes por medio de su comportamiento. (P Inter)							
03	Como docente siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas. (AE)							
04	Como docente soy capaz de controlar mi temperamento frente a mis estudiantes. (RE)							
05	Como docente tengo la capacidad de comprender mis propias emociones. (P Intra)							
06	Como docente se me hace fácil observar las emociones de mis estudiantes. (P Inter)							
07	Como docente me digo a mí mismo que soy competente en mis labores. (AE)							
08	Como docente soy capaz de controlar mis propias emociones. (RE)							
09	Como docente puedo comprender realmente lo que siento. (P Intra)							
10	Como docente soy sensible a los sentimientos y emociones de mis estudiantes. (P Inter)							

11	Como docente me puedo auto-motivar para el desarrollo de mis funciones. (AE)							
12	Como docente soy capaz de calmarme fácilmente cuando me siento enfadado. (RE)							
13	Como docente siempre sé si estoy o no estoy feliz. (P Intra)							
14	Como docente tengo una buena comprensión de las emociones de mis estudiantes. (P Inter)							
15	Como docente siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda. (AE)							
16	Como docente tengo un buen control de mis propias emociones. (RE)							

**Calificación:**

Percepción Intrapersonal = (P Intra)/4

Percepción Interpersonal = (P Inter)/4

Asimilación Emocional = (AE)/4

Regulación Emocional = (RE)/4

**Inteligencia Emocional total = (P Intra+P inter+AE+RE)/4**

**Interpretación:**

Mujeres		Hombres	
MUY BAJO	< 5	MUY BAJO	< 5
BAJO	5-25	BAJO	5-25
MEDIO BAJO	25-50	MEDIO BAJO	25-50
MEDIO ALTO	50-75	MEDIO ALTO	50-75
ALTO	75-95	ALTO	75-95
MUY ALTO	> 95	MUY ALTO	> 95

## Anexo 6

### *Consentimiento Informado*

#### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**Institución:** I.E. JEC “Luis Alberto Sánchez”

**Investigador:** Psicólogo Javier Aniel Gálvez Muñoz

**Título:** “Programa racional emotivo conductual para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. JEC “Luis Alberto Sánchez” de Comabayo, Cajamarca”.

Yo, Miguel Sangay Sangay, identificado con DNI N°090931345, DECLARO: Haber sido informado de forma clara, precisa y suficiente sobre los fines y objetivos que busca la presente investigación **Programa cognitivo conductual para el bienestar emocional en docentes de la I.E. JEC “Luis Alberto Sánchez” de Combayo, Cajamarca**, así como en qué consiste mi participación. Estos datos que yo otorgue serán tratados y custodiados con respeto a la intimidad, manteniendo el anonimato de la información y la protección de datos desde los principios éticos de la investigación científica. Sobre estos datos se asisten los derechos de acceso, rectificación o cancelación que podré ejercitar mediante solicitud ante el investigador responsable. Al término de la investigación, seré informado de los resultados que se obtengan.

Por lo expuesto otorgo **MI CONSENTIMIENTO** para que se realice la Entrevista/Encuesta que permita contribuir con los objetivos de la investigación:

**Objetivo general de la investigación:** Aplicar un programa racional emotivo conductual para el desarrollo de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. JEC “Luis Alberto Sánchez”.

**Objetivos específicos:**

- Caracterizar la dinámica del proceso racional, emotivo y conductual y su evolución histórica.
- Determinar el estado psicológico de los estudiantes de la I.E. “Luis Alberto Sánchez”.
- Determinar la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. “Luis Alberto Sánchez”.
- Elaborar las estrategias de intervención psicológica más apropiadas, dadas las características socioemocionales de las estudiantes.

Combayo, Cajamarca diciembre del 2022.



Stamp: INSTITUCIÓN EDUCATIVA JEC "LUIS ALBERTO SANCHEZ" COMBAYO, CAJAMARCA  
Miguel Sangay Sangay  
DIRECTOR I.E. "LUIS ALBERTO SANCHEZ"

## Anexo 7

### Validación de Instrumento N° 1 por Criterio de Jueces

#### VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUCIO DE EXPERTOS

Instrumento: Escala de Inteligencia Emocional (WLEIS) dirigido a estudiantes del nivel secundario de una institución pública de Combayo, Cajamarca.

