



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:**

**“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR  
PSICOLÓGICO DE LOS ADULTOS MAYORES”**

Requisito previo para optar por el Título de Psicólogo Clínico

**Autora:** Cherrez Hidalgo Jeannette Mishell.

**Tutora:** Ps. Cl. Mg. Mejía Rubio Andrea del Rocío.

**Ambato – Ecuador**

**Marzo - 2022**

## **APROBACIÓN DE TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Investigación sobre el tema: **“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LOS ADULTOS MAYORES”** de Cherrez Hidalgo Jeannette Mishell, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el H. Consejo Directivo de la Facultad Ciencias de la Salud.

Ambato, Marzo de 2022

### **LA TUTORA**



Firmado electrónicamente por:

**ANDREA DEL  
ROCIO MEJIA  
RUBIO**

.....

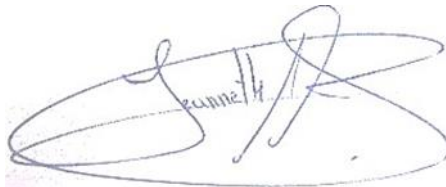
Ps. Cl. Mg. Mejía Rubio Andrea del Rocío

## **AUTORÍA DE TRABAJO DE GRADO**

Los criterios emitidos en el presente trabajo de investigación: **“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LOS ADULTOS MAYORES”** como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y recomendaciones son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autor de este trabajo de grado.

Ambato, Marzo de 2022

### **LA AUTORA**

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Jeannette Mishell', enclosed within a large, loopy, oval-shaped scribble.

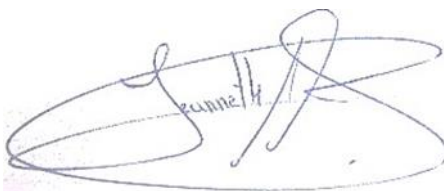
.....  
Cherrez Hidalgo Jeannette Mishell

## **DERECHOS DE AUTORA**

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este proyecto de investigación o parte de él, un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación. Cedo los derechos de en línea patrimonial de mi proyecto de investigación, con fines de difusión pública, además, apruebo la reproducción del proyecto de investigación, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Ambato, Marzo de 2021

## **LA AUTORA**

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Jeannette Mishell', enclosed within a large, loopy oval scribble.

.....  
Cherrez Hidalgo Jeannette Mishell

## **APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR**

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Informe de Investigación, sobre el tema: **“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DE LOS ADULTOS MAYORES”** de Cherrez Hidalgo Jeannette Mishell, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica.

Ambato, Marzo del 2022

Para constancia firman

.....

**PRESIDENTE/A**

.....

**1er VOCAL**

.....

**2do VOCAL**

## DEDICATORIA

*El presente trabajo de investigación es dedicado a mis padres Alonso y Rocío, quienes, con su amor, esfuerzo y mucha paciencia me han permitido llegar a culminar una meta muy anhelada. Gracias por inculcar en mí, valores que me han permitido crecer cada día como ser humano.*

*A mi hermano Mateo porque a pesar de que existe una gran diferencia de edad me ha brindado su cariño y apoyo.*

*A mí por ser la principal protagonista de este sueño que hoy se volvió realidad, porque me demostré una y un millón de veces que darse por vencida no era una opción, sino un empuje para poder continuar esforzándome y luchando por mi propósito de vida.*

*No te detengas hasta que te sientas orgullosa.*

## AGRADECIMIENTO

*Al finalizar este trabajo quiero utilizar este espacio para agradecer a Dios y a la Virgen del Quinche por acompañarme y bendecirme en cada uno de mis pasos durante mi etapa académica.*

*En segundo lugar, quiero agradecer y expresar mi gratitud eterna a mis padres y mi hermano por ser los principales pilares en mi formación personal, los amos.*

*De igual manera mi agradecimiento a cada una de las personas que estuvieron conmigo a lo largo de cada una de las etapas de mi vida, sin importar el tiempo o la distancia, por ser esa voz de aliento, ser un apoyo incondicional, por su ayuda desinteresada y sobre todo por amistad sincera, las quiero.*

*También quiero agradecer a cada uno de los profes de la carrera, quienes han sido partícipes de mi formación personal y académica, gracias totales.*

*Finalmente quiero expresar mi más sincero agradecimiento a la Asociación de Adultos Mayores de Quisapincha por su colaboración hacia mi proyecto y sobre todo por haber compartido momentos muy gratos que lo llevaré en mi corazón.*

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
APROBACIÓN DE TUTOR.....	ii
AUTORÍA DE TRABAJO DE GRADO.....	iii
DERECHOS DE AUTORA.....	iv
APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
RESUMEN.....	15
ABSTRACT.....	17
INTRODUCCIÓN.....	18
CAPÍTULO I.....	20
MARCO TEÓRICO.....	20
1. Antecedentes Investigativos.....	20
1.1. Contextualización.....	20
1.2. Estado del arte.....	23
1.3. Marco teórico.....	29
1.3.1. Definición de inteligencia.....	29
Tipos de inteligencia.....	30
Inteligencias Múltiples.....	30
Inteligencia emocional.....	32
Modelos de inteligencia emocional.....	33
Modelo de inteligencia según Salovey y Mayer.....	33
Modelo de Daniel Goleman.....	34
Modelo social-emocional de Bar-On.....	34



Modelo Unitario .....	35
Modelo Bifactorial .....	35
Modelo Dicotómico .....	35
Modelo Jerárquico.....	36
Modelo Multifactorial .....	36
Modelo Cognitivo propuesto por Mike Anderson .....	36
Modelo de inteligencia propuesto por Burt.....	37
Componentes de la inteligencia emocional.....	38
Componentes de inteligencia emocional de Daniel Goleman.....	38
Componentes de inteligencia emocional de Bar-On.....	38
Las emociones .....	39
Crisis e Inteligencia emocional .....	39
Crisis en adultos mayores y la inteligencia emocional .....	40
Beneficios de la inteligencia emocional.....	41
1.3.2. Bienestar Psicológico.....	41
Definición.....	41
Modelos de Bienestar psicológico .....	43
Modelo de Ryff .....	43
Modelo Multidimensional.....	44
Modelo Perma .....	45
Teorías de Bienestar Psicológico .....	45
Factores positivos para el bienestar psicológico .....	47
Factores negativos para el bienestar psicológico .....	50
OBJETIVOS .....	51
OBJETIVO GENERAL .....	51

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	51
CAPITULO II .....	53
METODOLOGÍA .....	53
2.1. Materiales .....	53
2.1.1 Descripción de los materiales.....	53
Reactivo para evaluar Inteligencia Emocional.....	53
Reactivo para evaluar Bienestar psicológico .....	56
2.2. Método.....	57
Tipo de investigación .....	57
2.3. Matriz de operacionalización de variables .....	58
2.3.1. Variable dependiente: Inteligencia Emocional .....	58
2.3.2. Variable independiente: Bienestar Psicológico.....	59
Selección del área o ámbito de estudio .....	60
Población.....	60
Criterios de Inclusión .....	60
Criterios de Exclusión.....	60
Pregunta de investigación .....	61
Hipótesis.....	61
Descripción y procedimiento para la recolección de información.....	61
Aspectos Éticos .....	62
CAPITULO III .....	63
RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	63
3.1. Análisis y discusión de resultados .....	63
ESTADÍSTICOS DESCRIPTIVOS VARIABLES .....	65
Inteligencia emocional .....	67

Bienestar psicológico .....	74
Comparación entre inteligencia emocional y sexo.....	76
3.2. Verificación de hipótesis .....	84
Prueba de normalidad.....	84
Comprobación de hipótesis .....	85
CAPITULO IV .....	87
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	87
Conclusiones .....	87
Recomendaciones.....	88
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	89
ANEXOS .....	94

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 "Escala de Inteligencia Emocional" .....	54
Tabla 2 "Puntuaciones de calificación según el sexo" .....	54
Tabla 3 "Escala de Bienestar Psicológico" .....	56
Tabla 4 "Variable dependiente: Inteligencia Emocional" .....	58
Tabla 5 "Variable independiente: Bienestar Psicológico" .....	59
Tabla 6 "Población total de acuerdo al sexo de los participantes" .....	63
Tabla 7 "Correlación Dimensiones de Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico" .....	65
Tabla 8 "Dimensión Atención Emocional" .....	68
Tabla 9 "Dimensión Claridad Emocional" .....	69
Tabla 10 "Dimensión Reparación Emocional" .....	71
Tabla 11 "Niveles de Bienestar Psicológico" .....	74
Tabla 12 "Dimensión Atención Emocional-Sexo" .....	76
Tabla 13 "Dimensión Claridad Emocional-Sexo" .....	77
Tabla 14 "Dimensión Reparación Emocional-Sexo" .....	79
Tabla 15 "Niveles Bienestar Psicológico-Sexo" .....	82
Tabla 16 "Prueba de Normalidad de Kolmogorov – Smirnov entre Inteligencia Emocional-Bienestar Psicológico" .....	84

## ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 "Inteligencias Múltiples según Howard Gardner" .....	31
Ilustración 2 "Modelo de inteligencia de Salovey y Mayer" .....	33
Ilustración 3 "Modelo Multidimensional de Ryff y Keyes" .....	44

## ÍNDICE DE FIGURA

Figura 1 “Población total de acuerdo al sexo de los participantes” .....	63
Figura 2 "Dimensión Atención Emocional" .....	68
Figura 3 "Dimensión Claridad Emocional" .....	70
Figura 4 "Dimensión Reparación Emocional" .....	72
Figura 5 “Niveles de Bienestar Psicológico” .....	74
Figura 6 "Dimensión Atención Emocional-Sexo" .....	76
Figura 7 "Dimensión Claridad Emocional-Sexo" .....	78
Figura 8 "Dimensión Reparación Emocional-Sexo".....	79
Figura 9 "Niveles Bienestar Psicológico-Sexo" .....	82

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**“Inteligencia emocional y su relación con el bienestar psicológico de los adultos mayores”**

**Autora:** Cherrez Hidalgo Jeannette Mishell

**Tutora:** Ps. Cl. Mg. Mejía Rubio Andrea del Rocío

**Fecha:** Ambato, Marzo de 2022

### **RESUMEN**

La presente investigación se enfocó en analizar las dimensiones de inteligencia emocional y su relación con el bienestar psicológico de los adultos mayores. La población constó de 100 participantes entre edades de 60 y 90 años residentes del sector rural de Quisapincha. Para la evaluación de las dimensiones de inteligencia emocional se utilizó la escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), en base a las tres dimensiones: atención, claridad y reparación emocional. De igual manera se utilizó la escala bienestar psicológico propuesta por Ryff (BIEPS) para medir los niveles de bienestar psicológico. El análisis de los resultados fue mediante el paquete estadístico SPSS, versión N.- 23, se empleó la prueba estadística de Pearson para demostrar la correlación significativa en el nivel 0.01 (bilateral) entre inteligencia emocional y bienestar psicológico.

Los resultados acerca de la inteligencia emocional mostraron que en la dimensión de atención emocional existen una predominancia en mujeres en el rango excelente 38%, en comparación a los hombres que alcanza el 19 %, en la dimensión claridad emocional en el rango de mejorar es mayor con el 25% en mujeres, mientras que en hombres se encontró apenas el 5%, finalmente en la dimensión de reparación emocional en mujeres es de 38% en el rango excelente, sin embargo, en hombres es de 20% excelente. En el resultado de bienestar psicológico se evidencia el 55% es perteneciente al nivel medio.

**PALABRAS CLAVES:** INTELIGENCIA EMOCIONAL, BIENESTAR PSICOLÓGICO, ADULTOS MAYORES.



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**“Emotional intelligence and its relationship with the psychological well-being of older adults”**

**Autora:** Cherrez Hidalgo Jeannette Mishell

**Tutora:** Ps. Cl. Mg. Mejía Rubio Andrea del Rocío

**Fecha:** Ambato, Marzo de 2022

### **ABSTRACT**

The present research focused on analyzing the dimensions of emotional intelligence and its relationship with the psychological well-being of older adults. The population consisted of 100 participants between the ages of 60 and 90 years old, residents of the rural sector of Quisapincha. For the evaluation of the emotional intelligence dimensions, the Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) was used, based on the three dimensions: attention, clarity and emotional repair. The psychological well-being scale proposed by Ryff (BIEPS) was also used to measure the levels of psychological well-being. The results were analyzed using the SPSS statistical package, version No. 23, and Pearson's statistical test was used to demonstrate the significant correlation at the 0.01 level (bilateral) between emotional intelligence and psychological well-being.

The results about emotional intelligence showed that in the dimension of emotional attention there is a predominance in women in the excellent range 38%, compared to men who reach 19%, in the dimension of emotional clarity in the range of improving is higher with 25% in women, while in men it was found only 5%, finally in the dimension of emotional repair in women is 38% in the excellent range, however, in men it is 20% excellent. In the result of psychological well-being, 55% was found to belong to the medium level.

## INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es una de las etapas que la mayoría de seres humanos atraviesa a partir de los sesenta y cinco años la misma que está asociada a el declive físico y emocional puesto que las reservas fisiológicas sufren de un desgaste acumulativo que puede llegar a desencadenar inconvenientes a nivel de salud, sin embargo, estos cambios también se presentan gracias a los factores psicosociales que influyen sobre la persona. (OMS, 2015).

En la actualidad se ha evidenciado el interés por parte de la Organización Mundial de la Salud (2015), por conocer acerca de la inteligencia emocional en el adulto mayor, definiéndola como una capacidad para comprender, controlar y hacer uso adecuado de las emociones que se presenta como una reacción ante diversas situaciones, esto contribuye en el establecimiento de relaciones sociales sólidas y sanas que favorecen al bienestar psicológico en el diario vivir. A medida que el ser humano avanza en su desarrollo integral se van cumpliendo diversas etapas, hasta llegar a lo que es el adulto mayor, en esta fase existe la acumulación de experiencias y vivencias que influyen en la inteligencia emocional las mismas que permiten el establecimiento adecuado del bienestar psicológico.

Sin embargo, existen casos en el que el adulto mayor no cuenta un óptimo desarrollo produciendo un desgaste mental en exceso, disminuyendo de forma acelerada sus funciones volviéndolo un ente vulnerable, la Organización Mundial de la Salud, creó en 2017 el “Programa de Acción Mundial en Salud Mental” el cual busca cuidar y proteger el bienestar mental de las poblaciones vulnerables. Es importante evaluar y brindar atención prioritaria de calidad acorde a las necesidades que presenta el adulto mayor para obtener información sobre los aspectos que favorecen en el bienestar psicológico del desenvolvimiento social.

La inteligencia emocional cumple un papel importante en la vida de los adultos mayores ya que ayuda a mantener el equilibrio emocional que colabora a un mejor desempeño individual y social permitiendo un envejecimiento saludable y activo. (Vázquez Resino 2018).

Los estudios llevados alrededor del mundo acerca del bienestar psicológico en el adulto mayor vinculan de manera directa con los propósitos y desafíos que debe enfrentar por sí mismo ya que al estar atravesando una etapa en la que existen diversos cambios físicos y emocionales, pueden desempeñarse con facilidad y ejercer roles que permiten mantener de manera adecuada su homeostasis. (Ferrada Mundaca y Zavala Gutiérrez, 2014).

