

ANEXOS

CERTIFICADO

A quien corresponda:

El trabajo de investigación: ***INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA "JUAN MISAEL SARACHO" DE LA CIUDAD DE TARIJA, PROVINCIA CERCADO, EN LA GESTION 2021,***

elaborado por:

VIANCA NOELIA RODRÍGUEZ SÁNCHEZ

Ha sido corregido en sus aspectos gramaticales, ortográficos, sintácticos y de estilo académico de acuerdo con los principios y reglas de la Real Academia Española.

Es cuanto se certifica para los fines consiguientes.



Lic. Marcel A. Avila Reese
MAT. PROF. N° CPSC-TJA-018
COLEGIO DE PROFESIONALES EN CIENCIAS
DE LA COMUNICACIÓN SOCIAL DE TARIJA

Octubre de 2021

Anexo 1: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para jóvenes y adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker

El presente cuestionario es confidencial y se realiza de manera anónima, su participación es de mucha importancia ya que los datos que nos proporcione contribuirán al cumplimiento de los objetivos de la presente investigación. Se le agradece por su colaboración.

Edad: **Sexo:** **Carrera:**

Instrucciones

Lee cada una de las frases y selecciona una de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para tí, seleccionando el número (del 1 al 5) que corresponde a la respuesta que escogiste, según sea tu caso. Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta cómo te sentirías, pensarías o actuarías si estuvieras en esa situación. Notarás que algunas frases no te proporcionan toda la información necesaria. Aunque no estés seguro(a) selecciona la respuesta más adecuada para tí. No hay respuestas “correctas” o “incorrectas” ni respuestas “buenas” o “malas”. Responde honesta y sinceramente de acuerdo a cómo eres, no como te gustaría ser, no como te gustaría que otros te vieran.

1= RARA VEZ O NUNCA ES MI CASO

2= POCAS VECES ES MI CASO

3= A VECES ES MI CASO

4= MUCHAS VECES ES MI CASO

5= CON MUCHA FRECUENCIA O SIEMPRE ES MI CASO

1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.
2. Es duro para mí disfrutar de la vida.
3. Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.
4. Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.

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

27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.
28. En general, me resulta difícil adaptarme.
29. Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.
32. Prefiero que otros tomen decisiones por mí.
33. Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.
34. Pienso bien de las personas.
35. Me es difícil entender cómo me siento.
36. He logrado muy poco en los últimos años.
37. Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.
38. He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.
39. Me resulta fácil hacer amigos(as).
40. Me tengo mucho respeto.
41. Hago cosas muy raras.
42. Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.
43. Me resulta difícil cambiar de opinión.
44. Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.
45. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.
46. A la gente le resulta difícil confiar en mí.
47. Estoy contento(a) con mi vida.
48. Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).
49. No puedo soportar el estrés.

50. En mi vida no hago nada malo.
51. No disfruto lo que hago.
52. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.
53. La gente no comprende mi manera de pensar.
54. Generalmente espero lo mejor.
55. Mis amigos me confían sus intimidades.
56. No me siento bien conmigo mismo(a).
57. Percibo cosas extrañas que los demás no ven.
58. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.
59. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.
60. Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.
61. Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.
62. Soy una persona divertida.
63. Soy consciente de cómo me siento.
64. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.
65. Nada me perturba.
66. No me entusiasman mucho mis intereses.
67. Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.
68. Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.
69. Me es difícil llevarme con los demás.
70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.

71. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.
73. Soy impaciente.
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.
77. Me deprimó.
78. Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.
79. Nunca he mentado.
80. En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.
81. Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.
82. Me resulta difícil decir “no” aunque tenga el deseo de hacerlo.
83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.
84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.
85. Me siento feliz con el tipo de persona que soy
86. Tengo reacciones fuertes, intensas, que son difíciles de controlar.
87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.
88. Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).
89. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.
90. Soy capaz de respetar a los demás.
91. No estoy muy contento(a) con mi vida.

92. Prefiero seguir a otros a ser líder.
93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.
94. Nunca he violado la ley.
95. Disfruto de las cosas que me interesan.
96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.
97. Tiendo a exagerar.
98. Soy sensible ante los sentimientos de las otras personas.
99. Mantengo buenas relaciones con los demás.
100. Estoy contento(a) con mi cuerpo
101. Soy una persona muy extraña.
102. Soy impulsivo(a).
103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres.
104. Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.
105. Disfruto las vacaciones y los fines de semana.
106. En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.
107. Tengo tendencia a depender de otros.
108. Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles
109. No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.
110. Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.
111. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.
112. Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.
113. Los demás opinan que soy una persona sociable.
114. Estoy contento(a) con la forma en que me veo.

115. Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.
116. Me es difícil describir lo que siento.
117. Tengo mal carácter.
118. Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema.
119. Me es difícil ver sufrir a la gente.
120. Me gusta divertirme.
121. Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.
122. Me pongo ansioso(a).
123. No tengo días malos.
124. Intento no herir los sentimientos de los demás.
125. No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.
126. Me es difícil hacer valer mis derechos.
127. Me es difícil ser realista.
128. No mantengo relación con mis amistades.
129. Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).
130. Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.
131. Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.
132. En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación de que voy a fracasar.
133. He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.

Interpretación del puntaje

Puntajes estándares	Pautas de Interpretación
> 130	Marcadamente Alta capacidad emocional inusual.
115-129	Alta buena capacidad emocional.
86-114	Promedio, Capacidad emocional adecuada.
70-85	Baja Capacidad emocional, por debajo del promedio. Necesita mejorar.
< 69	Muy Baja Capacidad emocional, extremadamente por debajo del promedio. Necesita mejorar.

Fuente: Mercado, M., 2017, p.78.

Anexo 2: TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale-24)

Instrucciones

A continuación, encontrarás algunas afirmaciones sobre tus emociones y sentimientos. Lee atentamente cada frase e indica por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas.

1= NADA DE ACUERDO

2= ALGO DE ACUERDO

3= BASTANTE DE ACUERDO

4= MUY DE ACUERDO

5= TOTALMENTE DE ACUERDO

1. Presto mucha atención a los sentimientos.
2. Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.
3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.
4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.
 5. Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.
 6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.
 7. A menudo pienso en mis sentimientos.
 8. Presto mucha atención a cómo me siento.
 9. Tengo claros mis sentimientos.
 10. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.
 11. Casi siempre sé cómo me siento.
 12. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.
 13. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.
 14. Siempre puedo decir cómo me siento.
 15. A veces puedo decir cuáles son mis emociones.
 16. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.
 17. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.
 18. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.

19. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.
20. Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.
21. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.
22. Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.
23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.
24. Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.

Componentes de la IE en el test

Definición

Atención	Soy capaz de atender a los sentimientos de forma adecuada.
Claridad	Comprendo bien mis estados emocionales.
Reparación	Soy capaz de regular los estados emocionales de forma adecuada.

Fuente: <https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf78.pdfm>

Evaluación

Para corregir y obtener una puntuación en cada uno de los factores, se debe sumar las puntuaciones de los ítems del uno al ocho para el factor Atención; los ítems del nueve al 16 para el factor Claridad y del 17 al 24 para el factor Reparación. Luego deberá buscar la puntuación en cada una de las tablas que se presentan. Se muestran los puntos de corte para hombres y mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos.

	Puntuaciones <i>Hombres</i>	Puntuaciones <i>Mujeres</i>
Atención	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 21	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 24
	Adecuada atención 22 a 32	Adecuada atención 25 a 35
	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 33	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 36

Fuente: <https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf78.pdfm>.

Claridad	Puntuaciones <i>Hombres</i>	Puntuaciones <i>Mujeres</i>
	Debe mejorar su comprensión < 25	Debe mejorar su comprensión < 23
Adecuada comprensión 26 a 35	Adecuada comprensión 24 a 34	
Excelente comprensión > 36	Excelente comprensión > 35	

Fuente: <https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf78.pdfm>

Reparación	Puntuaciones <i>Hombres</i>	Puntuaciones <i>Mujeres</i>
	Debe mejorar su regulación < 23	Debe mejorar su regulación < 23
Adecuada regulación 24 a 35	Adecuada regulación 24 a 34	
Excelente regulación > 36	Excelente regulación > 35	

Fuente: <https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf78.pdfm>

Anexo 3: Cuadros de resultados por ítems de los subcomponentes de la inteligencia emocional.