<b>NOMBRE DEL JUEZ</b>	César Honorio Rabanal
<b>PROFESIÓN</b>	Psicólogo
<b>ESPECIALIDAD</b>	Psicología Clínica
<b>GRADO ACADÉMICO</b>	Maestro
<b>EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)</b>	11 años
<b>CARGO</b>	Psicólogo UGEL Cajamarca
Título de la Investigación: Programa racional emotivo conductual para el desarrollo de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez" de Combayo, Cajamarca.	
<b>DATOS DEL TESISISTA</b>	
<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	Javier Amiel Gálvez Muñoz
<b>PROGRAMA DE POSTGRADO</b>	Maestría en Psicología Clínica
<b>INSTRUMENTO EVALUADO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Entrevista ( )</li><li>- Cuestionario ( X )</li><li>- Lista de Cotejo ( )</li><li>- Diario de campo ( )</li></ul>
<b>OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO</b>	<b>GENERAL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Determinar la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez".</li></ul>
	<b>ESPECÍFICOS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Evaluar la valoración y expresión de emociones propias.</li><li>- Analizar la valoración y reconocimiento de las emociones de los demás.</li><li>- Estimar la regulación de las emociones propias.</li><li>- Calificar el uso adecuado de las emociones.</li><li>- Identificar el nivel general de inteligencia emocional.</li></ul>
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (x) en "A" si está de ACUERDO o en "D" si está en DESACUERDO, SI ESTÁ EN DESACUERDO POR FAVOR ESPECIFIQUE SUS SUGERENCIAS.	



Nº	Detalles del ítem del instrumento	Validación
<b>Dimensión 01</b>		<b>Percepción Intrapersonal</b>
01	La mayoría de las veces sé distinguir por qué tengo ciertos sentimientos. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Tengo una buena comprensión de mis propias emociones. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Siempre sé si estoy o no estoy feliz. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Realmente comprendo lo que yo siento. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 02</b>		<b>Percepción Interpersonal</b>
01	Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Soy un buen observador de las emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 03</b>		<b>Asimilación Emocional</b>
01	Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:

02	Siempre me digo a mí mismo que soy una persona competente. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Soy una persona auto-motivadora. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia: Emplear un término más adecuado a la población
04	Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 04</b>		<b>Regulación Emocional</b>
01	Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Soy capaz de controlar mis propias emociones. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Tengo un buen control de mis propias emociones. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Promedio Obtenido</b>		A = 16      D = 0
<b>Comentarios Generales</b> El cuestionario es claro y de fácil entendimiento.		
<b>Observaciones</b>		

Juez Experto: César Honorio Rabanal

Código Profesional: 17507


---


**César Honorio Rabanal**  
 PSICÓLOGO  
 C.P.E. N° 17507  
**Mg. César Honorio Rabanal**

## VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

Instrumento: Escala de Inteligencia Emocional (WLEIS) dirigido a estudiantes del nivel secundario de una institución pública de Combayo, Cajamarca.

<b>NOMBRE DEL JUEZ</b>	Gisela Narro Cotrina
<b>PROFESIÓN</b>	Psicóloga
<b>ESPECIALIDAD</b>	Psicología Clínica
<b>GRADO ACADÉMICO</b>	Maestra
<b>EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)</b>	8 años
<b>CARGO</b>	Psicóloga DEVIDA Chiriaco
Título de la Investigación: Programa racional emotivo conductual para el desarrollo de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez" de Combayo, Cajamarca.	
<b>DATOS DEL TESISTA</b>	
<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	Javier Amiel Gálvez Muñoz
<b>PROGRAMA DE POSTGRADO</b>	Maestría en Psicología Clínica
<b>INSTRUMENTO EVALUADO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Entrevista ( )</li><li>- Cuestionario ( X )</li><li>- Lista de Cotejo ( )</li><li>- Diario de campo ( )</li></ul>
<b>OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO</b>	<b>GENERAL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Determinar la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez".</li></ul>
	<b>ESPECÍFICOS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Evaluar la valoración y expresión de emociones propias.</li><li>- Analizar la valoración y reconocimiento de las emociones de los demás.</li><li>- Estimar la regulación de las emociones propias.</li><li>- Calificar el uso adecuado de las emociones.</li><li>- Identificar el nivel general de inteligencia emocional.</li></ul>
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (x) en "A" si está de ACUERDO o en "D" si está en DESACUERDO, SI ESTÁ EN DESACUERDO POR FAVOR ESPECIFIQUE SUS SUGERENCIAS.	