Dentro del territorio ecuatoriano el 6,6% pertenece a la población de adulto mayor según el último censo realizado del 2010 de la misma manera se da a conocer por medio de constitución que dicha población tiene derecho a gozar beneficios, pero en su mayoría no se cumplen debido a las condiciones desfavorables y la poca importancia de la sociedad. En el sector rural no existe un adecuado acompañamiento que ayude a velar por el cuidado de la inteligencia emocional y el bienestar psicológico de esta población. (INEC, 2010).

La presente investigación pretende realizar un análisis en base la recolección de datos por medio de la aplicación de reactivos psicológicos que permitan identificar la inteligencia emocional y el bienestar psicológico del adulto mayor acorde a su entorno, de esa manera lograr determinar tanto los aspectos positivos como negativos en relación a su edad y sexo para generar concientización en la comunidad y a su vez pueda mejorar la atención de la salud mental del adulto mayor.

# **CAPÍTULO I**

## **MARCO TEÓRICO**

### **1. Antecedentes Investigativos**

#### **1.1. Contextualización**

La Organización Mundial de la Salud (2017) menciona que el proceso de envejecimiento se encuentra acelerado producto del aumento de la carga laboral, familiar y social acorde a la situación de cada territorio, se estima que entre los años 2015 y 2050 el número poblacional de adultos mayores que sobrepasan los 60 años tendrá un incremento a nivel global llegando a sobrepasar el 22%, se considera importante trabajar en el área de la salud mental debido a que contribuye en el desarrollo óptimo del envejecimiento de la población.

Dentro de la sociedad el adulto mayor tiene una participación activa ya sea como miembro de una familia, ámbito laboral y social, también es partícipe de varios proyectos que le generan satisfacción. Los servicios de salud velan por el cuidado y protección de la salud mental por medio del personal sanitario capacitado que cubre de manera eficiente las necesidades de los adultos mayores de esta manera se cumplen las políticas de los derechos de dicho grupo vulnerable para evitar que se pierda su autonomía y participación en la comunidad. (OMS, 2017)

La inteligencia emocional cumple un rol esencial en la vida del adulto mayor ya que va adquiriendo experiencias en base a diversos factores externos, contexto y relaciones sociales que influyen en su estado emocional, sin embargo, en estudios realizados en universidades de Estados Unidos de América, muestran que en la actualidad ha disminuido la visión negativa que tiene la sociedad hacia el adulto mayor, permitiendo la

participación activa en la familia y comunidad lo que ha ayudado a mejorar su estabilidad emocional.(Cuevas, 2018)

La Organización Panamericana de Salud manifiesta que el adulto mayor mantiene una adecuada salud física y mental por lo que ejerce un rol activo dentro del contexto familiar y social apoyando en la crianza de los niños, la ejecución de labores básicas o actividades con un menor esfuerzo físico. En la actualidad la cantidad de adultos mayores crece de forma exponencial y especialmente en aquellos sectores que presentan dificultades socioeconómicas o sociodemográficas, por lo cual las entidades gubernamentales se han enfocado en crear programas que permitan estructurar ambientes adecuados para su desenvolvimiento. (OPS, 2021)

En América Latina y el Caribe se ha identificado un incremento de la población de adultos mayores de 60 años. De igual manera en Brasil y Perú dicha población ha tenido un incremento exponencial por lo que se considera que para el 2030 una de cada seis personas tendrá más de 60 años en relación de las tasas actuales, por lo que la visión errónea que posee la sociedad acerca de la vejez, se podrá modificar permitiendo así el desempeño activo dentro del entorno familiar y social, ayudando al envejecimiento saludable. (OPS, 2020)

En Buenos Aires, Argentina, se realizó una investigación en una población de 150 adultos mayores jubilados acerca del bienestar psicológico, en el que se obtuvo resultados relevantes en relación a los altos niveles de satisfacción vital y autoestima de la misma manera existe un vínculo estable en el entorno laboral y social de la población de estudio. (Hermida et al., 2017)

Aravena et al., (2018) indica que en Chile la población de ancianos es cada vez más alta, superando los 70 años, estos individuos se mantienen ocupados en diversas actividades que aportan a la estabilidad mental, disminuyendo de esa manera pensamientos negativos acerca de la muerte, en esta investigación se comparó entre los adultos jóvenes y adultos mayores obteniendo como resultado que la población adulto mayor al adquirir experiencia a lo largo de su desarrollo tienden a interpretar de forma positiva los cambios ya que aportan para el crecimiento personal.

Dentro de la población adulto mayor los hombres presentan menores índices de desgaste mental a causa de los cambios que se dan durante la senectud, ya que se mantienen activos gracias a las diversas actividades que desempeña en la sociedad, a diferencia de las mujeres que permanecen realizando actividades dentro del hogar dificultando la ejecución de actividades de ocio, causando un deterioro mental en el aspecto emocional, por lo cual existe un alto índice de mortandad en población femenina a partir de los 60 años. (Aravena et al., 2018)

En el Ecuador existe 1.049.824 personas mayores de 65 años, el 74,3% de la población no accede a seguridad social de nivel contributivo, el 42% vive en un sector rural el 45% en condiciones de pobreza y extrema pobreza, seguido del 14,6% de hogares pobres se compone de un adulto mayor viviendo solo, son cifras bastante alarmantes que dan a conocer como estos factores influyen en el desempeño individual causando dificultades a nivel de salud mental. (MIES, 2013)

En el cantón Ambato en sector rural de Pilahuin se realizó una investigación sobre el bienestar psicológico en los adultos mayores, la muestra fue de 280 adultos mayores de 65 a 100 años pertenecientes a la comunidad indígena, evidenciando niveles bajos de bienestar psicológico en dicha población y se demostró que existe un desconocimiento

sobre la prevención y promoción de la estabilidad emocional para el correcto funcionamiento dentro de la salud física y mental. (Guerrero & Villacres, 2021)

## **1.2. Estado del arte**

En un estudio cuantitativo de esquema no experimental, transversal y correlacional realizado por Paredes et al., (2018) sobre la Inteligencia Emocional en adultos mayores en una muestra de 120 participantes entre 60 y 90 años pertenecientes a la Asociación de Jubilados del Distrito de Tuman en Perú, se realizó la aplicación de la escala TMMS (Trait Meta Mood Scale) –24 de Salovey y Mayers con el fin de medir la inteligencia emocional, mediante las tres dimensiones; Atención Emocional, Claridad Emocional y Reparación Emocional. El resultado de la aplicación del instrumento psicológico sobre la inteligencia emocional es medio y alto con el 59.17% en la dimensión de atención emocional el 40% medio alto, en claridad emocional existe la predominancia del nivel alto de 63.3% y en reparación emocional es nivel alto de 50%.

La investigación realizada por Estévez et al., (2016) acerca de “Inteligencia Emocional y autoestima en mayores: diferencias de género” incluyó a participantes en edades comprendidas entre 55 y 80 años, repartidos en cuatro grupos según el nivel de escolaridad; 23 personas de escolaridad básica, 16 personas con finalización de la preparatoria, 19 con bachillerato, 23 con estudios universitarios. Se utilizó la escala EQ-I BarOn Emotional en la que se evaluaron las siguientes áreas; intrapersonal, interpersonal, manejo del estrés, adaptabilidad y estado de ánimo; también se analizó las diferencias en relación al género y el nivel de estudios, en los resultados obtenidos los hombres poseen un nivel positivo alto en todas las dimensiones de inteligencia emocional en relación a las mujeres que puntúan niveles bajos en dichas dimensiones.

Según Meléndez et al., (2019) en el desarrollo del estudio “El poder de la inteligencia emocional sobre la resiliencia en adultos mayores”, se tomó una muestra de 214 adultos mayores entre 60 y 88 años. La población constaba del 71,5% mujeres y 28,8 hombres; en relación al estado civil, un 74,6% casados, un 17,2% viudos y un 8,1% sin pareja. Se evaluó mediante la escala TMMS de Salovey y Mayer, evidenciando por medio del análisis de los resultados que en las dimensiones de claridad y regulación emocional influyen de manera positiva en la resiliencia de la población.

Velásquez y Burgos, (2016) efectuaron una investigación en varios sectores de la ciudad de Temuco, Chile, acerca de la Inteligencia emocional hacia los adultos mayores de 60 a 91 años, en la que participaron 15 hombres y 75 mujeres, en la que se aplicó la escala TMMS para identificar las dimensiones de inteligencia emocional en dicha población. Se evidenció resultados positivos en hombres sobre la dimensión de comprensión emocional siendo la media más alta en comparación de las mujeres. De tal manera los adultos mayores de esta comunidad conservan adecuadamente su inteligencia emocional.

En el estudio no experimental transversal de tipo descriptivo publicado por Orellana (2020) Influencia del apego adulto y la inteligencia emocional en el bienestar subjetivo en adultos mayores, participaron 182 personas residentes de España y se empleó la escala de inteligencia emocional TMMS-24 de Salovey y Mayer. Los resultados mostraron que el apego activo es un elemento importante que influye en la inteligencia emocional de los adultos mayores.

Delhom., (2019) en su investigación sobre la inteligencia emocional durante el envejecimiento propuso la validación de la escala TMMS-24 en adultos mayores mediante la participación de 418 adultos mayores de entre 60 y 89 años, se empleó el modelo estructural para evaluación de la inteligencia emocional revelando un indicador positivo



para el afrontamiento adecuado ante diferentes situaciones y se identificó la influencia negativa en el estado emocional.

De la misma manera la investigación realizada por Delhom et al., (2018) sobre “Personalidad e inteligencia emocional en adultos mayores: un modelo predictivo basado en el modelado de ecuaciones estructurales”. La población fue de 233 personas mayores de entre 60 y 90 años y se utilizó el Inventario de cinco factores NEO la versión española y la Escala de meta-estado de ánimo de rasgos (TMMS-24) mediante el modelo de ecuaciones estructurales se obtuvo información acerca de la personalidad y como esta influyen en la inteligencia emocional del adulto mayor. Los resultados de la aplicación del instrumento TMMS mostraba que la inteligencia emocional interviene como herramienta de afrontamiento frente al problema.

Según Delhom et al., (2020) en Valencia, España buscó determinar la inteligencia emocional basada en la intervención en 125 adultos mayores. Se aplicó la Escala TMMS-24 para valorar la inteligencia emocional arrojando resultados acerca de las habilidades y dimensiones; el nivel de atención emocional es bajo en relación a la claridad y reparación emocional de la población adulto mayor, por lo cual se debe realizar un adecuado seguimiento en salud mental.

En el estudio hecho por Manso y Lacomba et al., (2020) acerca de la inteligencia emocional y buen envejecer se destinó la aplicación de la escala TMMS-24, en el que participaron 200 adultos mayores de edades comprendidas entre 60 y 90 años. Se analizó la relación entre la inteligencia emocional y el envejecimiento exitoso, obteniendo resultados positivos sobre las dimensiones claridad y regulación emocional en relación a la resiliencia y satisfacción, sin embargo, no existe correlación con la sintomatología depresiva.

Condon et al., (2019) realizó la investigación sobre la inteligencia emocional en adultos mayores con dolor crónico: un enfoque de análisis factorial en el que participaron 340 personas con la enfermedad de osteoartritis de rodilla. Se realizó la evaluación mediante la estructura factorial de la Escala de Meta-Mood de Rasgos y se obtuvieron los siguientes resultados; la comprensión y regulación de emociones tienen una relación estrecha con la intensidad del dolor de dicha enfermedad, por lo que existe un impacto negativo en la salud física y mental en la población de estudio.

Según Sureima et al., (2021) en su exploración del tema; estimulación del bienestar psicológico en adultos mayores a través de la biblioterapia, se enfocó en el desarrollo personal, estilo de vida y estrategias de enfrentamiento. Su muestra fue de 30 personas con edades de entre 60 y 69 años, en el que se aplicó de la escala de bienestar psicológico planteada por Ryff, los resultados obtenidos fueron en base a la implementación de la biblioterapia en la población puesto que causó un efecto positivo en el bienestar psicológico del envejecimiento.

En la investigación efectuada por Sáez et al., (2021) sobre los “Factores que influyen en el bienestar psicológico del individuo que atraviesa una enfermedad catastrófica”, determinó las diferencias entre gozar de una buena salud y atravesar una enfermedad catastrófica, para lo cual fueron participes 122 adultos con edades comprendidas de 18 a 69 años, dentro del grupo se encontraban personas con cáncer y personas sin ningún tipo de enfermedad. Se empleó la escala de bienestar psicológico plantada por Ryff evidenciando resultados en base a la empatía y la conducta pro social son los principales predisponentes para un adecuado bienestar psicológico, sin embargo, las personas que habían superado la enfermedad mostraron mayor nivel de estabilidad psicológica.

En México, Moreno et al., (2021) investigó la relación entre el sentido de coherencia y el bienestar psicológico desarrollado en los adultos mayores, se valoró mediante la escala de

bienestar psicológico de Ryff a 251 participantes adultos mayores. Los resultados conseguidos de la aplicación mostraron que dicha población presentó altos índices de bienestar psicológico debido al apropiado acompañamiento.

Martín et al., (2021) en Argentina, indagó acerca del “Bienestar psicológico y los niveles de ansiedad que se han presentado durante la pandemia de COVID-19 en la población adulto mayor”. Participaron 524 sujetos en la evaluación por medio de la escala de bienestar psicológico propuesta por Ryff, por lo que se determinó en los resultados que la percepción del apoyo social en esta población es alta, existiendo un adecuado bienestar psicológico en comparación de los bajos niveles de ansiedad producto de pandemia.

En Ecuador, Guerreo y Villacres (2021) realizaron la investigación sobre los niveles de bienestar psicológico y la calidad de vida en adultos mayores, colaboraron 280 personas con edades comprendidas entre 65 a 100 años en la aplicación del instrumento escala de bienestar psicológico de Ryff, Por medio de los resultados se identificó las dimensiones de bienestar psicológico es moderado, sin embargo, la percepción de apoyo social con el que cuenta la población es poca, dificultando mejorar el bienestar psicológico de la población.

Cuello et al., (2021) en Argentina realizó un programa de intervención en psicología positiva a adultos mayores jubilados, buscó disminuir los síntomas de depresión y elevar los niveles de bienestar psicológico, los participantes fueron 73 adultos mayores de entre 60 y 91 años, se implementó talleres que ayuden de manera positiva en el bienestar psicológico de los adultos mayores.

Ruiz y Bolívar (2019) en Venezuela, realizaron un estudio en adultos mayores institucionalizados de 66 a 95 años, en el que se aplicó la escala de bienestar psicológico

de Ryff, a 18 personas. Los resultados obtenidos determinaron que en la población existe un nivel alto de bienestar psicológico asociado a las vivencias y experiencias adquiridas durante su vida.

En la investigación realizada por Langle, (2017) se indagó la relación existente entre el sentimiento de soledad y el bienestar psicológico en 100 personas de edades comprendidas entre 65 a 93 años. Se aplicó la escala de bienestar psicológico de Ryff, los resultados demostraron que los sentimientos de soledad influyen en el bienestar psicológico perjudicando la estabilidad mental del adulto mayor.

Moral et al., (2018) comparó entre un grupo de jóvenes y un grupo de adultos mayores acerca del bienestar subjetivo para la identificación de los cambios más relevantes entre las dos poblaciones. Participaron 148 individuos divididos en dos grupos, se aplicó escala de bienestar psicológico de Ryff sus resultados fueron favorables en los adultos mayores debido a que han logrado adquirir niveles adecuados de auto aceptación y autonomía en relación a los niveles bajos de la población de jóvenes.