Componente Intrapersonal (Subcomponente Comprensión de sí mismo)

SUBCOMPONENTE COMPRENSIÓN DE SÍ MISMO						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.	85	94	119	70	25	393
	22 %	24 %	30 %	18 %	6 %	100%
Reconozco con facilidad mis emociones.	22	75	123	131	42	393
	6 %	19 %	31 %	33 %	11 %	100%
Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.	37	65	99	116	76	393
	9 %	17 %	25 %	30 %	19 %	100%
Me es difícil entender cómo me siento.	39	87	134	91	42	393
	10 %	22 %	34 %	23 %	11 %	100%
Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.	44	70	122	101	56	393
	11 %	18 %	31 %	26 %	14 %	100%
Soy consciente de cómo me siento.	9	42	115	152	75	393
	2 %	11 %	29 %	39 %	19 %	100%
Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).	17	69	133	142	32	393
	4 %	18 %	34 %	36 %	8 %	100%
Me es difícil describir lo que siento.	42	75	142	103	31	393
	11%	19%	36%	26%	8%	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Intrapersonal (Subcomponente Asertividad)

SUBCOMPONENTE ASERTIVIDAD						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
No soy capaz de expresar mis ideas.	47	109	140	72	25	393
	12 %	28 %	36 %	18 %	6 %	100%
Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.	65	89	121	81	37	393
	17 %	23 %	31 %	21 %	9 %	100%
Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.	29	70	131	116	47	393
	7 %	18 %	33 %	30 %	12 %	100%
Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo.	38	92	138	92	33	393
	10 %	23 %	35 %	23 %	8 %	100%
Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.	31	88	170	82	22	393
	8 %	22 %	43 %	21 %	6 %	100%
Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.	88	105	134	49	17	393
	22 %	27 %	34 %	13 %	4 %	100%
Me es difícil hacer valer mis derechos.	91	120	131	35	16	393
	23%	31%	33%	9%	4%	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Intrapersonal (Subcomponente Autoconcepto)

SUBCOMPONENTE AUTOCONCEPTO						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de las situaciones.	36	78	126	112	41	393
	9 %	20 %	32 %	29 %	10 %	100%
No tengo confianza en mí mismo(a).	95	100	102	58	38	393
	24 %	25 %	26 %	15 %	10 %	100%
Me tengo mucho respeto.	14	42	74	128	135	393
	4 %	11 %	19 %	33 %	34 %	100%
No me siento bien conmigo mismo(a).	92	90	99	73	39	393
	23 %	23 %	25 %	19 %	10 %	100%
Me resulta difícil aceptarme tal como soy.	108	92	103	52	38	393
	28 %	23 %	26 %	13 %	10 %	100%
Me siento feliz con el tipo de persona que soy	27	49	119	125	73	393
	7 %	13 %	30 %	32 %	19 %	100%
Estoy contento(a) con mi cuerpo	57	64	109	97	66	393
	15 %	16 %	28 %	25 %	17 %	100%
Estoy contento(a) con la forma en que me veo.	72	97	137	65	22	393
	18 %	25 %	35 %	17 %	6 %	100%
Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).	28	50	138	128	49	393
	7%	13%	35%	33%	13%	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Intrapersonal (Subcomponente Autorrealización)

SUBCOMPONENTE AUTORREALIZACIÓN						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.	17	35	76	168	97	393
	4 %	9 %	19 %	43 %	25 %	100%
Realmente no sé para que soy bueno(a).	102	89	94	56	52	393
	26 %	23 %	24 %	14 %	13 %	100%
He logrado muy poco en los últimos años.	42	95	122	82	52	393
	11 %	24 %	31 %	21 %	13 %	100%
No disfruto lo que hago.	104	98	114	52	25	393
	27 %	25 %	29 %	13 %	6 %	100%
No me entusiasman mucho mis intereses.	68	118	137	53	17	393
	17 %	30 %	35 %	14 %	4 %	100%
Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.	15	49	136	134	59	393
	4 %	13 %	35 %	34 %	15 %	100%
Disfruto de las cosas que me interesan.	10	27	113	155	88	393
	3 %	7 %	29 %	40 %	22 %	100%
Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.	14	41	100	140	98	393
	4 %	10 %	25 %	36 %	25 %	100%
No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.	90	84	121	70	28	393
	23%	21%	31%	18%	7%	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Intrapersonal (Subcomponente Independencia)

