



Universitat
de les Illes Balears

ANÁLISIS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS FUTUROS GRADUADOS SOCIALES DE LA UNIVERSITAT DE LES ILLES BALEARS

Joan Pérez López

Trabajo de Fin de Grado

Facultad de Derecho

Universitat de les Illes Balears

Año Académico 2021-22

Palabras clave del trabajo:

Inteligencia Emocional, Estudiantes, Relaciones Laborales, Universidad, Emociones, Sentimientos, Autoconocimiento, Autocontrol.

Nombre Tutor/Tutora del Trabajo: Dra. Silvia Ortiz Bonnín

Se autoriza la Universidad a incluir este trabajo en el Repositorio Institucional para su consulta en acceso abierto y difusión en línea, con fines exclusivamente académicos y de investigación

Autor		Tutor	
Sí	No	Sí	No
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Resumen

El principal objetivo del presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) es analizar la Inteligencia Emocional de los estudiantes del Grado de Relaciones Laborales de la Universitat de les Illes Balears. Para ello, se llevó a cabo una investigación cuantitativa, en la que 60 estudiantes del grado contestaron al cuestionario *Adaptación Trait Meta-Mood Scale 48* (Salovey et al., 1995) y posteriormente se analizaron los resultados.

Los principales resultados indican que los estudiantes del Grado en Relaciones Laborales de la Universitat de les Illes Balears son, en su mayoría, emocionalmente inteligentes.

Abstract

The main objective of this Final Degree Project (FDP) is to analyze the Emotional Intelligence of the students of the Labor Relations Degree at the University of the Balearic Islands. For this, a quantitative research was carried out, in which 60 students answered the *Adaptation Trait Meta-Mood Scale 48* questionnaire (Salovey et al., 1995) and the results were subsequently analyzed.

The main results indicate that the students of the Degree in Labor Relations at the University of the Balearic Islands are, for the most part, emotionally intelligent.



Índice

Tabla de contenido

1. INTRODUCCIÓN.....	4
1.1. Objetivos.....	5
2. MARCO TEÓRICO.....	5
2.1. Orígenes y concepto de la Inteligencia emocional.	5
2.1.1. Concepto de Inteligencia Emocional.	7
2.2. Figura del Graduado Social.....	8
2.3. Formación del Graduado Social: Grado en Relaciones Laborales	9
2.4. Inteligencia emocional en el ámbito de las relaciones laborales.....	9
2.5. Inteligencia emocional en el contexto universitario.	11
3. METODOLOGÍA.....	12
3.1. Cuestionario.....	12
3.2. Procedimiento.....	15
3.3. Muestra.	16
4. RESULTADOS.....	24
5. CONCLUSIONES.....	34
6. VENTAJAS O BENEFICIOS DE QUE LOS EMPLEADOS SEAN EMOCIONALMENTE INTELIGENTES.	35
7. LIMITACIONES AL ESTUDIO.....	37
8. BIBLIOGRAFÍA.....	38



1. INTRODUCCIÓN.

La del Graduado Social es una profesión que cuenta con casi 100 años de antigüedad, por lo que podemos decir, se trata de una profesión relativamente asentada pero que ha sufrido varios cambios a lo largo de su existencia; lo que significa que posiblemente aún hay desconocimiento popular en relación a las funciones de esta ocupación. Sin embargo, cuenta con una alta tasa de empleabilidad, debido a la polivalencia de sus funciones.¹

Se trata de una profesión que abarca muchas posibilidades, ya que está en contacto con el ámbito jurídico, económico, sociológico y psicológico, relacionado, eso sí, con el aspecto social de cada uno de ellos.

La preparación académica de un Graduado Social es fundamental. Se trata de un grado universitario en el que se estudian asignaturas de diferentes disciplinas académicas tales como la sociología, la economía, la psicología o el derecho.

Sin embargo, más allá de los conocimientos técnicos del grado es relevante que los graduados sociales cuenten con habilidades sociales o también llamadas habilidades “blandas”, entre ellas, la inteligencia emocional ya que esta les permite actuar desde una perspectiva más cercana y humana dejando de lado la distancia emocional y facilitando de este modo la función del graduado social que es la intermediación entre las necesidades de las organizaciones y sus trabajadores.

Es importante analizar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de Relaciones Laborales ya que se trata de una habilidad social indispensable para todo aquél cuya función en las organizaciones esté directamente relacionada con las personas y sus emociones.