Nº	Detalles del ítem del instrumento	Validación
<b>Dimensión 01</b>		<b>Percepción Intrapersonal</b>
01	La mayoría de las veces sé distinguir por qué tengo ciertos sentimientos. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Tengo una buena comprensión de mis propias emociones. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Siempre sé si estoy o no estoy feliz. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Realmente comprendo lo que yo siento. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 02</b>		<b>Percepción Interpersonal</b>
01	Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Soy un buen observador de las emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 03</b>		<b>Asimilación Emocional</b>
01	Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:

02	Siempre me digo a mí mismo que soy una persona competente. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Soy una persona auto-motivadora. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 04</b>		<b>Regulación Emocional</b>
01	Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Soy capaz de controlar mis propias emociones. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Tengo un buen control de mis propias emociones. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Promedio Obtenido</b>		A = 16      D = 0
<b>Comentarios Generales</b> El instrumento es el adecuado para la medición de la variable.		
<b>Observaciones</b>		

Juez Experto: Gisela Narro Cotrina

Código Profesional: 27599


  
*Gisela Narro Cotrina*
  
 Gisela Narro Cotrina
   
 PSICOTERAPEUTA
   
 C.Ps.P. 27599

### VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

Instrumento: Escala de Inteligencia Emocional (WLEIS) dirigido a estudiantes del nivel secundario de una institución pública de Combayo, Cajamarca.

<b>NOMBRE DEL JUEZ</b>	Katherine Margot Guzmán Marcelo
<b>PROFESIÓN</b>	Licenciada en Psicología
<b>ESPECIALIDAD</b>	Psicóloga Clínica
<b>GRADO ACADÉMICO</b>	Magister
<b>EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)</b>	5 años
<b>CARGO</b>	Psicóloga de la unidad de asistencia a víctimas y testigos del Ministerio Público- Distrito fiscal de Cajamarca.
<b>Título de la Investigación:</b> Programa racional emotivo conductual para el desarrollo de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez" de Combayo, Cajamarca.	
<b>DATOS DEL TESISISTA</b>	
<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	Javier Amiel Gálvez Muñoz
<b>PROGRAMA DE POSTGRADO</b>	Maestría en Psicología Clínica
<b>INSTRUMENTO EVALUADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entrevista ( )</li> <li>- Cuestionario ( X )</li> <li>- Lista de Cotejo ( )</li> <li>- Diario de campo ( )</li> </ul>
<b>OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO</b>	<b>GENERAL</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez".</li> </ul>
	<b>ESPECIFICOS</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluar la valoración y expresión de emociones propias.</li> <li>- Analizar la valoración y reconocimiento de las emociones de los demás.</li> <li>- Estimar la regulación de las emociones propias.</li> <li>- Calificar el uso adecuado de las emociones.</li> <li>- Identificar el nivel general de inteligencia emocional.</li> </ul>
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (x) en "A" si está de ACUERDO o en "D" si está en DESACUERDO, SI ESTÁ EN DESACUERDO POR FAVOR ESPECIFIQUE SUS SUGERENCIAS.	