Alvarez et al., (2020) en Chile investigó acerca de los niveles de bienestar psicológico y apoyo social percibido en los adultos mayores, participaron 117 personas en edades comprendidas de 60 y 87 años, se evaluó mediante la escala de bienestar psicológico propuesta por Ryff, identificando resultados óptimos del bienestar psicológicos en relación al apoyo familiar, social y laboral permitiendo un desarrollo activo de la población.

### **1.3. Marco teórico**

La revisión teórica acerca de la inteligencia emocional, se va a abordar a través de la corriente cognitiva ya que está asociada con la conexión directa con los procesos mentales que cumplen diversas funciones acordes a los pensamientos. Sensiper (2022). Por lo que, a lo largo del trabajo de investigación se citaron a varios autores; Enzensberger, Sternberg, Gardner, Daniel Goleman, Reuven Bar- On, Salovey y Mayer, quienes realizaron diversos aportes que facilitaron el reconocimiento de emociones y pensamientos del ser humano.

#### **1.3.1. Definición de inteligencia**

Ardila (2011) describe a la inteligencia como cualidades cognitivas que posee el ser humano para razonar, pensar, planificar y aprender en base a nuevas experiencias o por conocimientos previos de manera clara para poder ejecutar una acción.

Según Martín (2007) la palabra inteligencia proviene del latín “*intelligentia-ae*” que significa comprender o conocer a través de la observación y del ámbito científico, esto surgió a finales del siglo XIX con la implementación de pruebas de inteligencia, dando paso a la aceptación y uso del término de inteligencia.

Por otra parte, Sternberg (1985) define a la inteligencia como una capacidad de adaptación en base a una idea del ambiente, siendo un conjunto de habilidades, competencias y actitudes que posee la persona para el afrontamiento de dificultades y llegar al éxito.

## **Tipos de inteligencia**

Mediante las investigaciones realizadas por Howard Gardner (1983) se demostró que existen diferentes tipos de inteligencias, a las que denominó “inteligencias múltiples” que cada individuo posee acorde al entorno en el que se desenvuelve a diario.

### **Inteligencias Múltiples**

Gardner (1983) argumenta que el ser humano posee diversidad de capacidades intelectuales; definiendo a la inteligencia como la capacidad de resolución de problemas o la creación de nuevos emprendimientos dentro de diversos ámbitos culturales. Para lo cual, Gardner planteo ocho tipos de inteligencias:

**Inteligencia lingüística;** Facilidad para dar discurso ya sea oral o a su vez sea escrito.

**Inteligencia musical;** Es la capacidad para realizar composiciones e interpretaciones de sonidos musicales por utilizando el oído por lo general este tipo de inteligencia poseen los músicos.

**Inteligencia corporal-kinésica;** Es la habilidad corporal desarrollada mediante los movimientos o expresiones del cuerpo se puede observar en actores.

**Inteligencia lógica-matemática;** Está relacionada con el razonamiento lógico y numérico que permite resolver problemas de índole numérico.

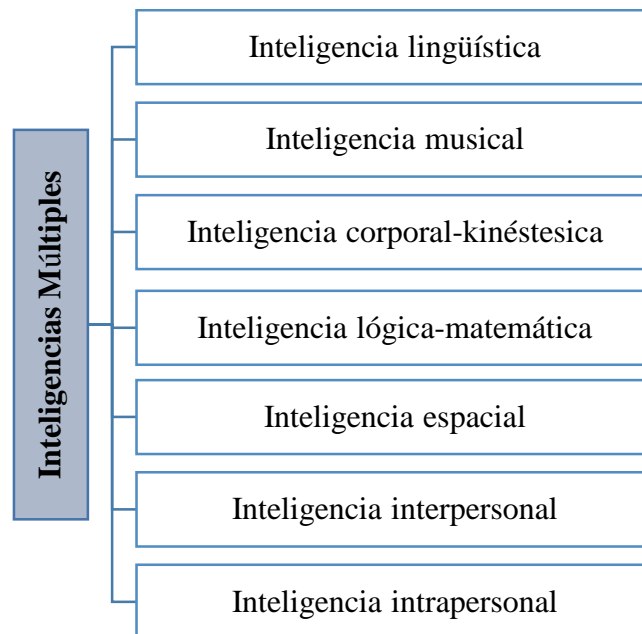
**Inteligencia espacial;** Comprende la percepción del espacio o de figuras en diferentes dimensiones se puede encontrar esta habilidad en arquitectos.

**Inteligencia interpersonal;** Es la capacidad para relacionarse fácilmente con las personas.

**Inteligencia intrapersonal;** La persona se autoanaliza sobre sus acciones, comportamientos llegando a una reflexión.

En diferentes culturas a nivel mundial, los talentos son conocidos como habilidades utilizadas para determinadas situaciones, permitiendo la adquisición de nuevos conocimientos, obteniendo como resultado, una diversidad de inteligencias que se puede combinar en cada persona.

**Ilustración 1** "*Inteligencias Múltiples según Howard Gardner*"



**Nota:** Adaptado de, Gardner H. Inteligencias Múltiples, 1983

**Elaborado por:** Cherrez M, 2021

## **Inteligencia emocional**

El término inteligencia emocional fue empleado por primera vez Salovey y Mayer (1990) describió como la capacidad mental que posee el ser humano para controlar las emociones y sentimientos frente a los demás, está compuesta por la capacidad de adaptación empática, resolución de problemas, habilidades sociales.

En 1990, Salovey y Mayer proponen que la expresión de las emociones, la comunicación verbal y no verbal y la regulación emocional ayudan a dirigir las habilidades de nuestro comportamiento y pensamiento frente a diversas situaciones.

Para el año de 1988, Bar-On muestra el primer instrumento para medir las emociones, en el que señala que la inteligencia está conformada por la parte cognitiva y emocional, y usó el término coeficiente emocional por primera vez.

En 1995, Goleman realizó el redescubrimiento de la inteligencia emocional definiéndola como un espacio de conocimiento en base a las experiencias vividas en la cotidianidad de los seres humanos. En la actualidad han puesto énfasis en los diferentes niveles de competencias como es el del autoconocimiento y a los progresos individuales y colectivos.

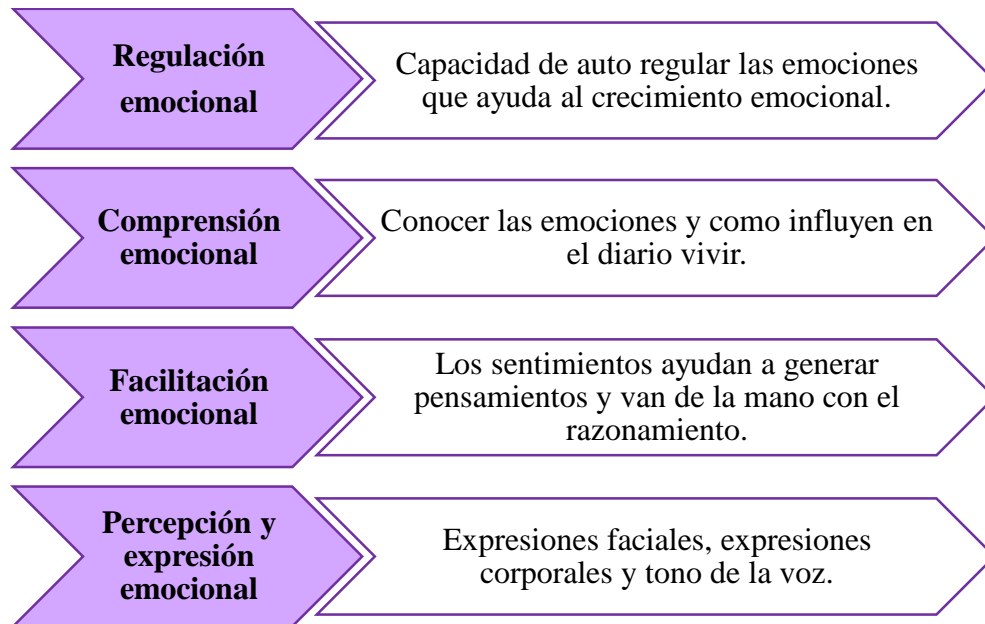


## Modelos de inteligencia emocional

### Modelo de inteligencia según Salovey y Mayer

Salovey y Mayer (1990) presentan el término inteligencia emocional mencionando que es un conjunto de procesos mentales en el que se evalúa la expresión, regulación de una emoción. De acuerdo a Mayer y Salovey (1997) reforman su teoría en la cual dan a conocer sobre las habilidades mentales y como se relaciona con lo emocional y cognitivo.

#### Ilustración 2 “Modelo de inteligencia de Salovey y Mayer”



**Nota:** Adaptado de, Salovey y Mayer. Modelo de inteligencia, 1997

**Elaborado por:** Cherrez M, 2021

## **Modelo de Daniel Goleman**

Goleman logró popularizar el término inteligencia emocional ya que manifestó que es parte de la vida cotidiana de la persona, en su libro “Working with Emotional Intelligence” se enfocó en la inteligencia emocional en el ámbito laboral. De esta manera a conocer los componentes de la inteligencia emocional. Sin embargo, se dieron varias actualizaciones a los componentes hasta el año de 1995:

- Las propias emociones; Autoconciencia, autoestima y autoconfianza.
  - Gestión de las emociones; Regulación y adaptación de las emociones.
  - Automotivación o motivación; Optimismo y compromiso
  - Reconocer las emociones de otras personas; Empatía con las personas que nos rodea.
  - Habilidades sociales; Comunicación, liderazgo y desempeño al trabajar en equipo.
- (Goleman , 1995)

## **Modelo social-emocional de Bar-On**

El modelo de inteligencia emocional y social presentado por Reuven Bar-On (2014) tiene una estructura que está formada por las destrezas sociales, emocionales y habilidades que permiten enfrentar las dificultades de manera controlada. Dentro de los componentes iniciales encontramos: habilidades intrapersonales, interpersonales, manejo del estrés, adaptabilidad y un estado anímico general, pero a diferencia de los modelos anteriores, esta teoría casi no ha sufrido modificaciones con el paso del tiempo. Se derivan de 15 factores, está dividida por capacidades básicas, que conectan con la percepción, el componente interpersonal y el manejo adecuado de estrés.

### **Modelo Unitario**

Spearman (1904 - 1923) describe que las correlaciones positivas son particularidades que cada persona posee acorde a su desarrollo. El coeficiente va desde cero o nula, la correlación negativa perfecta es menos 1 y la correlación positiva perfecta es más uno mediante asociaciones sensoriales llamado “g” ayuda a la elaboración del trabajo intelectual entre varios elementos. Existe la inteligencia relacional en la que existen bases biológicas y fisiológicas. (Spearman, 1904)

### **Modelo Bifactorial**

Spearman (1863-1945) realizó investigaciones sobre la inteligencia en la que mostró que estaba relacionado con el funcionamiento de los procesos básicos simples es decir con los sensoriales y perceptivos, mediante puntuaciones de los dos componentes “g” componente general y el componente específico “s”. Existen diferencias que se encuentran dentro del factor “g” que están relacionadas a tareas intelectuales, también se pueden encontrar diferencias en las aptitudes cualitativas: percepción de la experiencia, educación de relaciones e inferencia de elementos que están relacionados entre sí.

### **Modelo Dicotómico**

Horn y Cattell (1966) se basaron en una estructura dependiente de dos tipos de capacidades como la “inteligencia fluida” que está relacionada con las operaciones mentales abstractas, resolver problemas de índole numérico en razonamiento analógico, mientras que la “capacidad cristalizada” es en conexión con el conocimiento mecánico, verbal y no verbal y vocabularios, los dos tipos de inteligencia están relacionadas directamente alcanzando su desarrollo óptimo a los 16 años. (Horn y Cattell , 1966)

### **Modelo Jerárquico**

Vernon dió a conocer el diagrama de factores sobre la inteligencia: factor común (“g”), seguido del factor “v:ed” (verbal–educativo) y el factor “k:m” (espacial– mecánico) cada uno de los factores está relacionado con las habilidades individuales del ser humano.

En este modelo se menciona también a la inteligencia “a” al potencial biológico para adaptarse al entorno, la inteligencia “b” esta descrita como la conducta frente a una situación y finalmente la inteligencia “c” se basa en los reactivos de inteligencia que se aplica a la persona. (Vernon y Carroll ,1956)

### **Modelo Multifactorial**

El modelo propuesto por Turstone (1938) acerca las capacidades cognitivas por grupos que actuaban de manera independiente relacionados entre sí acorde a las necesidades del individuo; la comprensión verbal, fluidez verbal, numérica, memoria, razonamiento y percepción espacial también extendió la posibilidad de la existencia de los factores comunes y específicos.

### **Modelo Cognitivo propuesto por Mike Anderson**

Anderson (1992) amplió su investigación acerca de la inteligencia basándose en los procesos cognitivos básicos: existen diferencias entre los individuos es debido al desarrollo individual, así como también las capacidades cognitivas se van incrementando

acorde a la experiencia mientras que las destrezas cognitivas y mecanismos cognitivos son individuales.

- Las diferencias entre los individuos permanecen constantes en su desarrollo.
- Las capacidades cognitivas se incrementan con la edad.
- Los individuos ejecutan diferentes pruebas.
- Las destrezas cognitivas específicas determinan diferencias individuales.
- La existencia de mecanismos de procesamientos básicos.

### **Modelo de inteligencia propuesto por Burt**

Burt (1909) propuso los factores primarios que están estructurados en cuatro niveles: en el primer nivel superior se encuentra la inteligencia general, seguido del segundo nivel en que se encuentran los factores de grupo, mientras que en el tercer nivel los factores propios de cada rasgo de la persona y finalmente en el último nivel esta las fuentes de error.

En sentido inverso, en el nivel de bajo de complejidad está ubicado las capacidades sensoriales - motrices elementales, seguido de la percepción - coordinación de movimientos, acompañado de los hábitos y el uso de la memoria, el siguiente nivel es en base a las relaciones entre los distintos procesos, finalmente, se encuentra la capacidad integradora general que equivale al factor. ( Burt 1909)

## **Componentes de la inteligencia emocional**

### **Componentes de inteligencia emocional de Daniel Goleman**

Daniel Goleman (2010) existen cinco aptitudes emocionales que se dividen en dos grupos:

#### **- Aptitud personal**

**Autoconocimiento:** Abarca en la confianza que tiene la persona, la conciencia emocional y la autoevaluación.

**Autorregulación:** Confiabilidad, adaptabilidad, autodomínio, escrupulosidad e innovación.

**Motivación:** El afán de triunfar, optimismo y compromiso.

#### **- Aptitud social**

**Empatía:** Está compuesta por la comprensión hacia los demás con la iniciativa de ayudar. (Villamizar y Donoso 2013)

### **Componentes de inteligencia emocional de Bar-On**

**Autopercepción:** Formada por la autorrealización, autoconcepto y la autoconciencia emocional.

**Expresión de uno mismo:** Formada por expresión emocional, la asertividad e independencia. (Villamizar y Donoso, 2013)

## **Las emociones**

Antoni y Zentner (2015) menciona que la emoción es información íntima, respecto a lo que me está pasando en una determinada situación. La emoción indica el ahora del tantas veces mencionado «aquí y ahora» (el aquí es el cuerpo). Es un aviso primario sobre lo que tiene el individuo en relación al entorno en el que se desenvuelve o a su vez es la información que también recibimos internamente, desde nosotros mismos.