El Graduado Social tiene funciones ciertamente importantes en las organizaciones a nivel psicosocial, ya que es el encargado de intervenir en las relaciones existentes entre los trabajadores y las organizaciones para las que estos prestan servicios retribuidos con la finalidad de que estos alcancen el punto más alto de la productividad influyendo de este modo positivamente en el alcance de mayores beneficios económicos por parte de la organización.

Este trabajo aporta entendimiento desde un punto de vista emocional para todo ser humano que quiera entender las relaciones entre los trabajadores y la empresa para la que trabajan, dando lugar a la figura del graduado social como

¹ Jorge Lezcano, F. (1997). Valoración de la empleabilidad de los diplomados en relaciones laborales: una aproximación empírica. Revista de Ciencias Jurídicas.



profesional que interviene de forma directa en la comprensión desde un punto de vista emocional de todos los componentes humanos que forman parte de las organizaciones.

1.1. Objetivos.

El objetivo general del TFG es analizar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes del grado de Relaciones Laborales de la Universitat de les Illes Balears.

Al realizar esta investigación, se determinan unos objetivos generales y unos objetivos específicos que se detallan a continuación.

Objetivos específicos:

- Revisión del concepto Inteligencia Emocional.
- Situación de la figura del Graduado Social en la actualidad.
- Revisar bibliografía de estudios que analicen la Inteligencia Emocional en el grado de Relaciones Laborales.
- Justificar la importancia de la Inteligencia Emocional en el grado de Relaciones Laborales.
- Adaptar y digitalizar un cuestionario sobre Inteligencia Emocional.
- Pasar el cuestionario a estudiantes del Grado de Relaciones Laborales de distintos cursos.
- Analizar la información resultante.

2. MARCO TEÓRICO.

2.1. Orígenes y concepto de la Inteligencia emocional.

La Inteligencia Emocional hace referencia al conjunto de habilidades psicológicas que nos dan la posibilidad de expresar y entender de un modo ciertamente equilibrado las emociones que tenemos así como motivar el entendimiento de las emociones de los demás. Además, podemos definirla como esa habilidad que nos permite utilizar la información emocional tanto nuestra como de los demás para guiar nuestro modo de pensar a la vez que nuestro propio comportamiento.²

Los conceptos inteligencia y emoción han tomado a lo largo de la historia una vertiente de desarrollo separadas una de la otra, llevando pues el concepto de Inteligencia Emocional a integrar en uno estos dos aspectos importantes de las

² Goleman, D. (1995) Emotional Intelligence. New York: Bantam Books.



personas.³ Ya en los tiempos de Aristóteles se hacía especial referencia al concepto de Inteligencia Emocional desde otra perspectiva y otro nombre dándonos a entender que esta es una interconexión entre dos aspectos; la razón y la emoción. Aristóteles concebía este hecho como una pasión e indicaba que ella motivaba todas las conductas humanas; algo que, a día de hoy, podríamos entender como otro modo de ver la Inteligencia Emocional en una época infinitamente distinta pero sin distar, eso sí de la realidad del concepto actual de Inteligencia Emocional.

Fue en 1920 que Thorndike nos habla del concepto Inteligencia Social, el cual describía como un componente infinitamente necesario de la Inteligencia y a su vez, concebía como la habilidad de comprensión y dirección del ser humano para actuar de forma que este consideraba sabia y adecuada en relación a las relaciones humanas. Además, expresaba que la inteligencia de los seres humanos es una capacidad que se ha venido formando a partir de distintas habilidades como por ejemplo la inteligencia abstracta que sería el saber manejar las ideas mientras que por otro lado, podemos hacer referencia a la inteligencia mecánica, que no es más que el saber manejar los objetos. Llegados a este punto, podemos afirmar que el concepto de inteligencia social realizado por este autor es anterior al concepto Inteligencia Emocional pero que a su vez guardan una importante relación.⁴

Por otro lado, Gardner nos habla en su obra *Frames of Mind* (1983) sobre el concepto de inteligencia desde un punto de vista ciertamente multidimensional por lo que entendemos que consideró la existencia de una teoría que identificaba y a su vez distinguía entre diferentes tipos de inteligencia.

La obra de este autor, nos sugiere que el ser humano es poseedor de muchos tipos de inteligencia, teniendo cada una de ellas independencia entre sí. En su obra, Gardner, propone siete inteligencias, sobre las cuales podemos destacar la inteligencia intrapersonal y la interpersonal, las cuales muestran un interés considerable en el estudio de la Inteligencia Emocional.