N°	Detalles del ítem del instrumento	Validación
<b>Dimensión 01</b>		<b>Percepción Intrapersonal</b>
01	La mayoría de las veces sé distinguir por qué tengo ciertos sentimientos. (P Intra)	A( ) D( x ) Sugerencia: Reformular o replantear mejor la pregunta, considerando que esta va dirigida a estudiantes, y sobre todo considerando el nivel intelectual de la zona.
02	Tengo una buena comprensión de mis propias emociones. (P Intra)	A( ) D( x ) Sugerencia: : Reformular o replantear mejor la pregunta, considerando que esta va dirigida a estudiantes, y sobre todo considerando el nivel intelectual de la zona.
03	Siempre sé si estoy o no estoy feliz. (P Intra)	A( x ) D( ) Sugerencia:
04	Realmente comprendo lo que yo siento. (P Intra)	A( x ) D( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 02</b>		<b>Percepción Interpersonal</b>
01	Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos. (P Inter)	A( x ) D( ) Sugerencia:
02	Soy un buen observador de las emociones de los demás. (P Inter)	A( x ) D( ) Sugerencia:
03	Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás. (P Inter)	A( x ) D( ) Sugerencia:
04	Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean. (P Inter)	A( ) D( x ) Sugerencia: Reformular mejor la pregunta para que este mas comprensible.

Dimensión 03		Asimilación Emocional
01	Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas. (AE)	A ( x ) D ( ) Sugerencia:
02	Siempre me digo a mí mismo que soy una persona competente. (AE)	A ( x ) D ( ) Sugerencia:
03	Soy una persona auto-motivadora. (AE)	A ( x ) D ( ) Sugerencia:
04	Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda. (AE)	A ( x ) D ( ) Sugerencia:
Dimensión 04		Regulación Emocional
01	Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional. (RE)	A ( x ) D ( ) Sugerencia:
02	Soy capaz de controlar mis propias emociones. (RE)	A ( x ) D ( ) Sugerencia:
03	Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado. (RE)	A ( x ) D ( ) Sugerencia:
04	Tengo un buen control de mis propias emociones. (RE)	A ( x ) D ( ) Sugerencia:
<b>Promedio Obtenido</b>		A = 13          D = 3
<b>Comentarios Generales</b>		
<p>-Tratar de utilizar términos poco comprensibles como por ejemplo (competente – auto-motivadora).</p> <p>-Tratar de formular las preguntas tomando en cuanto el nivel sociocultural de la población en estudio.</p>		



**Observaciones**

-No se está realizando las preguntas del cuestionario tomando en cuenta la inclusión del género.  
Ejemplo (a mismo – a mi misma, observador(a)).



**KATHERINE MARGOT GUZMÁN MARCELO**  
Psicóloga  
Unidad de Asistencia Inmediata a  
Victimas y Testigos de Crimen  
Ministerio Público – Cajamarca

**Firma**

**Juez Experto: Katherine Margot Guzmán Marcelo**

**Código Profesional: N° 29169**

## Anexo 8

### Validación de Instrumento N° 2 (Cuestionario) por Criterio de Jueces

#### VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS

**Instrumento:** Escala de Inteligencia Emocional (WLEIS) -adaptado- dirigido a personal docente del nivel secundario de una institución pública de Combayo, Cajamarca.

<b>NOMBRE DEL JUEZ</b>	César Honorio Rabanal	
<b>PROFESIÓN</b>	Psicólogo	
<b>ESPECIALIDAD</b>	Psicología Clínica	
<b>GRADO ACADÉMICO</b>	Maestro	
<b>EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)</b>	11 años	
<b>CARGO</b>	Psicólogo UGEL Cajamarca	
<b>Título de la Investigación:</b> Programa racional emotivo conductual para el desarrollo de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez" de Combayo, Cajamarca.		
<b>DATOS DEL TESISISTA</b>		
<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	Javier Amiel Gálvez Muñoz	
<b>PROGRAMA DE POSTGRADO</b>	Maestría en Psicología Clínica	
<b>INSTRUMENTO EVALUADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entrevista (    )</li> <li>- Cuestionario ( X )</li> <li>- Lista de Cotejo (    )</li> <li>- Diario de campo (    )</li> </ul>	
<b>OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO</b>	<b>GENERAL</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez".</li> </ul>	
	<b>ESPECÍFICOS</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluar la valoración y expresión de emociones propias.</li> <li>- Analizar la valoración y reconocimiento de las emociones de los demás.</li> <li>- Estimar la regulación de las emociones propias.</li> <li>- Calificar el uso adecuado de las emociones.</li> <li>- Identificar el nivel general de inteligencia emocional.</li> </ul>	
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (x) en "A" si está de ACUERDO o en "D" si está en DESACUERDO, SI ESTÁ EN DESACUERDO POR FAVOR ESPECIFIQUE SUS SUGERENCIAS.		
<b>N°</b>	<b>Detalles del ítem del instrumento</b>	<b>Validación</b>
	<b>Dimensión 01</b>	<b>Percepción Intrapersonal</b>