La persona puede experimentar emociones como la rabia, miedo, alegría o tristeza, sorpresa ya que nos permite reconocer que existen y se las puede diferenciar, así como también se puede interiorizar o exteriorizar. A través del contacto consigo mismo y con el otro, el ser humano que no es del todo autosuficiente ni tampoco del todo dependiente se va desarrollando en cuanto individuo. (Antoni y Zentner , 2015)

## **Crisis e Inteligencia emocional**

Hernández (2011) describe que las crisis que atraviesa el ser humano a lo largo de su vida son inesperadas por lo cual generan un desequilibrio en su salud mental sin embargo estas situaciones críticas son un elemento fundamental para el crecimiento personal dando la oportunidad de un abanico de aprendizajes que faciliten la superación de la persona.

El proceso del envejecimiento genera cambios importantes en la vida de la población adulto mayor trae consigo repercusiones significativas que generan un desequilibrio en la inteligencia emocional. Toda crisis es un período de cambio y cuestionamiento de la propia situación personal, precisamente porque la crisis altera de manera significativa una o varias áreas de nuestra realidad existencial. (Hernández Ramos, 2011)

## **Crisis en adultos mayores y la inteligencia emocional**

La Organización Mundial de la Salud (2015) da a conocer que la etapa del envejecimiento empieza a los 60 años puesto que existen cambios relevantes en el ámbito físico y mental presentando síntomas de diferentes enfermedades debido al deterioro del organismo.

Hernández (2011) menciona que la vida de las personas adultas mayores llega a sufrir diversas crisis como la del nido vacío, es decir ocurre cuando los hijos ya adultos abandonan el hogar independizándose y formando su propio hogar, al pasar el tiempo la persona llega a jubilarse se genera un impacto negativo ya que deja de cumplir su rol dentro de la sociedad laboral pero aun la persona puede desempeñarse de manera activa dentro del hogar. Sin embargo, al llegar puesto que se puede generar una dependencia y la disminución de la autonomía. En su mayoría los adultos mayores de 65 años viven en compañía de sus cónyuges o solos porque su pareja falleció, en varios casos son llevados a casas hogares y son olvidados por sus familiares.

Por lo general las mujeres adultas son más propensas a quedar viudas puesto ya que existe una sobre mortalidad masculina. Los problemas de salud son más evidentes al pasar los años en los adultos mayores puesto que pueden generar un desequilibrio en la salud física y mental por lo cual aumentan limitaciones y discapacidades dificultando su desenvolvimiento. (Hernández Ramos, 2011)



## **Beneficios de la inteligencia emocional**

Castillo (2020) propone beneficios que permiten cuidar y proteger la salud mental del individuo en especial de la inteligencia emocional que se encuentra implícita en el diario vivir:

- Ayuda a mejorar la autoestima y la confianza en sí mismo mediante la detección de los puntos fuertes y débiles de la persona.
- Permite mejorar la productividad y desarrollo personal en las actividades diarias.
- El correcto conocimiento de las emociones y cómo manejarlas permiten la protección y cuidado de la salud mental.
- La inteligencia emocional influye favorablemente en el desarrollo individual.
- Facilita al autocontrol emocional vinculándose con el desarrollo de habilidades.
- La correcta gestión emocional evita el desequilibrio emocional.

### **1.3.2. Bienestar Psicológico**

#### **Definición**

El bienestar psicológico se define como la evaluación que las personas hacen sobre sus vidas. Los factores asociados al bienestar tienden a cambiar en el curso de vida de los sujetos, puesto que existe la influencia de la trayectoria personal, familiar, profesional, laboral y social. (Victoria García-Viniegras y González Benítez, 2000)

Díaz (2001) mencionó que el bienestar es el resultado de la actividad sistémica de diversos elementos, como los subsistemas sociodemográficos, económicos y demás, también el micro medio, que comprende subsistemas tales como la familia, la institución escolar,

laboral, de salud, de recreación, de cultura, los grupos de referencia y el individual, que regula a través de la personalidad, las influencias de la biología y los sistemas antes mencionados.

De la misma manera para Rogers (1985), argumenta que el ser humano es autorregulable, con una tendencia por naturaleza, creativo y social. Según esta teoría, este tiende a la realización personal de forma natural. El desarrollo personal se relaciona con la congruencia y la reestructuración de valores impuestos por los otros, al adaptarlos a las propias necesidades del sujeto, y buscar con esto el bienestar psicológico. Cuando la persona logra superar los valores impuestos y se mueve hacia su propia naturaleza, entonces consigue un yo auténtico.

Para Beck et al., (2005), el desarrollo personal se da cuando se adquiere la capacidad de hacer frente a las exigencias de la vida cotidiana, cuando la persona es capaz de investigar en sus pensamientos, al poder reflexionar acerca de los mismos, identificar sus creencias irracionales, y modificar aquellas que lo llevan a tener sentimientos inadecuados, que a su vez provocan que tenga reacciones erróneas en sus relaciones con los otros y el entorno. En el desarrollo personal, el bienestar psicológico permite mejorar la aceptación, respeto y afecto hacia sí mismo como hacia los demás.

Ryff (1989) menciona que algo importante para entender el concepto de bienestar es que existe una relación entre lo social y lo psicológico, donde cada uno de estos aspectos es influenciado por el otro. Por tal motivo, los niveles de satisfacción dependen de las condiciones tanto internas como externas, mediante la constitución de las tres variables: los estados emocionales, tanto positivos como negativos, el componente cognitivo y las relaciones vinculares.

## **Modelos de Bienestar psicológico**

### **Modelo de Ryff**

El modelo de bienestar de Ryff (1989) se puede considerar como precursor de modelos actuales de la Psicología Positiva. En este modelo las dimensiones no son predictores de bienestar, sino que cada dimensión es un índice de bienestar. Por ello, en este modelo se señalan las consecuencias de mantener niveles óptimos o deficitarios en cada uno de ellos.

Cuando se habla de bienestar psicológico se hace referencia a un constructo amplio en el que se incluyen diferentes dimensiones, tales como las sociales, las personales y las psicológicas, además de comportamientos asociados a la salud en general que conducen a las personas a funcionar de manera positiva que está relacionados con el afrontamiento de las situaciones cotidianas en el que se va adquiriendo aprendizajes en base a los retos se encuentra un sentido de la vida. (Ryff, 1989))

El modelo de bienestar de Ryff (1989) mediante este modelo facilita la búsqueda del significado de la vida, así como una dirección que les permite alcanzar si estabilidad psicológica por medio del uso de sus habilidades y se conforma por seis dimensiones:

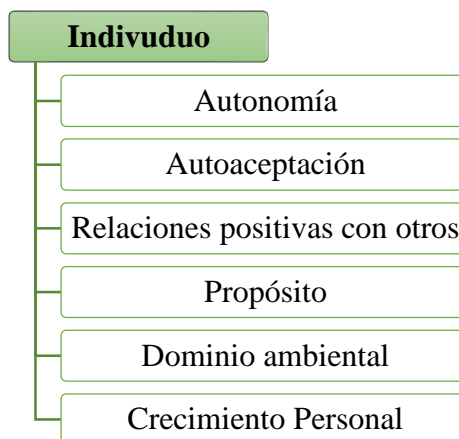
- 1. Autoaceptación:** Es la actitud positiva hacia sí mismo, aceptando los diferentes aspectos de su personalidad, incluidos los negativos y situaciones del pasado.
- 2. Relaciones positivas:** Relaciones sociales de calidad, la soledad y el aislamiento social pueden causar enfermedades que afectan la salud física y mental de la persona.
- 3. Propósito en la vida:** Es importante que las personas posean objetivos y metas que le causen satisfacción y bienestar.

4. **Crecimiento personal:** Las habilidades y talentos que permiten a la persona potenciar su crecimiento individual y social.
5. **Autonomía:** La persona puede elegir por sí mismo, tomar sus propias decisiones sin esperar la opinión de terceras personas.
6. **Dominio del entorno:** El manejo adecuado de las exigencias del entorno social para cubrir las necesidades. (Ryff, 1989)

### Modelo Multidimensional

El modelo multidimensional propuesto por Ryff y Keyes (1995) incluye componentes relacionados con el desarrollo humano: autonomía, auto aceptación, relaciones positivas con otros, dominio ambiental, propósito en la vida y crecimiento personal. En este modelo, el bienestar psicológico se desarrolla a través del ciclo de vida, se conceptualiza como una meta en ese proceso de desarrollo dirigida a la perfección que representa el desarrollo del potencial verdadero de cada individuo.

**Ilustración 3** “Modelo Multidimensional de Ryff y Keyes”



**Nota:** Adaptado de, Ryff y Keyes. Modelo Multidimensional, 1995

**Elaborado por:** Cherrez M, 2021

## **Modelo Perma**

Castro (2019), da a conocer acerca del modelo Perma se trata de una descripción de lo que las personas eligen libremente para incrementar su bienestar. Este modelo recoge las bases y los indicadores del bienestar, para conseguir sentirse bien, estar positivos y mantener esa actitud y sensación el mayor tiempo posible del día a día y de la vida.

**R:** “Relationships”. Relaciones positivas. Bajo nuestra innegable condición de seres sociales resulta obvio afirmar que este factor resulte indispensable para la consecución de nuestro bienestar.

**M:** “Meaning and purpose”. Propósito y significado. Este factor se refiere a la búsqueda de la pertenencia a algo más grande que uno mismo.

**A:** “Accomplishment”. Éxito y sentido del logro. Implica establecer metas, las cuales, una vez alcanzadas servirán para sentirnos competentes fomentando nuestra propia autonomía. (Castro, 2019)

## **Teorías de Bienestar Psicológico**

### **Teorías universalistas**

Diener y Larsen (1991) le llamaron la teoría télica, y proponen que la satisfacción se alcanza con el logro de ciertos objetivos o cuando se han satisfecho ciertas necesidades básicas. Dado que las necesidades están moderadas por el aprendizaje, el ciclo vital y los factores emocionales, solo para nombrar algunos, el logro del bienestar resultará de alcanzar diferentes objetivos, para diferentes personas, en diferentes etapas de la vida.

Solano (2009) postuló tres necesidades básicas universales: autonomía, competencia y relaciones se va satisfaciendo acorde a las necesidades. La idea básica del modelo es que la satisfacción de necesidades más intrínsecas y trae aparejado un mayor bienestar psicológico.

### **Teorías de la adaptación**

Ante el impacto de eventos altamente estresantes las personas simplemente se adaptan y vuelven a su nivel de bienestar previo –set point–. Brickman, Coates y Janoff-Bulman (1978) evaluaron un grupo de personas que habían ganado importantes sumas de dinero en la lotería; al poco tiempo del suceso, este grupo experimentó un aumento en su nivel de bienestar, pero algo más tarde, el nivel de bienestar volvió a su línea de base. En otro estudio, Allman (1990) verificó que personas confinadas a vivir en sillas de ruedas, contrariamente a lo que podría suponerse, no registraban un menor nivel de satisfacción comparadas con su grupo control.

La idea de que las personas son relativamente estables en su bienestar y que éste no es demasiado sensible a las circunstancias cambiantes del entorno como las desfavorables que permiten el desarrollo de sus potenciales. De igual manera el bienestar es percibido como el desenvolvimiento individual de la persona frente a problemas severos mediante la experiencia. (Diener et al., 2006).

## **Teorías de las discrepancias**

El bienestar se explica por la comparación que hacen las personas entre sus estándares personales y el nivel de condiciones actuales, es decir que, si los estándares son inferiores en relación a los logros se obtiene como resultados una óptima satisfacción. Taylor et al., (1983) menciona que el 90% de las investigaciones muestran un resultado positivo al comparar la hipótesis propuesta. Las comparaciones sociales en sí mismas no constituyen una plena satisfacción, sin embargo, los seres humanos eligen de manera selectiva con quien compararse.

Se puede decir que las personas con aspiraciones altas que lamentablemente han tenido pocos logros su nivel de bienestar psicológico ha sido estable, puesto que siguen enfocados en sus objetivos y metas a futuro. Mientras que las personas que poseen un óptimo bienestar tienen en claro cuales sus motivaciones y necesidades. Se debe tomar en cuenta que la comparación entre personas causa un efecto en sus emociones que puede desencadenar en un desequilibrio a nivel de su salud mental. (Solano, 2009)

## **Factores positivos para el bienestar psicológico**

Cabero (2016) propuso los factores que influyen de manera positiva en el bienestar psicológico;

**Identidad positiva:** Conjunto de rasgos que definen al individuo, con los cuales se reconocen así mismo frente a su comunidad, se debe conocer las propias actitudes, respuestas a las circunstancias y reacciones con el objeto de ampliar los rasgos que definen al individuo, el sujeto estar en un continuo proceso de construcción. (Cabero, 2016)

**Vida positiva:** Las personas que presentan una adecuada capacidad para vivir la vida con felicidad, intervenir en aquellos aspectos que son de interés e importancia, proporciona sentido a la vida del individuo mejorando la misma. Dentro de este aspecto Cabero (2016) se encuentran los activadores del bienestar, siendo los siguientes:

- **El estar presente o mindfulness**

Cabero (2016) menciona que es la capacidad de estar presente en el ahora y el aquí, despertar del piloto automático en el que se encuentra el individuo con el objetivo de ser sensibles, conscientes y observadores de la vida interior y de las experiencias vivida. La sensibilidad y la conciencia personal permite conocerse, comprenderse, hacerse más previsible y tomar mejores decisiones.

- **La vida con emociones positivas**

La positividad se trata de cultivar y hacer crecer las emociones positivas, las cuales son agradables, favorables, compatibles con los propios hitos, y que generan positividad en la vida del individuo. Las emociones positivas tienen efectos neurofisiológicos, potencian el sistema inmunológico y la salud; tienen efectos en la cognición; en las relaciones con uno mismo y sociales, así como en el afrontamiento de las adversidades, la fortaleza psicológica y la resiliencia. (Cabero, 2016)



### - **La vida con implicación**

El reto de vivir la vida con implicación es elegir de la vida aquello que importa y hacerlo, y en tanto sea posible dejar y renunciar a las obligaciones que no son imprescindibles y que no tienen repercusión a medio y largo plazo. Las personas que eligen en qué implicarse o que viven con implicación lo que sea sin haberlo elegido perciben un nivel superior de satisfacción, orgullo y felicidad. (Cabero, 2016)

### - **La vida con sentido**

Cabero (2016) describe que el sentido de la vida dota de significado a lo que se experimenta y proporciona fortaleza para resistir y seguir con empeño en la construcción de lo que se busca, lograr un proyecto de vida que incluya valores, necesidades, ilusiones y prioridades es una manera de dotar a la vida de sentido.