McClelland, llevó a cabo un análisis en 1998 sobre la Inteligencia Emocional a nivel organizacional, realizando pues una recopilación de datos de más de treinta organizaciones distintas. De este, McClelland, concluyó que las empresas que contaban con un importante número de competencias de Inteligencia Emocional que se encontraban directamente relacionadas con los conceptos automotivación, habilidad social y a su vez, conciencia social, adquirirían resultados mucho superiores a la media.

³ Fernández-Berrocal, P., y Ramos, N. (2002). *Corazones inteligentes*. Barcelona: Kairós.

⁴ Thorndike, E. L. (1920). *Intelligence and its use*. *Harper's Monthly Magazine*, vol. 140.



Fue a partir de estas aportaciones conjuntamente con las de Dulewicz y Higgs (1998), así como las de Leuner en 1966 y Mayer y Salovey en 1990 que dieron lugar a lo que hoy en día podemos decir que conocemos como concepto de Inteligencia Emocional.⁵

2.1.1. Concepto de Inteligencia Emocional.

Fue durante la década de los 90 en los que se define por primera vez la inteligencia Emocional por parte de Salovey y Mayer, dos autores muy importantes en el ámbito de la Inteligencia Emocional que desarrollaron una teoría y a su vez ciertos criterios de medición de la propia Inteligencia Emocional. Salovey y Mayer (1990) definieron la Inteligencia Emocional como un subconjunto de la inteligencia social que implica el hecho de ser capaz de controlar los sentimientos y a su vez las emociones tanto propias como ajenas siendo capaces de elegir entre todas ellas las correctas de modo que podamos guiar el pensamiento y las acciones.⁶

Fueron estos autores quienes en 1997 realizaron ciertos cambios en el concepto y decidieron llevar a cabo una complementación de la definición exponiendo pues que la inteligencia Emocional es: “la capacidad de encontrar y/o generar sentimientos cuando éstos faciliten el pensamiento; y la capacidad de comprender y regular las emociones para promover el crecimiento emocional e intelectual”.

Posteriormente, en el año 1995 el concepto de Inteligencia Emocional pasó a adquirir gran popularidad, gracias a Daniel Goleman y su libro “Emotional Intelligence” que dio paso a que este fuera asiduamente citado por diferentes medios.

Otra definición de Inteligencia Emocional que se debe tener en consideración es la propuesta por Bar-On en 1997, la cual define este concepto como “un conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen la habilidad de tener éxito afrontando aspectos del medio que nos rodea” .⁷ Pudiendo observar de este modo que existen distintos puntos de vista respecto al concepto de Inteligencia Emocional siempre interrelacionados entre si.

⁵ Leuner, B. (1966). Emotionale intelligenz und emanzipation (Inteligencia Emocional y emancipación). *Praxis Der Kynderpsychologie Und Kinderpsychiatry*, Vol. 15.

⁶ Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, Vol. 9, n^o3.

⁷ Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient inventory (EQ-I): Technical Manual*, Toronto, Canadá: Multi-Health Systems.



En resumen, podemos decir que la Inteligencia Emocional puede ser entendida como un modo de interacción con el mundo en si mismo, dando importancia a los sentimientos y tomando nota de las habilidades como la perseverancia y la motivación, entre otras.

2.2. Figura del Graduado Social.

La profesión de Graduado Social es multidisciplinar, flexible y dinámica porque abarca tanto el ámbito jurídico, como profesionales expertos en Derecho del Trabajo y de la Seguridad Social así como la parte más económica de las empresas, eso sí; siempre relacionada con la parte laboral, como puede ser la realización de informes económicos que hablen sobre la sostenibilidad de la plantilla de una empresa o un departamento en concreto a partir de ciertas partidas económicas adquiridas a lo largo del grado universitario. Por otro lado, decir que se trata de una profesión que está altamente relacionada y dirigida al desempeño de las funciones propias de un departamento de recursos humanos por lo que se puede decir que se trata de una profesión que está altamente relacionada con la psicología y la sociología en su vertiente social.

Originalmente, el Graduado Social asesoraba a trabajadores y empresas en lo que a normativa laboral se refiere pero de un tiempo a esta parte, las funciones del Graduado Social son más variadas y dinámicas.