01	Los estudiantes la mayoría de las veces saben distinguir por qué tienen ciertos sentimientos. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes tienen una buena comprensión de sus propias emociones. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes siempre saben si están felices o no. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes realmente comprenden lo que sienten. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 02</b>		<b>Percepción Interpersonal</b>
01	Los estudiantes conocen siempre las emociones de los demás a través de sus comportamientos. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes son buenos observadores de las emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes son sensibles a los sentimientos y emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes tienen una buena comprensión de las emociones de las personas que los rodean. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 03</b>		<b>Asimilación Emocional</b>
01	Los estudiantes siempre se fijan metas y luego intentan hacer lo mejor para alcanzarlas. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes siempre se dicen a sí mismos que son competentes. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:

03	Los estudiantes pueden auto-motivarse. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes siempre se animan a sí mismos para hacerlo lo mejor que puedan. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 04</b>		<b>Regulación Emocional</b>
01	Los estudiantes pueden auto-motivarse. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes siempre se animan a sí mismos para hacerlo lo mejor que puedan. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes pueden auto-motivarse. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes siempre se animan a sí mismos para hacerlo lo mejor que puedan. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Promedio Obtenido</b>		<b>A = 16      D = 0</b>
<b>Comentarios Generales</b>		
El instrumento es el adecuado para la medición de la variable.		
<b>Observaciones</b>		

Juez Experto: César Honorio Rabanal

Código Profesional: 17507

  
 .....  
 César Honorio Rabanal  
 PSICÓLOGO  
 C. P. E. N.º 17507  
 Mg. César Honorio Rabanal

**VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTOS**

Instrumento: Escala de Inteligencia Emocional (WLEIS) -adaptado- dirigido a personal docente del nivel secundario de una institución pública de Combayo, Cajamarca.

<b>NOMBRE DEL JUEZ</b>	Gisela Narro Cotrina	
<b>PROFESIÓN</b>	Psicóloga	
<b>ESPECIALIDAD</b>	Psicología Clínica	
<b>GRADO ACADÉMICO</b>	Maestra	
<b>EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)</b>	8 años	
<b>CARGO</b>	Psicóloga DEVIDA Chiriaco	
<b>Título de la Investigación:</b> Programa racional emotivo conductual para el desarrollo de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez" de Combayo, Cajamarca.		
<b>DATOS DEL TESISISTA</b>		
<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	Javier Amiel Gálvez Muñoz	
<b>PROGRAMA DE POSTGRADO</b>	Maestría en Psicología Clínica	
<b>INSTRUMENTO EVALUADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entrevista ( )</li> <li>- Cuestionario ( X )</li> <li>- Lista de Cotejo ( )</li> <li>- Diario de campo ( )</li> </ul>	
<b>OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO</b>	<b>GENERAL</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez".</li> </ul>	
	<b>ESPECÍFICOS</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- valorar la valoración y expresión de emociones propias.</li> <li>- Analizar la valoración y reconocimiento de las emociones de los demás.</li> <li>- Estimar la regulación de las emociones propias.</li> <li>- Calificar el uso adecuado de las emociones.</li> <li>- Identificar el nivel general de inteligencia emocional.</li> </ul>	
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (x) en "A" si está de ACUERDO o en "D" si está en DESACUERDO, SI ESTÁ EN DESACUERDO POR FAVOR ESPECIFIQUE SUS SUGERENCIAS.		
<b>Nº</b>	<b>Detalles del ítem del instrumento</b>	<b>Validación</b>
	<b>Dimensión 01</b>	<b>Percepción Intrapersonal</b>

