

# **ANEXOS**

**Anexo 1**

<b><u>ESCALA DE RESILIENCIA WAGNILD Y YOUNG</u></b>							
<b>Nombre:</b>							
<b>Edad:</b>							<b>Sexo: M F</b>
<b>De los 25 ítems presentados, indique el grado de desacuerdo o acuerdo dentro de la escala del 1 al 7 (1: mayor desacuerdo – 7: mayor acuerdo).</b>							
1) Cuando planeo algo lo llevo a cabo	1	2	3	4	5	6	7
2) Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo	1	2	3	4	5	6	7
3) Me siento capaz de mí mismo(a) más que nadie	1	2	3	4	5	6	7
4) Para mí, es importante mantenerme interesado(a) en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
5) En caso que sea necesario, puedo estar solo(a)	1	2	3	4	5	6	7
6) Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
7) Tomo las cosas sin mucha importancia	1	2	3	4	5	6	7
8) Soy amigo(a) de mí mismo(a)	1	2	3	4	5	6	7
9) Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez	1	2	3	4	5	6	7
10) Soy decidido(a)	1	2	3	4	5	6	7
11) Rara vez me pregunto de que se trata Algo	1	2	3	4	5	6	7
12) Tomo las cosas día por día	1	2	3	4	5	6	7

13) Puedo sobrellevar tiempos difíciles, por que ya he experimentado lo que es la Dificultad	1	2	3	4	5	6	7
14) Tengo auto disciplina	1	2	3	4	5	6	7
15) Me mantengo interesado(a) en las Cosas	1	2	3	4	5	6	7
16) Por lo general encuentro de qué reírme	1	2	3	4	5	6	7
17) Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi Autoestima	1	2	3	4	5	6	7
18) Las personas pueden confiar en mí en una emergencia	1	2	3	4	5	6	7
19) Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista	1	2	3	4	5	6	7
20) Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no lo deseo	1	2	3	4	5	6	7
21) Mi vida tiene un sentido	1	2	3	4	5	6	7
22) No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada	1	2	3	4	5	6	7
23) Puedo salir airoso(a) de situaciones Difíciles	1	2	3	4	5	6	7
24) Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer	1	2	3	4	5	6	7
25) Acepto el que existan personas a las que no les agrado	1	2	3	4	5	6	7

## Anexo 2

EPQ-R		
<b>Apellido y Nombre:</b>		
<b>Fecha:</b>	<b>Edad:</b>	
<b>Sexo:</b>	<b>Profesión:</b>	
<b>Nivel de Estudios:</b>		
No hay respuestas correctas o incorrectas, ni preguntas con trampa. Trabaje tapidamente y no piense demasiado en el significado exacto de las mismas		
	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1	¿Se para a pensar las cosas antes de hacerlas?	
2	¿Su estado de ánimo sufre altibajos con frecuencia?	
3	¿Es una persona conversadora?	
4	¿Se siente a veces desdichado sin motivo?	
5	¿Alguna vez ha querido llevarse más de lo que le correspondía en un reparto?	
6	¿Es usted una persona más bien animada o vital?	
7	¿Si usted asegura que hará una cosa, ¿siempre mantiene su promesa, sin importar le las molestias que ello le pueda ocasionar?	
8	¿Es una persona irritable?	
9	¿Le tiene sin cuidado lo que piensan los demás?	
10	¿Alguna vez ha culpado a alguien por algo que había hecho usted?	
11	¿Son todos sus hábitos buenos y deseables?	
12	¿Tiende a mantenerse apartado/a en las situaciones sociales?	
13	A menudo, ¿se siente harto/a?	
14	¿Ha cogido alguna vez alguna cosa (aunque no fuese más que un alfiler o un botón) que perteneciese a otra persona?	
15	Para usted, ¿los límites entre lo que está bien y lo que está mal son menos claros que para la mayoría de la gente?	
16	¿Le gusta salir a menudo?	
17	¿Es mejor actuar como uno quiera que seguir las normas sociales?	
18	¿Tiene a menudo sentimientos de culpabilidad?	
19	¿Diría de sí mismo que es una persona nerviosa?	
20	¿Es usted una persona sufrida?	
21	¿Alguna vez ha roto o perdido algo que perteneciese a otra persona?	
22	¿Generalmente toma la iniciativa al hacer nuevas amistades?	
23	¿Los deseos personales están por encima de las normas sociales?	
24	¿Diría de sí mismo que es una persona tensa o muy nerviosa?	