El Real Decreto Ley del 17 de agosto de 1925, regula la profesión del Graduado Social por lo que se puede considerar que es a partir de esa misma fecha que nace esta profesión. Seguidamente, indicar que en sus inicios, el Graduado Social no podía ejercer como representante legal de los trabajadores o empresas en un pleito pero en la actualidad esta es una posibilidad, gracias a la Ley 6/1985, de 1 de julio en la que se establece en su artículo 440.3 que la representación legal en materia de Seguridad Social y laboral, podrá ser realizada por los Graduados Sociales.

Además, los graduados sociales tienen la opción de trabajar tanto en empresas públicas como privadas por cuenta ajena así como por cuenta propia desde una perspectiva liberal.



2.3. Formación del Graduado Social: Grado en Relaciones Laborales

Se trata de un Grado que tiene una duración de cuatro años en el cual se lleva a cabo un exhaustivo estudio de todos los factores relacionados con la ciencia del trabajo y todas sus vertientes jurídicas, económicas, psicológicas y sociales.

El plan de estudios del grado de Relaciones Laborales de la UIB, ofrece una formación basada en la adquisición de competencias relacionadas directamente con el mundo del trabajo y todo lo relacionado con este desde una perspectiva ampliamente jurídica aunque también económica, sociológica y psicológica; lo que significa que se trata de un grado polivalente.

En la Universitat de les Illes Balears se prepara a los estudiantes del grado de Relaciones Laborales con una perspectiva orientada al ejercicio de la jurisdicción social; es decir, para ejercer en el mundo del Derecho del Trabajo y de la Seguridad Social en primer plano y ya en segundo plano en el ámbito de los Recursos Humanos como puede ser la preparación psicosocial de los futuros profesionales. El alumnado del grado obtiene una exhaustiva preparación para estar plenamente capacitados para tomar decisiones relacionadas con el mundo de la empresa siempre relacionado con el factor trabajo, teniendo en cuenta una perspectiva tanto de gestión de personal como económica y social de las empresas.

Sería interesante añadir, que tras revisar las guías docentes de las diferentes asignaturas que componen el grado, se puede observar cómo ciertas competencias SOFT (trabajar en equipo, o habilidades de comunicación) están presentes y, por tanto, hay una formación en el aula en tales competencias. Sin embargo, la Inteligencia Emocional no aparece en ninguna de ellas.

2.4. Inteligencia emocional en el ámbito de las relaciones laborales.

La Inteligencia Emocional es clave en muchas ocupaciones, especialmente en aquellas en las que el personal está directamente en contacto con personas (clientes, usuarios, pacientes, etc.). En este sentido, los graduados sociales deben ser emocionalmente inteligentes para realizar bien su trabajo.

En realidad, creo que la Inteligencia Emocional es importante para ambas salidas profesionales del graduado social, porque el que defiende los intereses de los trabajadores o de las empresas en un juicio también tiene que saber cómo gestionar sus emociones y la de sus clientes (seguramente nerviosos, enfadados o frustrados).



Ashkanasy, Härtel y Zerbe (2000) exponen en su obra *Emotions in the Workplace* que es importante tener en cuenta las emociones a la hora de la realización de ciertos análisis del comportamiento de las empresas, lo que significa que el hecho de tener en cuenta las emociones de las personas que conforman la plantilla de la organización es un aspecto ciertamente positivo a tener en cuenta cuando relacionamos la Inteligencia Emocional de los futuros graduados sociales con el ámbito de aplicación de los recursos humanos, ya que exponen que el comportamiento de las empresas y la imagen que estas muestren al exterior, estarán directamente relacionadas con las emociones de los componentes de la misma no dejando atrás la importancia que tiene que los Graduados Sociales cuenten con Inteligencia Emocional para así comprender y atender a los trabajadores, mostrando de este modo un espectro de comprensión mucho mayor de cara a quienes prestan servicios para la empresa.⁸

Los graduados sociales, como profesionales que tienen contacto con las personas y que en muchas ocasiones están directamente implicados en las emociones que surgen en el entorno laboral, deben ser capaces de tomar conciencia y lograr identificar algunas conductas y pensamientos de maneja que les permitan transformar los eventos que lo requieran.

Una vez que el Graduado Social toma conciencia y logra identificar las emociones, será capaz de comprender las situaciones a las que se enfrenta de un modo ciertamente más amplio ya que esto le permitirá observar y a su vez analizar las distintas perspectivas y posiciones.