01	Los estudiantes la mayoría de las veces saben distinguir por qué tienen ciertos sentimientos. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes tienen una buena comprensión de sus propias emociones. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes siempre saben si están felices o no. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes realmente comprenden lo que sienten. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 02</b>		<b>Percepción Interpersonal</b>
01	Los estudiantes conocen siempre las emociones de los demás a través de sus comportamientos. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes son buenos observadores de las emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes son sensibles a los sentimientos y emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes tienen una buena comprensión de las emociones de las personas que los rodean. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 03</b>		<b>Asimilación Emocional</b>
01	Los estudiantes siempre se fijan metas y luego intentan hacerlo lo mejor para alcanzarlas. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes siempre se dicen a sí mismos que son competentes. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:

03	Los estudiantes pueden auto-motivarse. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes siempre se animan a sí mismos para hacerlo lo mejor que puedan. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 04</b>		<b>Regulación Emocional</b>
01	Los estudiantes son capaces de controlar su temperamento y manejan las dificultades de manera racional. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes son capaces de controlar sus propias emociones. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes se pueden calmar fácilmente cuando se sienten enfadados. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes tienen un buen control de sus propias emociones. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Promedio Obtenido</b>		A = 16      D = 0
<b>Comentarios Generales</b> El instrumento es el adecuado para la medición de la variable.		
<b>Observaciones</b>		

**Juez Experto:** Gisela Narro Cotrina

**Código Profesional:** 27599



### VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR JUCIO DE EXPERTOS

Instrumento: Escala de Inteligencia Emocional (WLEIS) -adaptado- dirigido a personal docente del nivel secundario de una institución pública de Combayo, Cajamarca.

<b>NOMBRE DEL JUEZ</b>	Katherine Margot Guzmán Marcelo	
<b>PROFESIÓN</b>	Licenciada en Psicología	
<b>ESPECIALIDAD</b>	Psicóloga Clínica	
<b>GRADO ACADÉMICO</b>	Magister	
<b>EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)</b>	5 años	
<b>CARGO</b>	Psicóloga de la unidad de asistencia a víctimas y testigos del Ministerio Público- Distrito fiscal de Cajamarca.	
<b>Título de la Investigación:</b> Programa racional emotivo conductual para el desarrollo de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez" de Combayo, Cajamarca.		
<b>DATOS DEL TESISISTA</b>		
<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	Javier Amiel Gálvez Muñoz	
<b>PROGRAMA DE POSTGRADO</b>	Maestría en Psicología Clínica	
<b>INSTRUMENTO EVALUADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entrevista (    )</li> <li>- Cuestionario ( X )</li> <li>- Lista de Cotejo (    )</li> <li>- Diario de campo (    )</li> </ul>	
<b>OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO</b>	<b>GENERAL</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. "Luis Alberto Sánchez".</li> </ul>	
	<b>ESPECÍFICOS</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluar la valoración y expresión de emociones propias.</li> <li>- Analizar la valoración y reconocimiento de las emociones de los demás.</li> <li>- Estimar la regulación de las emociones propias.</li> <li>- Calificar el uso adecuado de las emociones.</li> <li>- Identificar el nivel general de inteligencia emocional.</li> </ul>	
<p>A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (x) en "A" si está de ACUERDO o en "D" si está en DESACUERDO, SI ESTÁ EN DESACUERDO POR FAVOR ESPECIFIQUE SUS SUGERENCIAS.</p>		
<b>Nº</b>	<b>Detalles del ítem del instrumento</b>	<b>Validación</b>



Dimensión 01		Percepción Intrapersonal
01	Los estudiantes la mayoría de las veces saben distinguir por qué tienen ciertos sentimientos. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes tienen una buena comprensión de sus propias emociones. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes siempre saben si están felices o no. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes realmente comprenden lo que sienten. (P Intra)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
Dimensión 02		Percepción Interpersonal
01	Los estudiantes conocen siempre las emociones de los demás a través de sus comportamientos. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes son buenos observadores de las emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes son sensibles a los sentimientos y emociones de los demás. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes tienen una buena comprensión de las emociones de las personas que los rodean. (P Inter)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
Dimensión 03		Asimilación Emocional
01	Los estudiantes siempre se fijan metas y luego intentan hacer lo mejor para alcanzarlas. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:

02	Los estudiantes siempre se fijan metas y luego intentan hacerlo lo mejor para alcanzarlas. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes pueden auto-motivarse. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes siempre se animan a sí mismos para hacerlo lo mejor que puedan. (AE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Dimensión 04</b>		<b>Regulación Emocional</b>
01	Los estudiantes son capaces de controlar su temperamento y manejan las dificultades de manera racional. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
02	Los estudiantes son capaces de controlar sus propias emociones. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
03	Los estudiantes se pueden calmar fácilmente cuando se sienten enfadados. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
04	Los estudiantes tienen un buen control de sus propias emociones. (RE)	A ( X ) D ( ) Sugerencia:
<b>Promedio Obtenido</b>		<b>A = 16      D = 0</b>
<b>Comentarios Generales</b> El instrumento es el adecuado para la medición de la variable.		
<b>Observaciones</b>		

**Juez Experto: Katherine Margot Guzmán Marcelo**  
**Código Profesional: 29169**



**KATHERINE MARGOT GUZMÁN MARCELO**  
Psicóloga  
Unidad de Asesoría Especializada en  
Niños/as y Jóvenes de Capitalinas  
Ministerio Público - Guaymas

## Anexo 9

### Evidencias de la investigación







**ACTA DE APROBACIÓN DE TESIS**

El (la) **DOCENTE** Dr. Juan Carlos Callejas Torres registrado en SUNEDU del curso de **Seminario de Tesis II**, asimismo la **Asesora ESPECIALISTA** (Mg. Karina Paola Carmona Brenis, antecedida por el grado académico registrado en SUNEDU).

**APRUEBAN:**

LA TESIS “PROGRAMA RACIONAL, EMOTIVO Y CONDUCTUAL PARA EL DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA I.E. LUIS ALBERTO SÁNCHEZ DE COMBAYO”.

Presentado por: (Javier Amiel Gálvez Muñoz) de la MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA VIDA Y CUIDADO DE LA SALUD HUMANACON MENCIÓN EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

Pimentel, 06 de octubre del 2023.



*Dr. Juan Carlos Callejas Torres*  
Orcid 0000-0001-8919-1322  
Renacyt P0098518  
Scopus Author ID 57222188256

---

**Dr. Juan Carlos Callejas Torres**

**Docente de Curso**




*Karina P. Carmona Brenis*  
PSICÓLOGA  
C.PSP. 12076

---

**Mg. Karina Paola Carmona  
Brenis**

**Asesora Especialista**

	<b>ACTA DE SEGUNDO CONTROL DE REVISIÓN DE SIMILITUD DE LA INVESTIGACIÓN</b>	Código:	F3.PP2-PR.02
		Versión:	02
		Fecha:	18/04/2024
		Hoja:	1 de 1

Yo, **Nila García Clavo, Jefe de Unidad de Investigación de Posgrado**, he realizado el segundo control de originalidad de la investigación, el mismo que está dentro de los porcentajes establecidos para el nivel de Posgrado según la Directiva de similitud vigente en USS; además certifico que la versión que hace entrega es la versión final del informe titulado: **PROGRAMA RACIONAL, EMOTIVO Y CONDUCTUAL PARA EL DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA I.E. "LUIS ALBERTO SÁNCHEZ" DE COMBAYO** elaborado por el (los) estudiante(s) **GALVEZ MUÑOZ JAVIER AMIEL**.

Se deja constancia que la investigación antes indicada tiene un índice de similitud del **13%**, verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el software de similitud TURNITIN.

Por lo que se concluye que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva sobre índice de similitud de los productos académicos y de investigación vigente.

Pimentel, 12 de setiembre de 2024.

**Dra. Nila García Clavo**  
**Jefe de Unidad de Investigación**  
**Posgrado**  
**DNI N° 43815291**