25	Por lo general, ¿suele estar callado/a cuando está con otras personas?		
26	¿Cree que el matrimonio está anticuado y debería abolirse?		
27	¿Puede animar fácilmente una fiesta aburrida?		
28	¿Le gusta contar chistes e historias divertidas a sus amigos?		
29	¿La mayoría de las cosas le son indiferentes?		
30	¿De niño, fue alguna vez descarado con sus padres?		
31	¿Le gusta mezclarse con la gente?		
32	¿Se siente a menudo apático/a y cansado/a sin motivo?		
33	¿Ha hecho alguna vez trampas en el juego?		
34	¿A menudo toma decisiones sin pararse a reflexionar?		
35	¿A menudo siente que la vida es muy monótona?		
36	¿Alguna vez se ha aprovechado de alguien?		
37	¿Cree que la gente pierde el tiempo al proteger su futuro con ahorros y seguros?		
38	¿Evadiría impuestos si estuviera seguro de que nunca sería descubierto?		
39	¿Puede organizar y conducir una fiesta?		
40	¿Generalmente, reflexiona antes de actuar?		
41	¿Sufre de los "nervios"?		
42	¿A menudo se siente solo?		
43	¿Hace siempre lo que predica?		
44	¿Es mejor seguir las normas de la sociedad que ir a su aire?		
45	¿Alguna vez ha llegado tarde a una cita o trabajo?		
46	¿Le gusta el bullicio y la agitación a su alrededor?		
47	¿La gente piensa que usted es una persona animada?		
48	¿Cree que los planes de seguros son una buena idea?		
49	¿Realiza muchas actividades de tiempo libre?		
50	¿Daría dinero para fines caritativos?		
51	¿Le afectaría mucho ver sufrir a un niño o a un animal?		
52	¿Se preocupa a menudo por cosas que no debería haber dicho o hecho?		
53	¿Habitualmente, es capaz de liberarse y disfrutar en una fiesta animada?		
54	¿Se siente fácilmente herido en sus sentimientos?		
55	¿Disfruta hiriendo a las personas que ama?		
56	¿Habla a veces de cosas de las que no sabe nada?		
57	¿Prefiere leer a conocer gente?		
58	¿Tiene muchos amigos?		
59	¿Se ha enfrentado constantemente a sus padres?		
60	¿Cuándo era niño, hacía enseguida las cosas que le pedían y sin refunfuñar?		
61	¿Se ha opuesto frecuentemente a los deseos de sus padres?		
62	¿Se inquieta por cosas terribles que podrían suceder?		
63	¿Es usted más indulgente que la mayoría de las personas acerca del bien y del mal?		
64	¿Se siente intranquilo por su salud?		