Un proyecto de vida es un conjunto de objetivos de futuro que se fija la persona y las estrategias concretas que va adoptando para su consecución, dicho proyecto se construye con el tiempo, fruto de un proceso íntimo e intransferible de cuestionamiento, de autoconocimiento, de elecciones y decisiones, y revisiones periódicas que lo cambian o lo matizan. Tener un proyecto de vida requiere creer que se puede conseguir, que el individuo es merecedor de conseguirlo y que el tiempo de vida puede ser utilizado para hacerlo posible, el sentido de la vida y el proyecto de vida dan direccionalidad a las personas, motivación y resiliencia. (Cabero, 2016)

## **Factores negativos para el bienestar psicológico**

Cabero (2016) de igual manera dio a conocer los factores negativos influentes en el bienestar psicológico;

### **Perfeccionismo**

Cabero (2016) describe que la persona perfeccionista busca que su vida sea perfecta y cuando no es así: la persona siente decepción, frustración y hasta fracaso que le causa miedo de lograr lo imaginado o el éxito. La persona perfeccionista rechaza las emociones negativas ya que tiene la idea de una vida llena de éxitos y perfecta. Al no aceptarlas dificulta su estilo de vida, no acepta las críticas por ende posee una actitud defensiva y pierde la oportunidad de adquirir nuevos conocimientos que le permitan mejorar su desempeño individual.

### **Pesimismo**

Esta actitud puede ocasionar el aumento de enfermedades biológicas puesto que el sistema inmunológico se encuentra bajo, sin embargo, la persona se puede considerar inútil para afrontar situaciones de conflicto generando pesimismo dentro del ámbito emocional y busca estar rodeado de personas optimistas para poder generar un mejor rendimiento dentro de su vida cotidiana aumentando. (Cabero, 2016)

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

- Analizar la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico de los adultos mayores.

Para el cumplimiento del objetivo general se llevó a cabo la aplicación de los instrumentos psicológicos, “Escala de Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer” (TMMS-24), y de la “Escala de Bienestar Psicológico de Ryff” (BIEPS) a 100 participantes de edades entre 65 y 90 años pertenecientes del sector rural de Quisapincha, el análisis de los datos recolectados fue procesado en el programa estadístico (SPSS), mediante la prueba de Pearson se demostró que las dimensiones de atención, claridad y reparación emocional presentan una correlación estadísticamente significativa en el nivel 0.01 (bilateral) con el bienestar psicológico.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Identificar las dimensiones de inteligencia emocional mediante la aplicación del test psicológico en los adultos mayores.

Para el desarrollo de este objetivo se aplicó el test psicológico escala de “Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer” (TMMS-24), el mismo que permitió valorar las diferentes dimensiones de inteligencia emocional (atención emocional, claridad emocional y reparación emocional); mediante el programa estadístico SPSS se evidenció que la dimensión de reparación emocional posee un puntaje mayor en los adultos mayores.

- Detectar los niveles de bienestar psicológico que presentan los adultos mayores mediante la administración del reactivo psicológico.

Con la finalidad de cumplir el presente objetivo se utilizó la escala de bienestar psicológico (BIEPS) propuesto por Ryff, que consta de preguntas en escala Likert, en la que se pudo identificar que el nivel de bienestar psicológico es medio en los adultos mayores.

- Comparar las dimensiones de inteligencia emocional entre adultos mayores hombres y mujeres.

Para el cumplimiento de este objetivo, se contrastó las dimensiones de inteligencia emocional (atención emocional, claridad emocional y reparación emocional) tanto en el grupo de hombres como en el de mujeres, permitiendo cotejar estas dimensiones según el sexo de los participantes.

## **CAPITULO II**

### **METODOLOGÍA**

#### **2.1. Materiales**

##### **2.1.1 Descripción de los materiales**

#### **Reactivo para evaluar Inteligencia Emocional**

**Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24).** Es una escala desarrollada con el objetivo de evaluar el metaconocimiento presente en los estados emocionales.

Esta escala contiene tres dimensiones claves de la Inteligencia Emocional, las cuales son: a) Percepción emocional, b) Comprensión de sentimientos y c) Regulación emocional, cada una cuenta con 8 ítems para su valoración.

López et. al., (2012) verificaron la consistencia de la escala a través de  $\alpha$  de Cronbach encontrando en la dimensión de Percepción emocional un valor alfa de 0.90, en Comprensión emocional 0.90 y para Regulación Emocional 0.86. Adicionalmente a esto cada subescala presentan una confiabilidad test-retest adecuada siendo en Percepción emocional 0.60; Comprensión emocional 0.70 y Regulación Emocional 0.83. proporcionando una adecuada valoración de lo que es inteligencia emocional y permitiendo su análisis acorde a los objetivos planteados en el estudio a desarrollarse.

**Tabla 1** "Escala de Inteligencia Emocional"

<b>Nombre del Test</b>	Trait Meta-Mood Scale
<b>Traducción al español</b>	TMMS -24 Salovey y Mayer
<b>Autor original</b>	Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai
<b>Año de publicación</b>	1995
<b>Autor de adaptación</b>	Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N.
<b>Año de publicación de la Adaptación</b>	2004
<b>Aplicación</b>	Individual - colectiva
<b>Ámbito de aplicación</b>	Adolescentes – Adultos – Adultos Mayores
<b>Duración</b>	20 minutos
<b>Material</b>	El formulario consta de 24 ítems con escala tipo Likert
<b>Finalidad</b>	Medir la Inteligencia emocional mediante las dimensiones de atención emocional, claridad emocional y reparación emocional.
<b>Baremación</b>	Centiles según el sexo y la edad
<b>Alfa de Cronbach</b>	Percepción emocional 0.90 Comprensión emocional 0.90 Regulación Emocional 0.86
<b>Confiabilidad test-retest</b>	Percepción emocional 0.60 Comprensión emocional 0.70 Regulación Emocional 0.83

**Nota:** Adaptado de Luis Guillén Ramírez, Escala de Inteligencia Emocional (TMMS-24), 2018.

**Elaborado por:** Cherrez, M 2021

**Tabla 2** "Puntuaciones de calificación según el sexo"

	<b>Puntuaciones Hombres</b>	<b>Puntuaciones Mujeres</b>
<b>Atención Emocional</b>	Debe mejorar menor a 21	Debe mejorar menor a 23
	Adecuada 22 a 32	Adecuada 24 a 34
	Excelente mayor a 33	Excelente mayor a 35
<b>Claridad Emocional</b>	Debe mejorar menor a 25	Debe mejorar menor a 23
	Adecuada 26 a 35	Adecuada 24 a 34
	Excelente mayor a 36	Excelente mayor 35
<b>Reparación Emocional</b>	Debe mejorar menor a 23	Debe mejorar menor a 23
	Adecuada 24 a 35	Adecuada 24 a 34
	Excelente mayor a 36	Excelente mayor a 35

**Nota:** Adaptado de Luis Guillén Ramírez, Puntuaciones de calificaciones según el sexo, 2018

**Elaborado por:** Cherrez, M 2021

### **Reactivo para evaluar Bienestar psicológico**

**Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS).** Esta escala fue desarrollada a base de las 6 dimensiones: Auto aceptación, relaciones positivas autonomía, dominio del entorno propósito en la vida, y crecimiento personal propuestas por Ryff (1989), se encuentra conformada por 13 ítems con tres opciones de respuesta, la presente escala presento una validez convergente y concurrente, todas las correlaciones encontradas fueron del 0.01. La confiabilidad total de la escala es aceptable alcanzando valores del 0.74. (Ramírez Hurtado, 2018)

**Tabla 3** "*Escala de Bienestar Psicológico*"

<b>Nombre del test</b>	Escala de bienestar psicológico (BIEPS)
<b>Autor original</b>	Carol Ryff
<b>Año de publicación</b>	1989
<b>Autor de adaptación</b>	Casullo y Castro
<b>Año de publicación de la adaptación</b>	2000
<b>Tipo de aplicación</b>	Auto administrada, entrevista y colectiva
<b>Ámbito de aplicación</b>	Adolescentes – Adultos – Adultos mayores
<b>Duración</b>	20 minutos
<b>Material</b>	La formulación consta de 13 preguntas divididas en cuatro dimensiones con escala tipo Likert
<b>Finalidad</b>	Medir los niveles de bienestar psicológico en base a las dimensiones
<b>Baremación</b>	El método de percentiles de 0 a 99, el nivel bajo es de 0 a 34, el nivel medio va de 35 a 74 y desde 75 a 100 nivel alto.
<b>Confiabilidad</b>	0.74
<b>Alfa de Cronbach</b>	0.70

**Nota:** Adaptado de Omar Ramírez Hurtado, Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS), 2018.

**Elaborado por:** Cherrez, M 2021



## **2.2. Método**

### **Tipo de investigación**

El presente estudio tuvo un enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo, correlacional y de corte transversal.

El desarrollo de la investigación con enfoque cuantitativo es debido a que se realizó la aplicación de reactivos psicológicos que permiten la obtención de valores numéricos que con los cuales se efectuó el análisis estadístico, con el fin de obtener evidencia acerca de las dimensiones de inteligencia emocional y los niveles de bienestar presentes en los participantes.

Es de tipo descriptivo debido a que se puede acceder a la obtención de información de manera detallada acerca de las variables de estudio; Inteligencia emocional y bienestar psicológico, evaluando las diferentes dimensiones de la problemática propuesta, dando a conocer de manera amplia los resultados obtenidos y contrastándolos con la situación en la que se desenvuelve el adulto mayor.

De igual manera es de tipo correlacional debido a que permite verificar por medio de la prueba estadística la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico para determinar las dimensiones de cada una de ellas, es de corte transversal puesto que la aplicación de los test se dio en un período definido y no se realizará nuevas aplicaciones ni existirán nuevas comprobaciones de resultados, finalmente es de tipo bibliográfico ya que se utilizó información relevante y variada acorde al tema de investigación.

## 2.3. Matriz de operacionalización de variables

### 2.3.1. Variable dependiente: Inteligencia Emocional

**Tabla 4** "Variable dependiente: Inteligencia Emocional"

Variable	Concepto	Dimensión	Instrumento psicológico
Inteligencia Emocional	Mayer y Salovey (1997) La inteligencia emocional es una habilidad propia del ser humano para expresar sus pensamientos por medio de sus emociones de tal manera se pueda dar paso al crecimiento intelectual y emocional.	<p><b>El reactivo psicológico mide las dimensiones de inteligencia emocional:</b></p> <p>Atención emocional (ítems desde el 1 al 8)</p> <p>Claridad emocional (ítems desde el 9 al 16)</p> <p>Reparación emocional (ítems desde el 17 al 24)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rango "Debe mejorar"</li> <li>- Rango "Adecuado"</li> <li>- Rango "Excelente"</li> </ul>	<p><b>Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24).</b></p> <p><b>Alfa de Cronbach</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Atención emocional 0.90</li> <li>- Claridad emocional 0.90</li> <li>- Reparación Emocional 0.86</li> </ul>

Elaborado por: Cherrez, M 2021

### 2.3.2. Variable independiente: Bienestar Psicológico

**Tabla 5** "*Variable independiente: Bienestar Psicológico*"

<b>Variable</b>	<b>Concepto</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Instrumento psicológico</b>
Bienestar psicológico	Ryff y Keyes (1995), Definen al bienestar psicológico como el esfuerzo que realiza la persona frente a una situación adversa en la que debe cubrir sus necesidades por medio de la potencialización de las habilidades dándole un significado a su objetivo de vida.	<p><b>El reactivo psicológico mide los niveles de bienestar psicológico:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alto</li> <li>- Medio</li> <li>- Bajo</li> </ul>	<p><b>Escala de Bienestar Psicológico en adultos BIESP</b></p> <p><b>Alfa de Cronbach</b> 0.70</p>

**Elaborado por:** Cherrez, M 2021

## **Selección del área o ámbito de estudio**

- Tungurahua
- Ambato
- Parroquia de Quisapincha
- Asociación del Adulto Mayor San Antonio de Quisapincha.

## **Población**

El presente estudio contó con la participación de 100 adultos mayores, grupo conformado por hombres y mujeres pertenecientes a la Asociación de adultos mayores de la parroquia Quisapincha, se seleccionó intencionalmente a través de los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

### **Criterios de Inclusión**

- Adultos mayores entre 65 – 90 años
- Adultos mayores residentes de la parroquia de Quisapincha
- Adultos mayores sin enfermedad crónica

### **Criterios de Exclusión**

- Adultos mayores diagnosticados con algún tipo de enfermedad catastrófica.
- Adultos mayores no pertenecientes a la asociación.
- Adultos menores de 65 años y mayores a 90 años.

## **Pregunta de investigación**

¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico de los adultos mayores?

## **Hipótesis**

- La inteligencia emocional se relaciona con el bienestar psicológico de los adultos mayores.
- La inteligencia emocional no se relaciona con el bienestar psicológico de los adultos mayores.

## **Descripción y procedimiento para la recolección de información**

- Elaboración de oficios dirigidos al presidente de la asociación del adulto mayor “San Antonio de Quisapincha”
- Aprobación del oficio y correspondiente autorización para la ejecución de la investigación por parte del presidente de la asociación del adulto mayor “San Antonio de Quisapincha”
- Socialización de los objetivos, métodos y finalidad de la investigación a los participantes.
- Socialización del consentimiento informado y los reactivos psicológicos a la población parte del estudio.
- Aplicación de reactivos psicológicos calificación de los test aplicados y tabulación de resultados.

- Análisis e interpretación de los datos obtenidos con el paquete estadístico para las ciencias sociales (SPSS) versión N.- 23

### **Aspectos Éticos**

Para el presente estudio se tomó en cuenta el Reglamento del Comité de Bioética para investigación con seres humanos, de la Facultad Ciencias de Salud de la Universidad Técnica de Ambato (2016), que sirve para regular y cotejar el cumplimiento de los derechos humanos, en el que se da a conocer la responsabilidad al momento de trabajar con personas de la comunidad, en los artículos N.- 3, 4 y 5 que son: el principio de justicia vela el cumplimiento de las leyes mientras que el principio de beneficencia de la población que va de la mano con el principio de no maleficencia, el principio de autonomía cuida la integridad de la población den estudio, así como también protege la privacidad.

## CAPITULO III

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

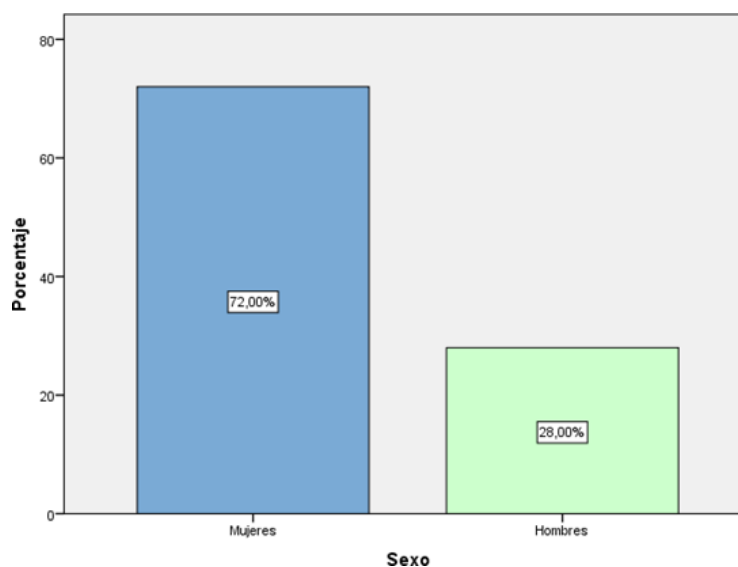
#### 3.1. Análisis y discusión de resultados

**Tabla 6** “Población total de acuerdo al sexo de los participantes”

		Sexo			
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado	
Valido	Mujeres	72	72.0	72.0	72.0
	Hombres	28	28.0	28.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

**Nota:** Datos obtenidos a través de los test aplicados a adultos mayores (2021).

**Figura 1** “Población total de acuerdo al sexo de los participantes”



## **Análisis**

En el presente estudio la población con la que se trabajó fue de un total de 100 adultos mayores, siendo este el 100 %, de los cuales fueron 28 hombres y 72 mujeres.

