

INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD

Rosario Barrera Gálvez, Claudia Teresa Solano Pérez, José Arias Rico, Reyna Cristina Jiménez Sánchez, Rosa María Guevara Cabrera, Roció Belem Mayorga Ponce

Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Pachuca, Hidalgo
rosario_barrera@uaeh.edu.mx, claudia_solano@uaeh.edu.mx,
josearias.rico@hotmail.com, cristyji@hotmail.com, rosy_guevara29@hotmail.com,
rob62@hotmail.com

RESUMEN

El mundo de hoy exige de las personas una adaptación al cambio que debe realizarse de inmediato; reaccionar y entender la información para depurar si es real o falsa en cuestión de segundos. Relacionar esto con la inteligencia emocional actualmente implica un gran reto pues además de los estresores comunes por “encajar” en el contexto, la formación universitaria nos lleva a estar verificando constantemente ese nivel de adaptación; ser social según lo que hacen los demás dentro del grupo. Por ello en la presente investigación se midió la inteligencia emocional frente a desafíos caso problema ginecológico por simulación de 265 estudiantes de enfermería, quienes expresaron resultados en nivel promedio del factor Inteligencia Emocional.

Palabras clave: Inteligencia emocional, universitarios, Enfermería

ABSTRACT

Nowadays world demands from people an adaptation to the change that must be made immediately; react and understand the information to debug if it is real or false in a matter of seconds. Relating this to emotional intelligence currently implies a great challenge because in addition to the common stressors for "fitting in" in the context, university training leads us to constantly verify that level of adaptation; Be social according to what others do within the group. For this reason, in the present investigation, emotional intelligence was measured against challenges in the gynecological problem by simulation of 265 nursing students, who expressed results in the average level of the emotional intelligence factor.

Keywords: Emotional intelligence, university, nursing

1. INTRODUCCIÓN

En el escenario universitario de hoy, donde las realidades y estímulos resultan ser múltiples y complejos son diversos los factores que podrían influir en los resultados académicos del estudiante y por ende en su deserción/permanencia en las universidades.

Las tensiones de la vida moderna, la continua globalización de los conocimientos en el terreno individual, estudiantil, profesional, laboral, la presión del reloj, la exigencia de un constante perfeccionamiento, entre otros factores, son situaciones que tienden a alterar el estado emocional de la mayoría de los estudiantes, llevándolos al borde de sus propios límites físicos y psíquicos [1].

No podemos medir el éxito solamente por la capacidad intelectual, sino también por la capacidad emocional. Cualidades como la capacidad de entender los sentimientos propios, la habilidad de entender los sentimientos de los compañeros y el control de las emociones para lograr un fin, son más importantes a veces en un salón de clases que ser exitoso en todas las materias.

Lo ideal para los seres humanos, es alcanzar el equilibrio entre la capacidad intelectual y emocional. Mayer y Salovey definen a la inteligencia emocional como: "Un conjunto de habilidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y comprender nuestras emociones. Más formalmente, la inteligencia emocional es la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y /o generar sentimientos que faciliten el pensamiento, para comprender emociones y razonar emocionalmente, y finalmente la habilidad para regular emociones propias y ajenas" [2].

Con algunos estudios se ha demostrado que los alumnos universitarios con más IE informan menor número de síntomas físicos, menos ansiedad social y depresión y mejor autoestima, mayor satisfacción interpersonal, mayor utilización de estrategias de afrontamiento activo para solucionar sus problemas. Además, cuando estos alumnos son expuestos a tareas estresantes de laboratorio, perciben los estresores como menos amenazantes y sus niveles de cortisol y presión sanguínea son más bajos [3]. También hay evidencias de que los estudiantes universitarios con alta IE responden al estrés con menor depresión y desesperanza [4].

Por su parte en España, Fernández investiga cuatro áreas fundamentales en las que una falta de IE provoca o facilita la aparición de problemas entre los estudiantes; estos problemas serían: déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado, disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales, descenso del rendimiento académico, aparición de conductas destructivas y consumo de sustancias adictivas [5].

Esta misma jerarquía se observa cuando se establece la relación con la autoestima, sobre todo, cuando la autoestima es muy baja, baja o intermedia; mientras que cuando la autoestima es alta o muy alta, se ubica en primer lugar la limpieza y mejora la puntualidad hasta ubicarse en el cuarto lugar en importancia [6].