65	¿Alguna vez ha dicho algo malo o desagradable acerca de otra persona?		
66	¿Le gusta cooperar con los demás?		
67	¿Se preocupa si sabe que hay errores en su trabajo?		
68	¿Se lava siempre las manos antes de comer?		
69	¿Casi siempre tiene una respuesta «a punto» cuando le hablan?		
70	¿Le gusta hacer cosas en las que tiene que actuar rápidamente?		
71	¿Es (o era) su madre una buena mujer?		
72	¿Le preocupa mucho su aspecto?		
73	¿Alguna vez ha deseado morir?		
74	¿Trata de no ser grosero con la gente?		
75	¿Después de una experiencia embarazosa, se siente preocupado durante mucho tiempo?		
76	¿Se siente fácilmente herido cuando la gente encuentra defectos en usted o en su trabajo?		
77	¿Frecuentemente improvisa decisiones en función de la situación?		
78	¿Se siente a veces desbordante de energía y otras veces muy decaído?		
79	¿A veces se deja para mañana lo que debería hacer hoy?		
80	¿La gente le cuenta muchas mentiras?		
81	¿Se afecta fácilmente por según qué cosas?		
82	Cuando ha cometido una equivocación, ¿está siempre dispuesto a admitirlo?		
83	Cuando tiene mal humor, ¿le cuesta controlarse?		

## Anexo 3

Nombre:  
Edad:  
Sexo:  
Ocupación:  
Fecha:

### Inventario de inteligencia emocional (BarOn)

#### Introducción

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

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

#### Instrucciones

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

Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta 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 ti. No hay respuestas “correctas” o “incorrectas”, ni respuestas “buenas” o “malas”. Responde honesta y sinceramente de acuerdo a cómo eres, NO como te gustaría ser, no como te gustaría que otros te vieran. NO hay límite de tiempo, pero, por favor, trabaja con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las oraciones.

1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.
2. Es duro para mí disfrutar 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 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 mí alrededor.
69. Me es difícil llevarme con los demás.
70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.
71. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.
73. Soy impaciente.
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.
77. Me deprimó.
78. Sé 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.

Anexo 4

**PIL (CUESTIONARIO DE SENTIDO DE LA VIDA)**

(Crumbaugh y Maholick)

Favor marcar en un escalón su posición personal

p.ej: “La clase de algebra lineal.... .....me da asco (1) (2) (3) (4) **(5)** (6) (7)....me motiva totalmente.

“Terminar mi carrera.... ...solo es opcional (1) (2) (3) (4) (5) (6) **(7)**.....es absolutamente necesario.

- 
- 1.- Generalmente me encuentro... completamente aburrido (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) exuberante entusiasmado.
- 2.- La vida me parece... completamente rutinaria (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) siempre emocionante.
- 3.- En la vida tengo... ninguna meta o anhelo (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) muchas metas y anhelos definidos.
- 4.- Mi existencia personal es... sin sentido ni propósito (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) lleno de sentidos y propósitos.
- 5.- Cada día es... exactamente igual (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) siempre nuevo y diferente.
- 6.- Si pudiera elegir... nunca habría nacido (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) tendría otras nuevas vidas iguales a esta.
- 7.- Después de retirarme... holgazanería el resto de mi vida (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) haría las cosas emocionantes que siempre desee realizar.
- 8.- En el logro de mis metas... no he conseguido ningún avance (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) he llegado a mi realización completa.

9.- Mi vida es... vacía y llena de desesperaciones (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) un conjunto de cosas buenas y emocionantes.

10.- Si muriera hoy, me parecería una completa basura (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) muy valiosa.  
que mi vida ha sido...

11.- Al pensar en mi propia vida... me pregunto a menudo (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) siempre encuentro razones para vivir.  
la razón por la que existo

12.- Tal como yo lo veo en relación con mi vida, el mundo... me confunde por completo (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) se adapta significativamente a mi vida.

13.- Me considero... una persona muy irresponsable (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) una persona responsable.