## **Discusión**

En la investigación la mayor parte de la población fueron mujeres.



## ESTADÍSTICOS DESCRIPTIVOS VARIABLES

**Tabla 7** “*Correlación Dimensiones de Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico*”

		<b>Correlaciones</b>			
		<b>Atención Emocional</b>	<b>Claridad Emocional</b>	<b>Reparación Emocional</b>	<b>Bienestar Psicológico</b>
<b>Atención Emocional</b>	Correlación de Pearson	1	,895**	,867**	,461**
	Sig. (bilateral)		,000	,000	,000
	N	100	100	100	100
<b>Claridad Emocional</b>	Correlación de Pearson	,895**	1	,915**	,442**
	Sig. (bilateral)	,000		,000	,000
	N	100	100	100	100
<b>Reparación Emocional</b>	Correlación de Pearson	,867**	,915**	1	,469**
	Sig. (bilateral)	,000	,000		,000
	N	100	100	100	100
<b>Bienestar Psicológico</b>	Correlación de Pearson	,461**	,442**	,469**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	
	N	100	100	100	100

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

**Nota:** Datos obtenidos a través de los test aplicados a adultos mayores.

## **Análisis**

Posteriormente al análisis de los datos obtenidos se puede observar que cada dimensión de inteligencia emocional presenta valores altos de correlación con la variable de bienestar psicológico; siendo para atención .461, este resultado arrojó la existencia de una correlación estadísticamente significativa identificándose que esta dimensión guarda relación con el bienestar psicológico.

Para la dimensión de claridad emocional se obtuvo una puntuación de .442 observándose una correlación estadísticamente significativa, de igual manera con respecto a reparación donde se obtuvo un valor de .469 se identifica una alta correlación por lo cual se determina que las dimensiones de inteligencia emocional están estrechamente relacionadas con el bienestar psicológico de los adultos mayores participantes de este estudio.

Mediante la aplicación de la prueba de Pearson se busca identificar la correlación existente entre las dimensiones de la variable de Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico, obteniéndose así un valor para cada dimensión, los hallazgos demuestran que las dos variables presentaron una correlación estadísticamente significativa en el nivel 0.01 (bilateral), aceptándose de esta manera la hipótesis propuesta.

## **Discusión**

Los resultados obtenidos indican que la Inteligencia Emocional está estrechamente relacionada con el Bienestar Psicológico de la población de adultos mayores participantes del estudio, ya que se obtuvo una correlación estadísticamente significativa en un nivel de

0.01 bilateral, comprobándose y aceptándose la hipótesis propuesta. Estos resultados presentaron similitud a los obtenidos por Paredes et al., (2018) en su investigación donde participaron adultos mayores de la Asociación de Jubilados del Distrito de Tuman en Perú, tanto hombres como mujeres, en el cual se evidencia la correlación entre las dimensiones de inteligencia emocional con el bienestar psicológico de la población.

Paredes et al., (2018) indica que en la dimensión de atención emocional se presentó una correlación positiva entre dicha dimensión y el bienestar psicológico, de igual forma en claridad emocional se identificó que el adulto mayor comprende sus emociones mejorando así sus niveles de bienestar, finalmente se mostró que la dimensión de reparación emocional tiene relación con el bienestar psicológico.

La correlación obtenida indica que la inteligencia emocional va de la mano con el bienestar psicológico del adulto mayor, ya que le proporciona la capacidad de atender sus emociones, comprenderlas proporcionando el significado y relevancia que amerita cada dimensión así como también la compensación de aquellas emociones negativas o en ciertos puntos exacerbadas que se presentan según las situaciones que experimenta, la experiencia juega un papel fundamental debido a que contribuye a su madurez en el aspecto emocional, estos aspectos de control influyen en mantener una apropiada percepción de su bienestar psicológico, lo mismo que aporta a una adecuada calidad de vida. (Paredes et. al,2018)

### **Inteligencia emocional**

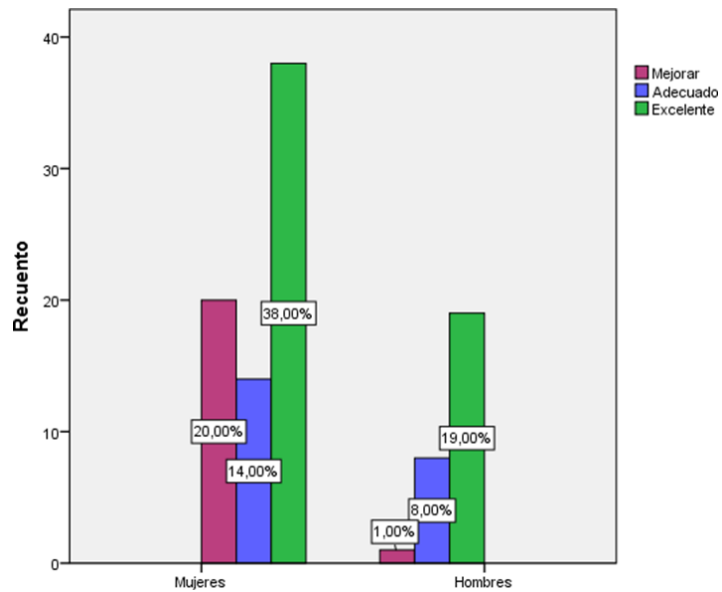
Los resultados obtenidos mediante el test de inteligencia emocional TMMS-24 son analizados según cada dimensión que evalúa el instrumento, siendo las siguientes:

**Tabla 8** “Dimensión Atención Emocional”

<b>Dimensión Atención Emocional</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Mejorar	1	1,0	1,0	1,0
	Hombres	Adecuado	8	8,0	9,0
		Excelente	19	19,0	28,0
	Mujeres	Mejorar	20	20,0	48,0
		Adecuado	14	14,0	62,0
		Excelente	38	38,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

**Nota:** Datos obtenidos a través de la escala de inteligencia emocional TMMS-24 a adultos mayores.

**Figura 2** “Dimensión Atención Emocional”



## Análisis

En la dimensión de atención emocional con respecto a los hombres el 1% debe mejorar, el 8 % se encuentra en un rango adecuado y el 19% excelente, en relación a las mujeres el 20% debe mejorar, el 14% es adecuado y el 38% un rango excelente.

## Discusión

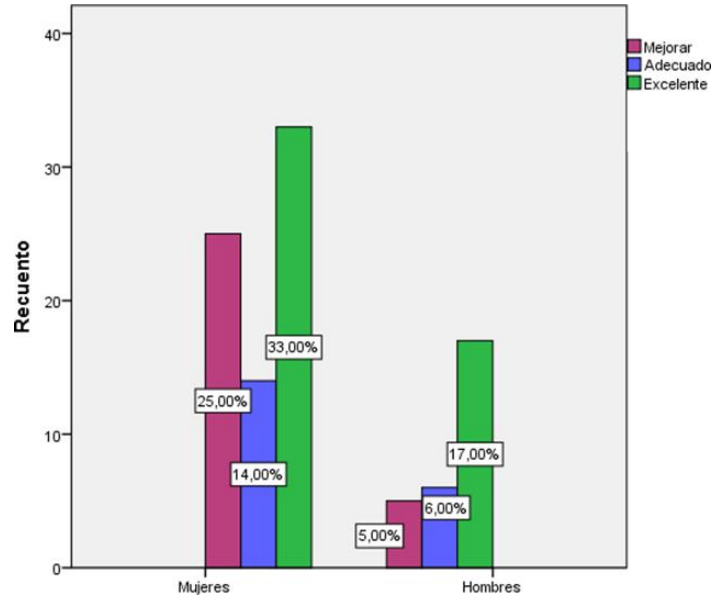
Los resultados obtenidos de la dimensión de atención emocional se evidenció un porcentaje menor en hombres, quienes se encuentran en el rango excelente, sin embargo, se evidencia una proporción superior en mujeres en relación a la estadística anterior, dando a conocer que las mujeres priorizan y vigilan más sus emociones a diferencia de lo hombres que se cohiben y no brindan la atención necesaria a su estado emocional.

**Tabla 9** "Dimensión Claridad Emocional"

<b>Dimensión Claridad Emocional</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Mejorar	5	5,0	5,0	5,0
	Hombres	Adecuado	6	6,0	11,0
		Excelente	17	17,0	28,0
		Mejorar	25	25,0	53,0
	Mujeres	Adecuado	14	14,0	67,0
		Excelente	33	33,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

**Nota:** Datos obtenidos a través de la escala de inteligencia emocional TMMS-24 a adultos mayores.

**Figura 3** "Dimensión Claridad Emocional"



### **Análisis**

En la dimensión de claridad emocional del 100% de la población, en el grupo de hombres el 5% debe mejorar, el 6 % está en un rango adecuado y el 17 % excelente, el grupo de mujeres el 25% debe mejorar, el 14% es adecuado y el 33% tienen una excelente claridad emocional.

### **Discusión**

Los resultados analizados de la dimensión de claridad emocional se encuentran que 33 mujeres en el rango excelente es decir tienen conocimiento de cuáles son sus emociones y como estas influyen en la vida, sin embargo, existe 25% de este mismo grupo que debe trabajar por conocer y mejorar sus emociones.

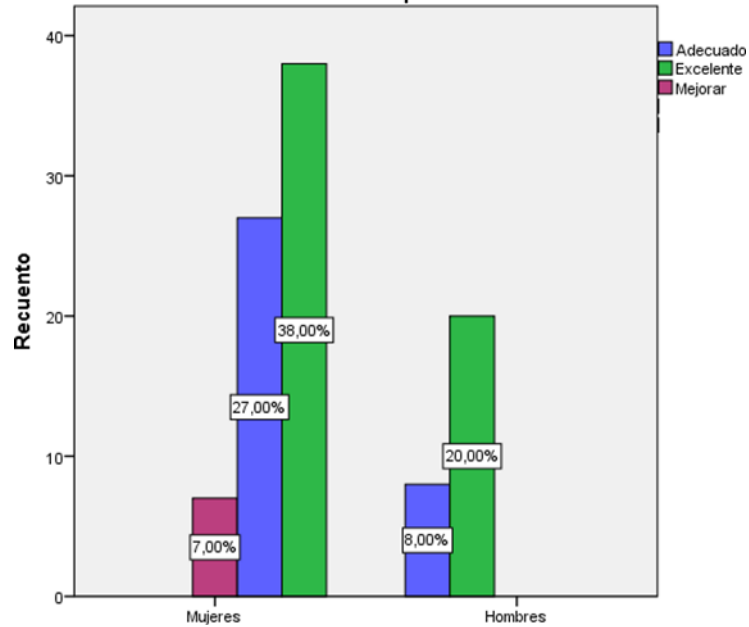
De igual manera se evidencia en los resultados de los hombres que el 17 % posee una excelente claridad emocional, pero 6 % de esta población se encuentra en el rango adecuado, y seguido de un mínimo de 5 % en el rango de deben mejorar, dando un total del 11 % de la población aún tiene falencias en el desconocimiento de sus propias emociones.

**Tabla 10** "*Dimensión Reparación Emocional*"

<b>Dimensión Reparación Emocional</b>					
Válido		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Hombres	Adecuado	8	8,0	8,0	8,0
	Excelente	20	20,0	20,0	28,0
	Mejorar	7	7,0	7,0	35,0
Mujeres	Adecuado	27	27,0	27,0	62,0
	Excelente	38	38,0	38,0	100,0
Total		100	100,0	100,0	

**Nota:** Datos obtenidos a través de la escala de inteligencia emocional TMMS-24 a adultos mayores.

*Figura 4 "Dimensión Reparación Emocional"*



### **Análisis**

En la dimensión de reparación emocional, en el grupo de hombres no se encontró ningún caso de mejora representando el 0%, el 8% es adecuado, y el 20% excelente, con respecto a mujeres el 7% debe mejorar, el 27% es adecuado y el 38% evidencia un rango excelente.

### **Discusión**

Posteriormente al análisis de los resultados obtenidos se puede identificar que la mayor parte de la población se encuentra en niveles excelentes y adecuados de inteligencia emocional, con respecto a la dimensión de atención en el apartado excelente el grupo de mujeres (38%) presenta valores superiores en relación a los hombres (19%), en adecuado



de igual manera las mujeres (14%) demuestran valores superiores a los hombres (6%); en claridad para el nivel excelente se observa al grupo de mujeres (33%) con mayores puntuaciones que los hombres (17%), en adecuado de igual forma las mujeres (14%) preponderan con valores más altos que los hombres (6%); finalmente para la dimensión de reparación emocional se presenta la misma tendencia, en la cual las mujeres (38%) evidencian valores más altos que los hombres (20%) para la sección excelente, así como también para adecuado en mujeres (27%) y hombres (8%). Por lo cual se puede evidenciar que las mujeres adultas mayores conservan una mejor inteligencia emocional ya que conocen de sus emociones, cuidan y las autocontrolan acorde a sus necesidades.

Dichos resultados presentan similitud con los obtenidos en la investigación efectuada por parte de Ramírez (2018) en Cajamarca, Perú, donde menciona que la mayor parte de la población presenta niveles adecuados y excelentes de Inteligencia Emocional, en Atención se evidenció un 40% en un nivel adecuado, y el 57% un excelente, por otra lado, se definió que en Claridad el 52% de adultos mayores mantienen un nivel adecuado, y el 37% excelente, de igual manera, en Reparación el 50% un nivel adecuado, y en el 38% de adultos mayores un nivel excelente, lo que indica que al llegar al periodo de senectud el individuo identifica y atiende adecuadamente sus emociones para así tener una buena estabilidad mental y alimentar su inteligencia emocional logrando mantener una vida óptima acorde a sus necesidades y condiciones en las que se desenvuelve.

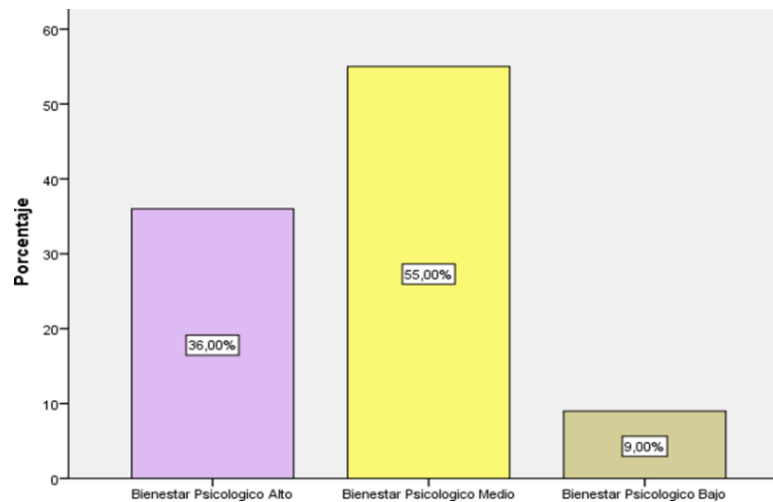
## Bienestar psicológico

**Tabla 11** "Niveles de Bienestar Psicológico"

Niveles Bienestar Psicológico				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bienestar Psicológico Bajo	9	9,0	9,0
	Bienestar Psicológico Medio	55	55,0	64,0
	Bienestar Psicológico Alto	36	36,0	100,0
	Total	100	100,0	

**Nota:** Datos obtenidos a través de la escala bienestar psicológico (BIEPS) a adultos mayores.

**Figura 5** "Niveles de Bienestar Psicológico"



## **Análisis**

Se identificó en la variable de bienestar psicológico un mínimo de 0, máximo de 2 y una media de 1.27 del total de 100 casos evaluados. De los participantes del estudio el 55% presentaron un nivel medio de bienestar psicológico (n=55), el 36 % un nivel alto (n=36) y el 9% niveles bajos (n= 9).