Centeno realizó una investigación sobre la influencia del programa "Explorando mis Emociones" en la inteligencia emocional de estudiantes del sexto grado de primaria de un centro educativo en Huancayo, llegando a la conclusión que dicho programa influyó positivamente en los estudiantes, ayudando a desarrollar su inteligencia emocional [7].

Javier L, Iparraguirre M, en la investigación: "Inteligencia emocional en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Los Andes" en Huancayo-Perú,

llegan a concluir que los niveles de inteligencia emocional general es muy baja, con resultados semejantes en sus componentes intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad manejo del estrés y estado de ánimo general, siendo las carreras profesionales con los más bajos niveles: Enfermería y Odontología, ubicándose preferentemente en el nivel adecuado las carreras de Farmacia y Bioquímica, Psicología y Obstetricia. No se encontraron diferencias significativas entre varones y mujeres en la inteligencia emocional general [8].

2. TEORÍA

Los estudios de inteligencia usualmente hacen referencia a la mente racional basada en el cálculo del coeficiente intelectual que es considerado como el indicador universal de inteligencia de un individuo, sin embargo, existe otro tipo de inteligencia denominado inteligencia emocional la cual hace referencia a la capacidad que tienen las personas de conocer sus sentimientos y de los demás, así como tener la capacidad de manejarlos.

Según Howard Gardner, el coeficiente intelectual no es el único indicador válido para explicar la capacidad cognitiva de los seres humanos, por ello planteó la “teoría de las inteligencias múltiples (IM) según la cual todos los seres humanos poseemos una serie de capacidades cognitivas relativamente autónomas, cada una de ellas definida como una inteligencia distinta.” [9]

Como ya hemos mencionado “el término Inteligencia Emocional (IE) fue introducido por Peter Salovey y John Mayer (1990) y poco a poco fue cobrando fuerza hasta quedar firmemente arraigado en la comunidad científica, abriendo nuevas vías de investigación y modificando de forma importante y definitiva la concepción tradicional sobre la inteligencia” [10]

Sin embargo, uno de los autores más destacados en el estudio de la inteligencia emocional es Daniel Goleman, un psicólogo estadounidense que en el año 1995 publicó el libro “Emotional Intelligence” popularizando así el término inteligencia emocional.

“El concepto básico que Goleman defiende en su libro es la idea de que el Coeficiente Intelectual (CI) no es un predictor válido para la felicidad. Parte de la base de que el hecho de tener un CI de 120, 130 ó 140 no implica que vayamos a ser más felices, para eso se necesita otra cosa. No es el concepto de inteligencia que tradicionalmente se ha venido utilizando el elemento a esgrimir, sino un concepto que presenta una mayor complejidad: la inteligencia emocional.”.

Desde la perspectiva de Goleman la inteligencia emocional implica un control adecuado de las emociones, la capacidad de ser empático, el autocontrol, ser capaz de emoción es un estado mental poderosamente cargado de sentimiento. Esa definición nos permitió excluir las sensaciones puramente sensoriales, como el cansancio o el hecho de cortarnos un dedo, ya que los sentimientos están ligados a una evaluación, es decir a un pensamiento.” [11]

Goleman plantea que “conviene pensar en las emociones en términos de familias o dimensiones, y en considerar a las principales familias-la ira, la tristeza, el miedo, la alegría,

el amor, la vergüenza, etcétera-como casos especialmente relevantes de los infinitos matices de nuestra vida emocional. Cada una de estas familias se agrupa en torno a un núcleo fundamental, a partir del cual dinamizan -a modo de olas- todas las otras emociones derivadas de ella.”[12]

“La inteligencia emocional (o CE), de acuerdo con Goleman, consiste en las habilidades de autoconocimiento, auto reglamentación o autocontrol, motivación, en la habilidad de entender las señales emotivas y conductuales de los demás (empatía) y en las habilidades interpersonales. [...] A diferencia de la inteligencia cognoscitiva (CI), que permanece sin cambios importantes a lo largo de la vida, el CE se puede desarrollar y mejorar a lo largo del tiempo con un esfuerzo concertado.

Adicionalmente, es importante comprender la diferencia existente entre emociones y sentimientos.

“Las emociones son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va afectar nuestro bienestar.”[13]

“Los sentimientos son el balance consciente de nuestra situación; en este balance intervienen varios factores: nuestro estado físico, la marcha de nuestros deseos y proyectos, e sistema de creencias, nuestras experiencias anteriores, entre otros”[14].