14.- Con respecto a la libertad de que se dispone para hacer sus propias elecciones, creo el hombre es... completamente esclavo de las (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) absolutamente libre de limitaciones de la herencia y hacer.  
del ambiente

- 15.- Con respecto a la muerte, estoy... **falto de preparación y atemorizado** (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) **preparado y sin temor.**
- 16.- Con respecto al suicidio... **lo considero seriamente como una salida a mi situación** (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) **nunca le he dedicado un (segundo) pensamiento.**
- 17.- Considero que mi capacidad para encontrar un significado, un propósito o una misión en la vida es... **prácticamente nula** (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) **muy grande.**
- 18.- Mi vida esta... **fuera de mis manos y controlada por factores externos** (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) **en mis manos y bajo control.**
- 19.- El enfrentarme a mis tareas cotidianas constituye... **una experiencia dolorosa y aburrida** (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) **una de placer y satisfacción.**
- 20.- He descubierto para mi vida... **ninguna misión o propósito** (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) **metas claras y un propósito satisfactorio.**

## **Anexo 5**

### **PRUEBA PILOTO**

#### **DIAGNÓSTICO DE LAS PRUEBAS APLICADAS DE CADA UNO DE LOS ENTREVISTADOS**

**Nombre:** Stefania Karina Rodríguez Villa

**Edad:** 22 años

**Sexo:** femenino

#### **ESCALA DE RESILIENCIA**

En esta prueba la estudiante obtuvo un puntaje alto en resiliencia lo que demuestra que tiene capacidad de adaptabilidad, balance, flexibilidad y perspectiva de vida estable.

#### **TEST EPQR**

La estudiante perteneciente a la carrera de psicología presenta las características de personalidad: tendencia muy definida de ser impulsiva, creativa y poco socializable. Una tendencia definida de ser desconfiada, ansiosa y tener un humor deprimido, así también se puede observar que es una persona reservada, discreta y socialmente inhibida.

#### **INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (BARON)**

##### **INTRAPERSONAL (IA)**

Se encuentra en contacto con sus sentimientos y emociones los entiende a la perfección.

Su habilidad para defender sus derechos de manera asertiva, se encuentra poco desarrollada, tiene un buen sentido de autoestima, sintiéndose bien consigo mismo.

Aprovecha de manera adecuada sus recursos personales para su desarrollo, su capacidad para tomar decisiones se encuentra poco desarrollada.

### **INTERPERSONAL (IE)**

Es una persona sensible a los sentimientos de los demás capaz de entender lo que sienten y porque lo sienten, es constructiva con su grupo, sintiéndose un miembro responsable y confiable, así también es capaz de establecer relaciones mutuamente satisfactorias además de dar y recibir afecto.

### **ADAPTABILIDAD (AD)**

Presenta ciertas dificultades a la hora de adaptar sus pensamientos, emociones y comportamientos a situaciones cambiantes.

Evalúa de manera adecuada la situación, asumiéndola de manera activa.

Es capaz de reconocer y definir problemas, así como para generar e implementar soluciones potencialmente efectivas.

### **MANEJO DEL ESTRÉS (ME)**

Es una persona con un buen control de sus impulsos, quien rara vez, sobresalta o pierde el control, es capaz de enfrentar las situaciones llenas de tensión de la manera adecuada, sin sobresaltarse ni sentir ansiedad.

### **ESTADO DE ANIMO (AG)**

Mantiene una actitud optimista hacia la vida, buscando el lado más provechoso, aun si enfrenta adversidades.

Es capaz de sentirse satisfecho con su propia vida, disfrutar de los demás y sentir placer, tiene una disposición hacia la felicidad.

### **CUESTIONARIO DE SENTIDO DE LA VIDA (PIL)**

En esta prueba, Stefania, obtuvo una puntuación de 115, lo cual indica un nivel de logro de sentido de vida, por lo que se puede decir que presenta motivos y valora las razones para vivir la vida, tiene una percepción de la vida propia y la vida cotidiana como plena de cosas

buenas, en relación a sus metas y tareas presenta acciones concretas en la vida y se percibe su responsabilidad personal hacia los mismos.

**Nombre:** María Fernanda Arancibia

**Edad:** 22 años

**Sexo:** femenino

### **ESCALA DE RESILIENCIA**

En esta prueba la estudiante obtuvo un puntaje alto en resiliencia lo que indica que presenta mayor habilidad para controlar las emociones, con predominio de la aceptación de uno mismo y de la vida.