## **Discusión**

En base a los resultados obtenidos, se evidencia que la mayor parte de adultos mayores presentan niveles medios de bienestar psicológico (55%), seguido de quienes mantienen niveles altos (36%) y finalmente aquellos con niveles bajos de bienestar psicológico (9%). Estos resultados presentan similitud a los obtenidos en la investigación efectuada en Colombia por Ruiz y Bolívar (2019) en la cual la población en general presentó un 33,33% de bienestar psicológico en niveles altos y un 66,66% en nivel medio, acorde a las condiciones de salud propias del periodo de envejecimiento, es por ello que resulta importante fortalecer las redes de apoyo positivas en el adulto mayor, atención a sus necesidades emocionales, sociales y físicas con el objetivo de aumentar su percepción de bienestar.

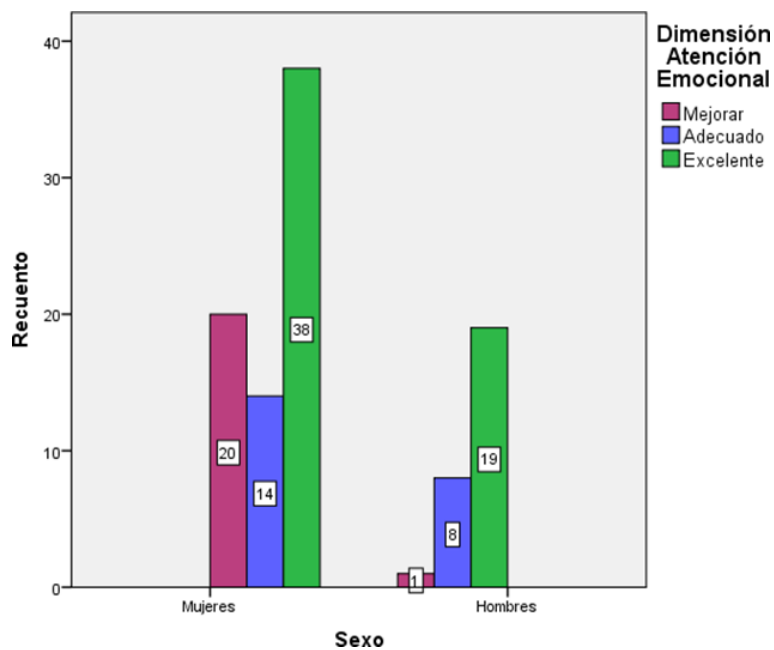
## Comparación entre inteligencia emocional y sexo

**Tabla 12** "Dimensión Atención Emocional-Sexo"

Tabla cruzada Dimensión Atención Emocional* Sexo						
Recuento						
Dimensión Atención Emocional						
Mujeres			Hombres			Total
Mejorar	Adecuado	Excelente	Mejorar	Adecuado	Excelente	
20	14	38	1	8	19	
Total		72			28	100

**Nota:** Datos obtenidos a través de la escala de inteligencia emocional (TMMS) a adultos mayores.

**Figura 6** "Dimensión Atención Emocional-Sexo"



## Análisis

En la dimensión de atención emocional del total de 100 adultos mayores, en el grupo 20 mujeres deben mejorar, 14 de ellas tienen un rango adecuado y el 38 están en un rango excelente, del grupo masculino 1 debe mejorar, 8 se encuentra en un rango adecuado y el 19 excelente.

## Discusión

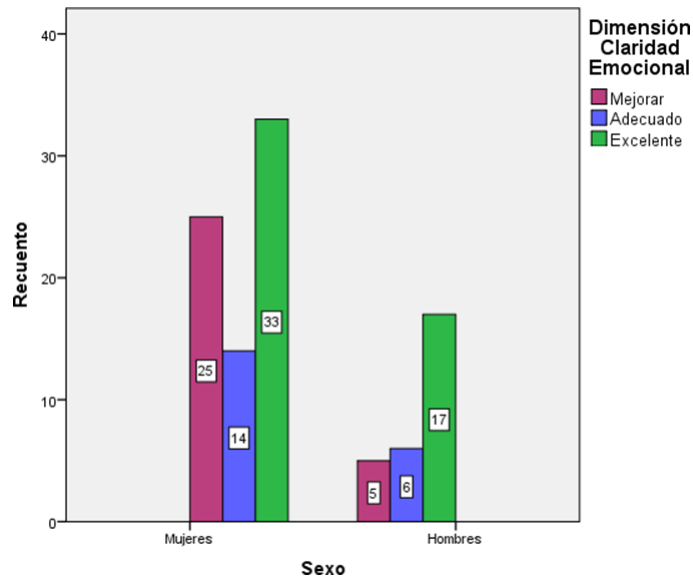
Los resultados obtenidos de la tabla cruzada en la dimensión de atención emocional se observaron que, del total de 72 mujeres, 20 % se encuentra en el rango de debe mejorar seguido del 14 % del rango adecuado mientras que el 38 % se encuentra en el nivel excelente, finalmente en el total de 28 hombres apenas el 1% se encuentra en el rango de debe mejorar seguido del 8 % del rango adecuado, mientras que el rango excelente solo el 19 % de hombres.

**Tabla 13** "Dimensión Claridad Emocional-Sexo"

<b>Tabla cruzada Dimensión Claridad Emocional* Sexo</b>						
Recuento						
Dimensión Claridad Emocional						
Mujeres			Hombres			Total
Mejorar	Adecuado	Excelente	Mejorar	Adecuado	Excelente	
25	14	33	5	6	17	
Total		72		28		100

**Nota:** Datos obtenidos a través de la escala de inteligencia emocional (TMMS) a adultos mayores.

**Figura 7** "Dimensión Claridad Emocional-Sexo"



### **Análisis**

Acorde a la dimensión de claridad emocional en el aspecto de mejorar se encuentran 25 mujeres y 5 hombres, en un rango adecuado están 14 mujeres y 6 hombres, finalmente quienes se encuentran en un rango excelente de comprensión de sus emociones son 33 mujeres y 17 hombres, dando un total de 100 adultos mayores participes del estudio.

### **Discusión**

En los resultados de la tabla cruzada en relación a la dimensión de claridad emocional del total de 72 mujeres, 7 % se encuentra en el rango de debe mejorar seguido del 27 % del rango adecuado mientras que el rango de excelente se puede observar 38 % de mujeres y

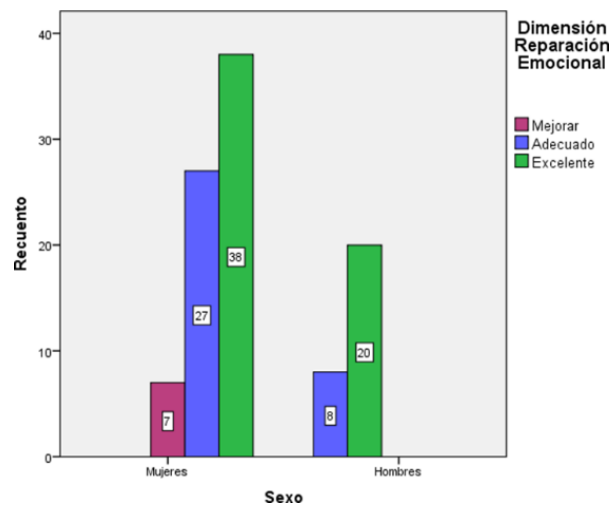
finalmente en el total de 28 hombres en el nivel de mejorar no existe ningún hombre seguido del 8 % del rango adecuado, mientras que el rango excelente el 20% de hombres.

**Tabla 14** "Dimensión Reparación Emocional-Sexo"

Tabla cruzada Dimensión Reparación Emocional* Sexo						
Recuento						
Dimensión Reparación Emocional						
Mujeres			Hombres			Total
Mejorar	Adecuado	Excelente	Mejorar	Adecuado	Excelente	
7	27	38	0	8	20	
Total		72			28	100

**Nota:** Datos obtenidos a través de la escala de inteligencia emocional (TMMS) a adultos mayores.

**Figura 8** "Dimensión Reparación Emocional-Sexo"



## **Análisis**

En la dimensión de reparación emocional en el aspecto de mejora se encuentra 7 mujeres, la población masculina no presenta ningún caso por lo cual no se evidencia en la tabla ni en la figura, en el rango adecuado están 27 mujeres y 8 hombres, finalmente quienes se encuentran en un nivel excelente de regulación y reparación de sus emociones son 38 mujeres y 20 hombres, dando un total de 100 adultos mayores participantes del estudio.

## **Discusión**

En base a los resultados obtenidos, se evidencia que las mujeres son quienes presentan rangos más altos de inteligencia emocional, respectivamente acorde a cada dimensión en relación a los hombres, puesto que en atención se encuentran presentes 38 mujeres en excelente y en adecuado 14, mientras que el grupo masculino están 8 en excelente y en adecuado 19, para claridad las mujeres preponderan sus valores con 33 mujeres en excelente y 14 en adecuado, los hombres evidencia 17 en excelente y en adecuado 6, finalmente para reparación emocional las mujeres mantienen su mayoría con 38 en excelente y en adecuado 27, mientras que los hombres tienen 20 en excelente y en adecuado 8, demostrando que quienes presentan mayor atención por sus emociones, mejor comprensión y expresión de las mismas y regularlas acorde a la situación que se presente son las mujeres, mientras que a los hombres se les dificulta el manejo de emociones.

Estos datos muestran similitud a los obtenidos en la investigación realizada por Paredes et al., (2018) en la Asociación de Jubilados del Distrito de Tuman en Perú, donde se utilizó una muestra de 120 adultos mayores conformada por hombres y mujeres, sin embargo, en este estudio no se presenta una diferenciación del sexo en los resultados obtenidos, por lo cual los participantes que se encuentran en cada dimensión son tanto hombres como



mujeres, para la dimensión de atención emocional se identificó a 48 en un rango excelente, 49 en adecuado y 23 en mejorar; para claridad se encuentran 76 individuos en excelente, 30 adecuado y 14 mejorar; finalmente en reparación emocional 60 participantes tienen un rango excelente, 43 adecuado y 17 mejorar, lo que demuestra que en el periodo de envejecimiento se presenta una adecuada comprensión e interpretación del aspecto emocional contribuyendo al mantenimiento y desarrollo óptimo de inteligencia emocional.

Por el contrario, los resultados obtenidos en una investigación realizada por Delhom, en Valencia, España, (2019) en relación a la reparación emocional en adultos mayores muestran un rango “adecuado”. Mientras que en los resultados obtenidos en la presente investigación en este mismo apartado existe un puntaje menor ubicándolo en el rango “debe mejorar”, lo que muestra una obstrucción en el desempeño de la inteligencia emocional frente a situaciones adversas.

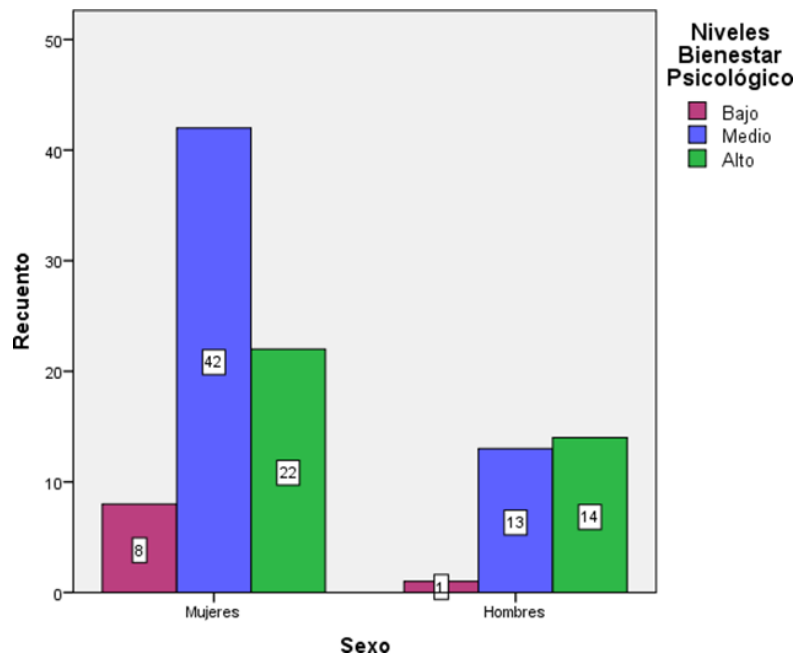
De igual manera se considera pertinente efectuar un análisis comparativo del bienestar psicológico entre hombres y mujeres, obteniéndose los siguientes resultados:

**Tabla 15** “Niveles Bienestar Psicológico-Sexo”

<b>Tabla cruzada Niveles Bienestar Psicológico*Sexo</b>					
Recuento					
Niveles Bienestar Psicológico					
		Bienestar Psicológico Bajo	Bienestar Psicológico Medio	Bienestar Psicológico Alto	Total
Sexo	Mujeres	8	42	22	72
	Hombres	1	13	14	28
	Total	9	55	36	100

**Nota:** Datos obtenidos a través de la escala de bienestar psicológico (BIEPS) a adultos mayores.

**Figura 9** “Niveles Bienestar Psicológico-Sexo”



## **Análisis**

Se describe en el nivel de bienestar psicológico bajo se encuentra 8 mujeres y 1 hombre dando un total de 9 participantes, para el nivel medio se encuentran 42 mujeres y 13 hombres siendo un total de 55 individuos y para el nivel alto están 22 mujeres y 14 hombres dando como resultado 36 adultos mayores, conformando así el grupo de 100 casos evaluados, con lo que se obtiene como resultado que el grupo de mujeres son quienes presentan un mejor bienestar psicológico en relación a la población masculina.

## **Discusión**

Se puede identificar que quienes presentan niveles más altos de bienestar psicológico son las mujeres tanto en nivel alto ( $n= 22$ ) como adecuado ( $n= 42$ ), a diferencia de los hombres quienes presentan menores casos en alto ( $n= 14$ ) y adecuado ( $n= 13$ ), por ende, las que presentan mayor bienestar psicológico son las mujeres. Estos datos presentan similitud con los obtenidos en la investigación realizada por Ruiz y Bolívar en Colombia, (2019) en la cual se utilizó una población de 18 adultos mayores tanto hombres como mujeres, quienes presentaron 6 casos en niveles altos de bienestar psicológico y 12 en nivel medio, sin embargo, no se realiza una diferenciación por sexo para identificar quienes se encuentran en cada nivel de bienestar psicológico.