SUBCOMPONENTE INDEPENDENCIA						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.	109	111	101	49	23	393
	28%	28%	26%	13%	6%	100%
Cuando trabajo con otros tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.	68	119	137	48	21	393
	17 %	30 %	35 %	12 %	5 %	100%
Prefiero que otros tomen decisiones por mí.	161	97	93	34	8	393
	41%	25 %	24 %	9 %	2 %	100%
Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).	75	124	134	44	16	393
	19 %	32 %	34 %	11 %	4 %	100%
Prefiero seguir a otros a ser líder.	111	106	117	46	13	393
	28 %	27 %	30 %	12 %	3 %	100%
Tengo tendencia a depender de otros.	90	121	123	46	13	393
	23 %	31 %	31 %	12 %	3 %	100%
Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.	64	107	124	71	27	393
	16 %	27%	32%	18%	7%	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Interpersonal (Subcomponente Empatía)

SUBCOMPONENTE EMPATÍA						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.	116	111	113	40	13	393
	30 %	28 %	29 %	10 %	3 %	100%
Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.	19	62	125	129	58	393
	5 %	16 %	32 %	33 %	15 %	100%
Mis amigos me confían sus intimidades.	21	46	110	153	63	393
	5 %	12 %	28 %	39 %	16 %	100%
Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.	19	32	94	125	123	393
	5 %	8 %	24 %	32 %	31 %	100%
Me importa lo que puede sucederle a los demás.	28	39	107	159	60	393
	7 %	10 %	27 %	41 %	15 %	100%
Soy sensible ante los sentimientos de las otras personas.	30	48	126	121	68	393
	8 %	12 %	32 %	31 %	17 %	100%
Me es difícil ver sufrir a la gente.	22	54	119	134	64	393
	6 %	14 %	30 %	34 %	16 %	100%
Intento no herir los sentimientos de los demás.	30	27	101	148	87	393
	8 %	7 %	26 %	38 %	22 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Interpersonal (Subcomponente Relaciones interpersonales)

SUBCOMPONENTE RELACIONES INTERPERSONALES						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Soy incapaz de demostrar afecto.	83	107	117	63	23	393
	21 %	27 %	30 %	16 %	6 %	100%
Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.	37	65	99	116	76	393
	9 %	17 %	25 %	30 %	19 %	100%
Soy una persona bastante alegre y optimista.	31	88	170	82	22	393
	8 %	22 %	43 %	21 %	6 %	100%
Me resulta fácil hacer amigos(as).	56	92	117	81	47	393
	14 %	23 %	30 %	21 %	12 %	100%
Mis amigos me confían sus intimidades.	21	46	110	153	63	393
	5 %	12 %	28 %	39 %	16 %	100%
Soy una persona divertida	20	57	126	115	75	393
	5 %	15 %	32 %	29 %	19 %	100%
Me es difícil llevarme con los demás.	86	129	118	44	16	393
	22 %	33 %	30 %	11 %	4 %	100%
Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.	28	41	117	142	65	393
	7 %	10 %	30 %	36 %	17 %	100%
Mantengo buenas relaciones con los demás.	13	40	131	160	49	393
	3 %	10 %	33 %	41 %	13 %	100%
Los demás opinan que soy una persona sociable.	24	67	131	120	51	393
	6 %	17 %	33 %	31 %	13 %	100%
No mantengo relación con mis amistades	85	101	140	51	16	393
	22 %	26 %	36 %	13 %	4 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Interpersonal (Subcomponente Responsabilidad social)

SUBCOMPONENTE RESPONSABILIDAD SOCIAL						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MFO S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Me gusta ayudar a la gente.	6	28	72	167	120	393
	2 %	7 %	18 %	43 %	31 %	100%
No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.	204	90	55	27	17	393
	52 %	23 %	14 %	7 %	4 %	100%
A la gente le resulta difícil confiar en mí.	95	133	118	38	9	393
	24 %	34 %	30 %	10 %	2 %	100%
Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.	19	32	94	125	123	393
	5 %	8 %	24 %	32 %	31 %	100%
Me importa lo que puede sucederle a los demás.	28	39	107	159	60	393
	7 %	10 %	27 %	41 %	15 %	100%
Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.	174	92	82	32	13	393
	44 %	23 %	21 %	8 %	3 %	100%
Soy capaz de respetar a los demás.	7	15	57	173	141	393
	2 %	4 %	15 %	44 %	36 %	100%
Soy sensible ante los sentimientos de las otras personas.	30	48	126	121	68	393
	8 %	12 %	32 %	31 %	17 %	100%
Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.	13	29	84	144	123	393
	3 %	7 %	21 %	37 %	31 %	100%
Me es difícil ver sufrir a la gente.	22	54	119	134	64	393
	6 %	14 %	30 %	34 %	16 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MFO S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Adaptabilidad (Subcomponente Solución de problemas)