La diferencia entre emoción y sentimiento es “que el sentimiento es más duradero y la emoción puede ser breve y repentina.”[15]

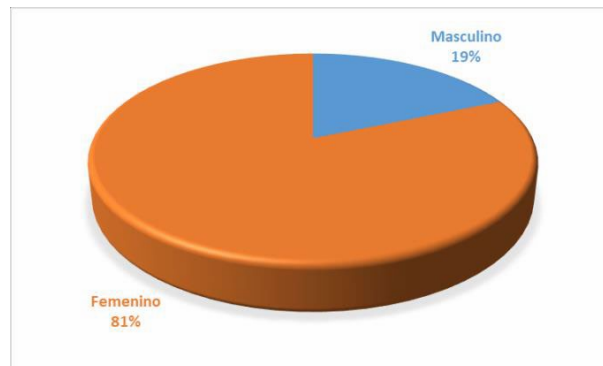
El cuestionario de inteligencia emocional el cual construyó Daniel Goleman a través de los diferentes estudios que realizaron los diferentes autores que se han interesado en el tema. La afirmación del cuestionario se clasifica en 5 categorías: autoconciencia, autocontrol, aprovechamiento emocional, empatía y habilidad social.

Mantener relación con los demás, implica inducir respuestas deseadas en los otros. Depende de poder idear efectivas tácticas de persuasión, saber escuchar abiertamente al resto y elaborar mensajes convenientes, negociar y resolver los desacuerdos que se presenten en el equipo de trabajo, inspirar y guiar a los individuos del grupo, iniciar o administrar las situaciones nuevas, alimentar y reforzar las relaciones interpersonales, trabajar con otros para alcanzar metas, ser capaz de crear empatía para la consecución de metas colectivas.

3. PARTE EXPERIMENTAL

En el contexto del Instituto de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, una institución pública que se dedica a la educación, particularmente en el área de formación de enfermeros, se realizó un estudio descriptivo con una muestra de 265 estudiantes de enfermería durante el semestre Julio- diciembre 2018.

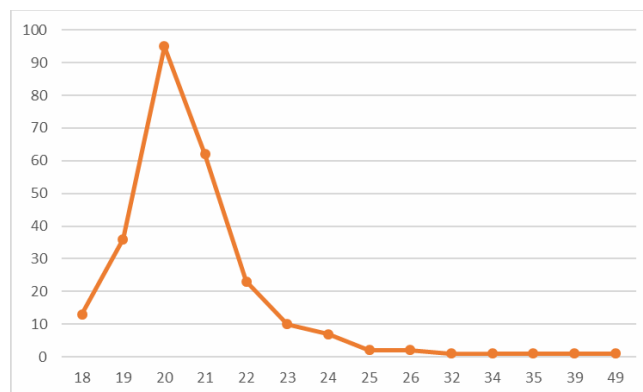
Teniendo como objetivo determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, del semestre julio-diciembre del año 2018. Se procedió a la selección de los participantes, donde se obtuvieron los siguientes resultados: de las 265 encuestas, 214 corresponden a usuarios femeninos y 51 a masculinos, como se muestra en la Gráfica No.1.



Gráfica 1. Encuestados por Género, ICSa-2018

Fuente: N=265 Aplicación del Test Inteligencia Emocional.

Dentro de las variables demográficas se identificó la edad de los participantes, como se muestra en la siguiente Gráfica No. 2 Edad de los participantes.



Gráfica No. 2 Edad de los participantes, ICSa-2018

Fuente: N=265 Aplicación del Test Inteligencia Emocional.

De la gráfica identificó que los participantes tienen entre 18 y 49 años el 54%; de 18 a 20; de 21 a 22 años el 32%; de 23 a 24 años el 7% y que tienen más de 25 años el 7% del total.

Con respecto al Test de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman, se identificó de manera general que el grupo de 255 encuestas validas trabajadas en la base de datos de SSPS, podemos entender la propuesta teórica de Daniel Goleman respecto a la inteligencia emocional es importante tener claro el concepto de emoción. Los datos que se muestran en la siguiente grafica se identifica de forma grupal que de los 5 factores de estudio 4 se encuentran el nivel medio de del diagnóstico de IE.