### **TEST EPQR**

La estudiante perteneciente a la carrera de psicología presenta las características de personalidad: tendencia muy definida de ser impulsiva, creativa y poco socializable. Una tendencia definida de ser desconfiada, ansiosa y tener un humor deprimido, así también se puede observar que es una persona reservada, discreta y socialmente inhibida.

### **INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (BARON)**

#### **INTRAPERSONAL (IA)**

Entiende muy bien sus sentimientos y emociones, así mismo también entiende el porqué de sus sentimientos, defiende sus derechos y se expresa de manera asertiva la mayoría de las situaciones, tiene un buen sentimiento de autoestima, sintiéndose bien consigo mismo.

Aprovecha de manera adecuada sus recursos personales para su desarrollo. Tiende a decidir en la mayoría de aspectos de su vida, aunque con ayuda de los demás.

#### **INTERPERSONAL (IE)**

Es una persona sensible a los sentimientos de los demás, capaz de entender lo que sienten, es una persona responsable, sintiéndose en la capacidad de ser un miembro constructivo en

los grupos que participa, se relaciona de manera adecuada con las demás personas, evidenciando actitudes positivas hacia ellos.

#### **ADAPTABILIDAD (AD)**

Presenta ciertas dificultades a la hora de adaptar sus pensamientos, emociones y comportamientos a situaciones cambiantes, evalúa de manera adecuada la situación, asumiéndola de manera activa.

Tiende a enfrentar los problemas en vez de evitarlos, identificándolos y generando soluciones efectivas para ellos.

#### **MANEJO DEL ESTRÉS (ME)**

Controla de manera adecuada sus impulsos y reacciones, enfrenta las situaciones adversas y eventos llenos de tensión de manera activa y positiva.

#### **ESTADO DE ANIMO (AG)**

Es una persona que se considera optimista, que tiende a buscar el lado provechoso de la vida, es capaz de sentirse satisfecho con su propia vida, es una persona predispuesta a la felicidad.

#### **CUESTIONARIO DE SENTIDO DE LA VIDA (PIL)**

En esta prueba, obtuvo una puntuación de 130, lo cual indica un Logro de sentido de vida, por lo que se puede decir que presenta motivos y valora las razones para vivir la vida, tiene una percepción de la vida propia y la vida cotidiana como plena de cosas buenas, en relación a sus metas y tareas presenta acciones concretas en la vida y se percibe su responsabilidad personal hacia los mismos.

**Nombre:** Wilder Sánchez Fernández

**Edad:** 22 años

**Sexo:** masculino



## **ESCALA DE RESILIENCIA**

En esta prueba el estudiante obtuvo un puntaje alto en resiliencia lo que indica que es una persona que desarrolla habilidades de solución de problemas, se propone metas y posee la destreza de controlar con mayor eficacia sus emociones.

## **TEST EPQR**

El estudiante perteneciente a la carrera de psicología presenta las características de personalidad: tendencia muy definida a ser una persona ansiosa, de humor deprimido, impulsivo, creativo y poco socializable. Una tendencia definida a ser una persona reservada, discreta, socialmente inhibida y ser una persona sincera e inconformista.

## **INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (BARON)**

### **INTRAPERSONAL (IA)**

No puede o le causa mucha dificultad entender sus sentimientos, no es capaz de expresarse para defender sus derechos de manera no destructiva.

El respeto y aceptación que siente hacia su persona es bajo, se sospecha de problemas de autoestima. Se siente confundido respecto a sus proyectos ya que no se siente capaz de desarrollar su potencial, tiende a decidir en la mayoría de aspectos de su vida, aunque con ayuda de los demás.

### **INTERPERSONAL (IE)**

Presenta dificultades a la hora de querer entender los sentimientos de otras personas siente que puede colaborar muy poco en los grupos que participa, no es capaz de relacionarse de manera significativa con las demás personas.