SUBCOMPONENTE SOLUCIÓN DE PROBLEMAS						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MFO S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.	12	87	148	106	40	393
	3 %	22 %	38 %	27 %	10 %	100%
Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.	28	55	123	136	51	393
	7 %	14 %	31 %	35 %	13 %	100%
Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.	17	57	132	153	34	393
	4 %	15 %	34 %	39 %	9 %	100%
Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.	18	64	118	148	45	393
	5 %	16 %	30 %	38 %	12 %	100%
Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.	20	54	140	127	52	393
	5 %	14 %	36 %	32 %	13 %	100%
Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.	43	107	154	65	24	393
	11 %	27 %	39 %	17 %	6 %	100%
Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.	13	65	150	121	44	393
	3 %	17 %	38 %	31 %	11 %	100%
Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema.	42	92	169	70	20	393
	11 %	23 %	43 %	18 %	5 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MFO S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Adaptabilidad (Subcomponente Prueba de realidad)

SUBCOMPONENTE PRUEBA DE REALIDAD						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).	39	75	109	115	55	393
	10 %	19 %	28 %	29 %	14 %	100%
Me es difícil entender cómo me siento.	39	87	134	91	42	393
	10 %	22 %	34 %	23 %	11 %	100%
He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.	75	86	130	73	29	393
	19 %	22 %	33 %	19 %	7 %	100%
La gente no comprende mi manera de pensar.	43	97	155	68	30	393
	11 %	25 %	39 %	17 %	8 %	100%
Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.	88	104	121	56	24	393
	22 %	27 %	31 %	14 %	6 %	100%
Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.	79	105	107	69	33	393
	20 %	27 %	27 %	18 %	8 %	100%
Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).	17	69	133	142	32	393
	4 %	18 %	34 %	36 %	8 %	100%
Tiendo a exagerar.	59	110	133	72	19	393
	15 %	28 %	34 %	18 %	5 %	100%
Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.	40	44	124	127	58	393
	10 %	11 %	32 %	32 %	15 %	100%
Me es difícil ser realista.	98	134	110	40	11	393
	25 %	34 %	28 %	10 %	3 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Adaptabilidad (Subcomponente Flexibilidad)

SUBCOMPONENTE FLEXIBILIDAD						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.	45	103	134	82	29	393
	12 %	26 %	34 %	21 %	7 %	100%
En general, me resulta difícil adaptarme.	65	118	121	69	20	393
	17 %	30 %	31 %	18 %	5 %	100%
Me resulta difícil cambiar de opinión.	44	111	151	61	26	393
	11 %	28 %	38 %	16 %	7 %	100%
Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.	37	85	164	75	32	393
	9 %	22 %	42 %	19 %	8 %	100%
Puedo cambiar mis viejas costumbres.	27	84	174	84	24	393
	7 %	21 %	44 %	21 %	6 %	100%
En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.	28	112	150	80	23	393
	7 %	29 %	38 %	20 %	6 %	100%
Me resulta difícil cambiar mis costumbres.	46	96	166	71	14	393
	12 %	24 %	42 %	18 %	4 %	100%
Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.	65	106	122	69	31	393
	17 %	27 %	31 %	18 %	8 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Manejo del estrés (Subcomponente Tolerancia al estrés)

SUBCOMPONENTE TOLERANCIA AL ESTRÉS						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.	33	92	139	96	33	393
	8 %	23 %	35 %	24 %	8 %	100%
Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.	29	71	131	123	39	393
	7 %	18 %	33 %	31 %	10 %	100%
Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.	56	102	149	67	19	393
	14 %	26 %	38 %	17 %	5 %	100%
No puedo soportar el estrés.	54	93	122	81	43	393
	14 %	24 %	31 %	21 %	11 %	100%
Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.	51	92	123	79	48	393
	13 %	23 %	31 %	20 %	12 %	100%
Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.	24	73	162	95	39	393
	6 %	19 %	41 %	24 %	10 %	100%
Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.	53	103	159	60	18	393
	14 %	26 %	41 %	15 %	5 %	100%
Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles	16	58	145	129	45	393
	4 %	15 %	37 %	33 %	12 %	100%
Me pongo ansioso(a).	41	86	144	82	40	393
	10 %	22 %	37 %	21 %	10 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Manejo del estrés (Subcomponente Control de impulsos)