Tabla No. 1 Resultado de Test de Inteligencia Emocional, ICSa-2018

| FACTOR | (SP) SUMA PARCIAL | %(SP X 100 entre 36) | DIAGNÓSTICO | |
|----------------------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------|-------|
| | | | % | NIVEL |
| | | | Hasta 65 | Bajo |
| | | | 66 - 82 | Medio |
| | | | 83 - 99 | Alto |
| (I) Autoconciencia | 26 | 72 | Medio | |
| (II) Autocontrol | 24 | 67 | Medio | |
| (III) Aprovechamiento emocional | 30 | 83 | Alto | |
| (IV) Empatía | 28 | 78 | Medio | |
| (V) Habilidad social | 26 | 72 | Medio | |
| Total de Items | 134 | | | |

Fuente: N=265 Aplicación del Test Inteligencia

Como se muestra en la tabla No. 1 los resultados de todos los participantes se pueden observar que se encuentran con una estabilidad emocional Media lo que se convierte en una posibilidad de trabajar con ellos para desarrollar su potencial humano.

Cabe recalcar que cada dimensión comprende varias competencias las cuales determinan la habilidad que tiene un individuo para potenciar la inteligencia emocional en los distintos aspectos de la vida cotidiana.

Ahora, los resultados obtenidos favorecen de muchas maneras a los estudiantes de la Licenciatura de Enfermería, puesto que una autoestima media o positiva aporta en la mejora de la salud física, psicológica y social y, por ende, eleva la calidad de vida, manifestándose en el desarrollo de una personalidad más plena y una percepción más satisfactoria de la vida; aumenta la capacidad de afrontar y superar las dificultades personales, pudiéndose enfrentar los problemas con actitud de confianza personal, además de fomentar la capacidad de adquirir y cumplir con los compromisos.

Por tanto, se deben aprovechar los resultados obtenidos para la implementación de estrategias que promuevan el fortalecimiento y mejora de la autoestima en los estudiantes, para con ello favorecer las capacidades que provienen como consecuencia al tener una autoestima elevada, tales como: la autovaloración, la autocrítica, la autoevaluación, la disposición a la responsabilidad propia, la asunción de decisiones propias.

Finalmente, se deben realizar terapias psicológicas en aquellos estudiantes que obtuvieron un nivel de autoestima media y baja; por estar en riesgo de incrementarla y con ello, generar problemas de índole social, psicológica y física. De igual modo, el personal docente debe estar preparado para identificar oportunamente las características propias de la persona con baja autoestima; siendo la tendencia a la generalización, el pensamiento dicotómico o absolutista, filtrado negativo, autoacusaciones, personalización, reacción emocional poco racional, entre otros.

4. CONCLUSIONES

En el presente estudio se concluye que la mayoría de los estudiantes de la Licenciatura de Enfermería del Instituto de Ciencias de la Salud, presentan un nivel de Inteligencia Emocional Media, que favorece con ello que los estudiantes logren una personalidad más plena, una percepción más satisfactoria de la vida, y como estudiante, además de contar con una gran posibilidad de poder desarrollar sus potencialidades para llegar a ser un profesional competente y de calidad.

5. REFERENCIAS

- [1] M. López, La inteligencia emocional y las estrategias de aprendizaje como predictores del rendimiento académico en estudiantes (Tesis de Maestría), Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 208.
- [2] R. Bisquerra Alzina, «GROP. Grupo de Recerca en Orientación Psicopedagógica,» 11 noviembre 2018. [En línea]. Available: <https://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>
- [3] P. Salovey, L. Stroud, A. Woolery y E. Epel, «Perceived emotional intelligence, stress reactivity, and symptom reports: Further explorations using the trait meta-mood scale» *Psychology and Health*, pp. 611-627, 2002.
- [4] J. Ciarrochi, F. Deane y S. Anderson, «Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health» *Personality and Individual Differences*, pp. 197-209, 2002.
- [5] Extremera N, Fernández P. El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 2004; 6(2): 1-14
- [6] Villacorta E. Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana. [Tesis doctoral]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2010.
- [7] Loly A, López E, Atalaya M. La autoestima y los valores organizacionales en estudiantes universitarios y no universitarios de Lima. *Rev. Investigación Psicológica*. 2002; 5(1): 141-155
- [8] Centeno C. Influencia del Programa Explorando mis emociones en la inteligencia emocional de estudiantes del sexto grado de primaria de un Centro Educativo en Huancayo. [Tesis de pregrado]. Huancayo: Universidad Peruana Los Andes; 2007.
- [9] Castillo R. Análisis comparativo de los niveles de la inteligencia emocional en los alumnos del quinto año de secundaria con padres separados y no separados del Colegio Nacional Mixto Cartavio. [Tesis de pregrado]. Trujillo: Universidad Cesar Vallejo; 2005.