### 3.2. Verificación de hipótesis

#### Prueba de normalidad

**Tabla 16** “Prueba de Normalidad de Kolmogorov – Smirnov entre Inteligencia Emocional-Bienestar Psicológico”

Pruebas de normalidad						
	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Bienestar Psicológico	,212	100	,000	,779	100	,000
Atención Emocional	,224	100	,000	,834	100	,000
Claridad Emocional	,198	100	,000	,828	100	,000
Reparación Emocional	,204	100	,000	,829	100	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

**Nota:** Datos obtenidos a través de los test aplicados a adultos mayores.

#### Análisis

Para el desarrollo de esta investigación se realizaron las pruebas de normalidad correspondientes donde Bienestar Psicológico obtiene un valor de .000 y las dimensiones de Inteligencia Emocional las cuales son: Atención, Claridad y Reparación

de igual manera presentan valores de .000 identificándose una distribución normal de los datos mediante la utilización de la prueba Kolmogorov-Smirnov.

## **Discusión**

En base a los datos obtenidos de la prueba de normalidad se identifica que los resultados presentan una distribución normal.

## **Comprobación de hipótesis**

### **Análisis**

Finalmente, con el análisis de los datos obtenidos a través del programa estadístico SPSS versión 23, se identifica la relación entre las dimensiones de Inteligencia Emocional, siendo atención, claridad y reparación con la variable de bienestar psicológico, esto se determinó mediante la prueba de Correlación de Pearson la cual evidenció valores de .461; .442; .469 respectivamente acorde a cada dimensión, confirmando de esa manera la hipótesis planteada en la investigación.

De igual manera mediante el análisis estadístico se determinó que las mujeres presentan niveles más altos en cada dimensión de Inteligencia Emocional y Bienestar psicológico, siendo la población femenina, quienes tienen un mejor manejo de sus emociones, mayor comprensión de ellas y una interpretación adecuada de las mismas, adaptándolas acorde a la situación que se presente, al contrario los hombres presentan mayores dificultades para el manejo del aspecto emocional por ende sus niveles de bienestar psicológico son menores.

Se pudo identificar que la inteligencia emocional presenta una correlación estadísticamente significativa bilateral (0.01) en relación al bienestar psicológico del adulto mayor, debido a que durante el proceso de envejecimiento la persona ha logrado la adquisición de herramientas que le brinda un mejor desempeño en el ámbito emocional, permitiendo un envejecimiento sano mediante el modelamiento de sus emociones, alcanzando niveles adecuados de bienestar psicológico y salud mental.

## CAPITULO IV

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### Conclusiones

- En la presente investigación se identificó una correlación significativa entre las variables de estudio, por lo que se puede mencionar que la inteligencia emocional cumple un rol importante dentro de la vida cotidiana del adulto mayor, la misma que influye en su bienestar psicológico.
- Se concluye que mediante los resultados obtenidos acerca de las dimensiones de la inteligencia emocional, el 38% de mujeres se encuentra en el rango excelente, así como también el grupo de hombres con el 20% en el rango de excelente, sin embargo, los puntajes obtenidos en hombres son menores debido a la cantidad de participantes.
- Se mostró que el 9% de la población participante se encuentra en un nivel bajo de bienestar psicológico debido a varios factores propios de la edad, así como también a los cambios biológicos que van deteriorando su salud física y mental, mientras que el 55% de los participantes presentaron un nivel medio de bienestar psicológico lo que muestra el conocimiento previo en base a la experiencia adquirida a lo largo de la vida.
- Se concluye que los adultos mayores pueden ser entes activos gracias a la colaboración de familiares, autoridades y personas responsables de este grupo para mantener el cuidado de su salud mental, sin embargo, existe una diferencia

notaria en resultados obtenidos entre hombres y mujeres, puesto que aún existe miedo en poder expresar de manera libre los sentimientos y emociones.

## **Recomendaciones**

- Realizar futuras investigaciones en relación a las mismas variables con una población más amplia e igualitaria en donde se pueda evidenciar diferencias o similitudes entre la población adulto mayor del sector rural y urbano.
- Trabajar en programas de psicoeducación para adultos mayores, familiares y cuidadores con el fin de mejorar el desempeño individual y convivencia del adulto mayor dentro de la comunidad, mediante utilización de materiales didácticos que permita la identificación de los sentimientos.
- Poner en conocimiento a las autoridades encargadas de la institución acerca de los resultados obtenidos en el presente estudio para trabajar en base a las necesidades identificadas en los adultos mayores, mediante campañas de promoción y prevención de la salud mental.
- Desarrollar talleres ocupacionales en donde los adultos mayores puedan ser partícipes de emprendimientos que beneficien su desarrollo integral, de tal manera que facilite el desempeño activo del anciano dentro de la sociedad, en base al cumplimiento de los derechos y deberes de esta población.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anderson, Mike. 1992. «Inteligencia y personalidad en interfases educativas». En *Modelos de Inteligencia*. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.
- Antoni, Marcelo, y Jorge Zentner. 2015. *Las cuatro emociones básicas*. Herder.
- Aravena, José M., Jean Gajardo, y Rodrigo Saguez. 2019. «Salud mental de hombres mayores en Chile: una realidad por priorizar». *Revista Panamericana de Salud Pública* 42:e121. doi: 10.26633/rpsp.2018.121.
- Ardila, Rubén. 2011. «INTELIGENCIA. ¿QUÉ SABEMOS Y QUÉ NOS FALTA POR INVESTIGAR?» *Revista de la Academia Colombiana de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales* 35(134):97-103.
- Burt. 1909. «Psicología diferencial». en *Modelo de Inteligencia de Burt*.
- Cabero, Mireia. 2016. *El bienestar emocional*. Editorial UOC. Barcelona, España.
- Castro, Sonia. 2019. «Modelo Perma de Martin Seligman: Psicología Positiva - IEPP». Instituto Europeo de Psicología Positiva. Recuperado 2 de diciembre de 2021 (<https://www.iepp.es/modelo-perma/>).
- Cuevas, Valeria Sabater, Gema Sánchez. 2018. «La inteligencia emocional en las personas mayores». *La Mente es Maravillosa*. Recuperado 9 de noviembre de 2021 (<https://lamenteesmaravillosa.com/la-inteligencia-emocional-en-las-personas-mayores/>).
- Farias, Isabel. 2021. «▷ Las 6 dimensiones del Modelo de bienestar de Carol Ryff - PsicoActiva». *Psicoactiva mujer hoy*. Recuperado 4 de diciembre de 2021 (<https://www.psicoactiva.com/blog/corrientes-psicologicas/modelo-de-bienestar-de-carol-ryff/>).
- Ferrada Mundaca, Leslie, y Mercedes Zavala Gutiérrez. 2014. «BIENESTAR PSICOLÓGICO: ADULTOS MAYORES ACTIVOS A TRAVÉS DEL

VOLUNTARIADO». *Ciencia y enfermería* 20(1):123-30. doi: 10.4067/S0717-95532014000100011.

Goleman, Daniel. 1995. *inteligencia emocional*. Barcelona, España: Kairós.

Guerrero, Ericka Estefania Solis, y Narciza de Jesús Villegas Villacres. 2021. «Bienestar psicológico y percepción de calidad de vida en adultos mayores indígenas del Ecuador». *Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional* 6(5):1104-17.

Guillén Ramírez, Luis Pablo. 2018. «“RELACIÓN ENTRE FELICIDAD E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADULTOS MAYORES DEL CAM DE ESSALUD CAJAMARCA, 2018.”»

Hermida, Paula Daniela, María Florencia Tartaglini, Carolina Feldberg, Dorina Stefani, Paula Daniela Hermida, María Florencia Tartaglini, Carolina Feldberg, y Dorina Stefani. 2017. «Jubilación, trastornos psicofisiológicos y bienestar psicológico en una muestra de adultos mayores argentinos». *Ciencias Psicológicas* 11(2):213-21. doi: 10.22235/cp.v11i2.1498.

Hernández Ramos, Carmelo. 2011. *Inteligencia emocional y crisis: cómo hacer frente a la crisis emocional en familia*. San Vicente: ECU.

Horn, y Cattell. 1966. «Inteligencia y personalidad en interfases educativas». Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.

INEC. 2010. «Estado de situación de las personas adultas mayores – Consejo de Igualdad Intergeneracional». *igualdad.gob.ec*. Recuperado 11 de diciembre de 2021

(<https://www.igualdad.gob.ec/estado-de-situacion-de-las-personas-adultas-mayores/>).

López, Norman, Sergio Chesta, y Alex Véliz. 2012. «Inteligencia emocional en un grupo de adultos mayores de la ciudad de Temuco, Chile». *Aletheia*.

MIES. 2013. «Dirección Población Adulta Mayor – Ministerio de Inclusión Económica y Social». *Programas y Servicios*. Recuperado 9 de noviembre de 2021 (<https://www.inclusion.gob.ec/direccion-poblacion-adulta-mayor/>).

Moreno, Carlos Alberto Salazar, María Magdalena Alonso Castillo, Nora Angelica Armendáriz-García, Marco Vinicio Gómez-Meza, Martín Eduardo Sías Casas, y Luz Verónica Berumen Burciaga. 2021. «Sentido de coherencia asociado al bienestar psicológico y social en adultos mayores». *APUNTES DE PSICOLOGÍA* 39(1):19-26.

OMS. 2015. *Informe Mundial sobre: El envejecimiento y la salud*. Impreso en Estados Unidos de America.

OMS. 2017. «La salud mental y los adultos mayores». *Organización Mundial de la Salud*. Recuperado 1 de noviembre de 2021 (<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/la-salud-mental-y-los-adultos-mayores>).

OPS. 2020. «Las personas mayores de 60 años han sido las más afectadas por la COVID-19 en las Américas - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud». Recuperado 1 de noviembre de 2021 (<https://www.paho.org/es/noticias/30-9->

2020-personas-mayores-60-anos-han- sido-mas-afectadas-por-covid-19-  
americas).

OPS. 2021. «Envejecimiento Saludable - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud». Organización Panamericana de la Salud. Recuperado 1 de noviembre de 2021 (<https://www.paho.org/es/envejecimiento-saludable>).

Paredes C, Julliana Geraldine Paredes, Macarena Alicia Vidaurre Pedreros, y Dina Marisol Calonge De la Piedra. 2018. «Inteligencia emocional y calidad de vida en adultos mayores». Horizontes. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación* 2(5):38-47. doi: 10.33996/revistahorizontes.v2i5.43.

Ramírez Hurtado, Omar Felipe. 2018. «SOPORTE SOCIAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADULTOS MAYORES DEL DISTRITO DE CUTERVO». *Repositorio Institucional - USS*.

Sensiper, Sylvia. 2022. «Inteligencia Emocional: ¿Es Más Importante Que el IQ? - Western New York Urology Associates, LLC». Recuperado 4 de enero de 2022 (<https://www.wnyurology.com/content.aspx?chunkiid=122009>).

Solano, Alejandro Castro. 2009. «El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso».

31.

Spearman, Charles. 1904. «Inteligencia y personalidad en interfases educativas». en *Inteligencia y personalidad en las interfases educativas*. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.

Sureima, Callís Fernández, Cruz Sánchez Virgen, de Armas Ferrera Ada María, y Gómez Lobaina Ysabel. 2021. «BIBLIOTERAPIA PARA EL BIENESTAR PSICOLÓGICO DEL ADULTO MAYOR». en *jorcienciainhem2021*.

Thurstone. 1938. «Historia de la inteligencia en relación a las personas mayores.» *Revista pedagógica*.

Vázquez Resino, Mayte. 2018. «Fortalecer la inteligencia emocional en las personas mayores». *Geriatricarea*. Recuperado 10 de diciembre de 2021 (<https://www.geriatricarea.com/2018/11/27/fortalecer-la-inteligencia-emocional-en-las-personas-mayores/>).

Vernon, y Carroll. 1956. «Inteligencia y personalidad en interfases educativas». Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.

Victoria García-Viniegras, Carmen R., y Idarmis González Benítez. 2000. «La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales». *Revista Cubana de Medicina General Integral* 16(6):586-92.

Villamizar, Gustavo, y Roberto Donoso. 2013. «Definiciones y teorías sobre inteligencia. Revisión histórica». *Psicogente* 16(30).

## ANEXOS

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DEL ESTUDIO

Ambato, 16 de noviembre del 2021

Yo, Cherrez Hidalgo Jeannette Mishell, INVESTIGADOR/A PRINCIPAL del estudio titulado “Inteligencia emocional y su relación con el bienestar psicológico de los adultos mayores” pongo en su conocimiento el desarrollo de la investigación.

Por favor lea atentamente este acuerdo de consentimiento antes de tomar una decisión sobre su participación en el estudio.

Este proyecto de investigación tiene como finalidad explorar la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico de los adultos mayores.

Por tal motivo solicito de su colaboración para responder las escalas. El tiempo empleado para la aplicación de los reactivos será de 30 minutos.

Usted tiene el derecho de retirarse del estudio en cualquier momento sin penalización alguna. Si ese fuere el caso, tomar contacto directamente con el investigador principal de este estudio, cuya información se encuentra al final de este acuerdo.

La propuesta de investigación descrita fue previamente revisada y aprobada por la Dirección Nacional de Investigación Educativa, por lo cual, como investigador principal, así como todos los investigadores involucrados en el desarrollo del estudio, acordamos expresamente mantener la más estricta confidencialidad en el uso de la información, y entendemos que la participación de su representado es voluntaria.

La información obtenida para el desarrollo de este estudio será manejada confidencialmente. Sus datos no serán enlazados a ningún otro tipo de información que no tenga como único y exclusivo propósito el desarrollo de la presente investigación.

Si tiene preguntas adicionales sobre el estudio, comuníquese con: Nombre del investigador principal: Cherrez Hidalgo Jeannette Mishell Entidad a la que pertenece: Universidad Técnica “Ambato”

**Correo electrónico:** jeannethemch@gmail.com

**Teléfono de contacto:** 0979223040

**Con esos antecedentes acuerda:**

Participar en el estudio de investigación especificado.

NO participar en el estudio de investigación especificado.

**Nombre y Apellidos:** .....

**Firma o huella digital:** .....

**ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (TMMS-24).**

**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 una “X” la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

1	2	3	4	5
<b>Nada de Acuerdo</b>	<b>Algo de Acuerdo</b>	<b>Bastante de acuerdo</b>	<b>Muy de Acuerdo</b>	<b>Totalmente de acuerdo</b>

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	A menudo me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	Soy consciente de en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5

14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los momentos felices de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5



## ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICA (BIEPS –A)

Sexo: H..... M.....

Edad: .....

### INSTRUCCIONES:

Las siguientes preguntas tratan sobre las cosas que usted ha sentido o hecho. Por favor conteste cada pregunta simplemente marcando con una X en la casilla que creas conveniente.

	<b>De acuerdo</b>	<b>Ni de acuerdo ni en desacuerdo</b>	<b>De acuerdo</b>
Creo que se lo que quiero hacer con mi vida.			
Si algo me sale mal puedo aceptarlo y admitirlo.			
Me importa pensar que hare en el futuro.			
Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.			
Generalmente le caigo bien a la gente.			
Siento que podre lograr las metas que me proponga.			
Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
Creo que en general me llevo bien con la gente.			

En general hago lo que quiero, soy poco influenciado.			
Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			
Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.			
Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.			