SUBCOMPONENTE CONTROL DE IMPULSOS						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.	82	92	102	78	39	393
	21 %	23 %	26 %	20 %	10 %	100%
Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.	98	101	123	49	22	393
	25 %	26 %	31 %	13 %	6 %	100%
Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.	105	111	81	64	32	393
	27 %	28 %	21 %	16 %	8 %	100%
La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.	124	97	90	54	28	393
	32 %	25 %	23 %	14 %	7 %	100%
Soy impaciente.	55	73	123	91	51	393
	14 %	19 %	31 %	23 %	13 %	100%
Tengo reacciones fuertes, intensas, que son difíciles de controlar.	80	104	125	57	27	393
	20 %	27 %	32 %	15 %	7 %	100%
Soy impulsivo(a).	96	95	126	58	18	393
	24 %	24 %	32 %	15 %	5 %	100%
Tengo mal carácter.	59	107	140	59	28	393
	15 %	27 %	36 %	15 %	7 %	100%
Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.	95	108	121	50	19	393
	24 %	28 %	31 %	13 %	5 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Estado de ánimo en general (Subcomponente Felicidad)

SUBCOMPONENTE FELICIDAD						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Es duro para mí disfrutar de la vida.	84	90	106	82	31	393
	21 %	23 %	27 %	21 %	8 %	100%
Me es difícil sonreír.	137	99	104	35	18	393
	35 %	25 %	27 %	9 %	5 %	100%
Soy una persona bastante alegre y optimista.	26	62	121	118	66	393
	7 %	16 %	31 %	30 %	17 %	100%
Estoy contento(a) con mi vida.	29	58	97	119	90	393
	7 %	15 %	25 %	30 %	23 %	100%
Soy una persona divertida.	20	57	126	115	75	393
	5 %	15 %	32 %	29 %	19 %	100%
Me deprimó.	49	80	118	81	65	393
	13 %	20 %	30 %	21 %	17 %	100%
No estoy muy contento(a) con mi vida.	122	81	118	44	28	393
	31 %	21 %	30 %	11 %	7 %	100%
Disfruto las vacaciones y los fines de semana.	23	47	94	120	109	393
	6 %	12 %	24 %	31 %	28 %	100%
Me gusta divertirme.	7	33	105	135	113	393
	2 %	8 %	27 %	34 %	29 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.

Componente Estado de ánimo en general (Subcomponente Optimismo)

SUBCOMPONENTE OPTIMISMO						
PREGUNTAS	RV O N	PV	AV	MV	MF O S	TOTAL
	F	F	F	F	F	F
	%	%	%	%	%	%
Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de las situaciones.	36	78	126	112	41	393
	9 %	20 %	32 %	29 %	10 %	100%
Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.	29	71	131	123	39	393
	7 %	18 %	33 %	31 %	10 %	100%
Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.	26	72	131	106	58	393
	7 %	18 %	33 %	27 %	15 %	100%
Generalmente espero lo mejor.	16	33	86	172	86	393
	4 %	8 %	22 %	44 %	22 %	100%
En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.	24	54	134	124	57	393
	6 %	14 %	34 %	32 %	15 %	100%
En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.	22	54	137	121	59	393
	6 %	14 %	35 %	31 %	15 %	100%
Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles	16	58	145	129	45	393
	4 %	15 %	37 %	33 %	12 %	100%
En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación de que voy a fracasar.	52	99	138	76	28	393
	13 %	25 %	35 %	19 %	7 %	100%
RV O N= Rara vez o nunca es mi caso PV= Pocas veces es mi caso AV= A veces es mi caso MV= Muchas veces es mi caso MF O S= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso						

Fuente: Inventario de Inteligencia Emocional ICE: JA, para Jóvenes y Adultos de Reuven Bar-On y J. D. A. Parker.