### **ADAPTABILIDAD (AD)**

No es capaz o le causa mucha dificultad de adaptar sus emociones, pensamientos y comportamientos a nuevas situaciones, no es capaz de evaluar de manera realista la

situación, asumiéndola de manera pasiva e ingenua, si bien presenta dificultades puede identificar problemas, no así sugerir ni llevar a cabo situaciones efectivas.

### **MANEJO DEL ESTRÉS (ME)**

Es una persona con un buen control de sus impulsos, quien rara vez, sobresalta o pierde el control, es capaz de enfrentar las situaciones llenas de tensión de la manera adecuada, sin sobresaltarse ni sentir ansiedad.

### **ESTADO DE ANIMO (AG)**

Es una persona que se considera optimista, que tiende a buscar el lado provechoso de la vida, es capaz de sentirse satisfecho con su propia vida, es una persona predispuesta a la felicidad.

### **CUESTIONARIO DE SENTIDO DE LA VIDA (PIL)**

En el cuestionario de sentido de la vida, obtuvo una puntuación de 99, lo que señala un nivel de indefinición con respecto al sentido de su vida, pues afirma que su vida no es ni completamente rutinaria tampoco completamente emocionante, que a veces se pregunta si existirán razones para vivir. Lo que indica que aún está en busca de metas claras y propósitos que contribuyan en su realización personal.

### **CONCLUSIÓN EN BASE A LOS OBJETIVOS**

#### **➤ Objetivo 1.- Identificar los rasgos de personalidad que predominan en los estudiantes de la carrera de psicología**

En relación al segundo objetivo los rasgos de personalidad que predominan en los estudiantes son: Impulsivos, creativos, poco socializables, aprensivos (desconfiados, preocupados), ansiosos, humor deprimido, personas reservadas, discretos, socialmente inhibidos (comedidos), poco sinceros, conformistas.

➤ **Objetivo 2.- Determinar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de la carrera de psicología**

En relación al tercer objetivo los estudiantes tienen un nivel de inteligencia emocional bajo, se encuentran por debajo del promedio, por lo que todos los entrevistados necesitan mejorar su capacidad emocional.

➤ **Objetivo 3.- Evaluar el propósito del sentido de vida que presentan los estudiantes de la carrera de psicología**

Con respecto al cuarto objetivo se evaluó a los entrevistados llegando a la conclusión de que cinco estudiantes presentan un logro de sentido de vida, los cuales tienen motivos para sentirse bien consigo mismos, valoran las razones para vivir la vida, están conformes con todo lo que han logrado hasta ahora y tienen una percepción positiva hacia sus existencias, como así también consideran tener una gran capacidad para encontrar un significado o propósito para sus vidas y afirman tener muchas metas y anhelos ya definidos.

Se pudo evidenciar en los resultados que cuatro estudiantes se encuentran en una posición de indefinición con respecto al sentido de vida de cada uno, esto por diversas causas como ser que aún están en el intento de encontrar un significado a sus vidas, perciben que sus vidas no son ni completamente rutinarias tampoco completamente emocionantes y están en busca de metas claras y propósitos que contribuyan en la realización personal de cada uno.

### **RECOMENDACIONES**

Se recomienda aplicar los instrumentos empezando por los más sencillos para terminar con los más complejos, pues existe mayor disponibilidad por parte de los entrevistados.

Aplicar un test por semana, pues si se aplican todos en una misma semana los resultados tienden a variar presentándose contradicciones entre los instrumentos, esto debido al cansancio que puedan ocasionar en los entrevistados.

Se recomienda que al momento de realizar las pruebas aplicadas de cuestionarios o inventarios se debe cerciorar que estén llenadas completamente, ya que las pruebas incompletas dificultan la puntuación y como consecuencia se alteran los resultados.