Al identificar las emociones, el graduado social, como todo profesional, debe reconocer el impacto que estas tienen en distintas áreas de su vida por lo que una vez que este las identifica, empieza a ejercer control sobre las emociones permitiéndole la expresión.

Es importante que un Graduado Social sea emocionalmente inteligente, ya que este, en el ámbito de sus funciones debe hacer frente a una inmensidad de desafíos y cambios, así como mostrar cierta creatividad en momentos cada vez más presentes, manejar cantidades sobrecogedoras de información, aumentar la fidelidad de los trabajadores, alentar la motivación el compromiso y la cohesión de la plantilla de la empresa para la que trabajan entre otras y es que para satisfacer este tipo de necesidades, la inteligencia emocional juega un papel muy importante, ya que es gracias a esta que se pueden satisfacer todas estas necesidades.

⁸ Ashkanasy, N. M., Härtel, C. E. y Zerbe, W. J. (2000). *Emotions in the Workplace: Research, Theory, and Practice*. Westport, CT: Quorum Books.



Por ejemplo, hacer frente a cambios de importantes dimensiones, requiere de la habilidad de percibir y a su vez ser capaces de comprender el impacto emocional del cambio tanto en nosotros como en los demás y es que para poder ser eficaces en el momento de ayudar a las organizaciones con sus cambios continuos, se requiere de que el Graduado Social, como líder del departamento de Recursos Humanos sea capaz de crear conciencia y realizar un correcto manejo de sus sensaciones de ansiedad e incerteza a la vez que deben ser capaces de detectar y actuar frente a este tipo de sensaciones cuando se den entre los trabajadores que componen la plantilla de la organización.

Es importante, tener en cuenta que el futuro graduado social debe adquirir a lo largo de la carrera universitaria todo un conjunto de claves para que pueda tener lugar un adecuado manejo de las emociones y una técnica adecuada de resolución de conflictos, algo muy habitual en el día a día de los responsables de recursos humanos.

2.5. Inteligencia emocional en el contexto universitario.

La formación académica permite al alumnado desarrollar conocimientos específicos y técnicos pero también habilidades sociales, que son clave para la vida personal y laboral. Es por ello que podemos afirmar que las habilidades relacionadas con la Inteligencia Emocional evidencian que tienen una influencia positiva en los ámbitos social, académico y laboral. En este sentido, la inteligencia emocional puede y debe formarse a lo largo de la vida, desde la escuela infantil hasta la universidad de modo que las personas estén capacitadas para entender las emociones así como gestionar sus propias emociones y las de los demás.

Por otro lado, Goleman refiere en una de sus obras que para poder llegar a tener éxito en el ámbito laboral, las aptitudes emocionales son mucho más importantes que otro tipo de aptitudes como pueden ser las relacionadas con la mera inteligencia (intelecto) y los conocimientos basados en la técnica ya que este autor consideraba que ello hace posible el hecho de que existan ciertas conexiones entre el razonamiento del estudiante y las habilidades emocionales del mismo.⁹

En referencia a lo anterior, decir que fueron Fernández-Berrocal y Ruiz Aranda (2008), quienes mostraron que existía una clara relación entre el concepto Inteligencia Emocional, el propio rendimiento académico, las relaciones interpersonales así como con el conocido bienestar psicológico. Fue en este

⁹ Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.



estudio realizado por los autores en inicio del párrafo mencionados que la falta de Inteligencia Emocional que hay en los estudiantes afecta tanto en el interior como en el exterior de los muros académicos y es por ello que los estudiantes universitarios que como resultado, resultan ser altamente inteligentes en el terreno emocional muestran, como se ha dicho anteriormente, un grado de síntomas de ansiedad y depresión mucho inferiores al resto además de que presentan relaciones con su entorno mucho más positivas y resilientes.

Llegados a este punto, decir que en la actualidad no se conoce estudio alguno sobre la Inteligencia Emocional de los Graduados Sociales por lo tanto, este trabajo es una primera aproximación a la evaluación de la Inteligencia Emocional en estudiantes de Relaciones Laborales y futuros graduados sociales.

Este trabajo pretende evaluar cuál es el nivel de Inteligencia Emocional de los estudiantes del Grado de Relaciones Laborales (de los cuatro cursos) de la Universitat de les Illes Balears.

3. METODOLOGÍA.

3.1. Cuestionario.

El cuestionario que se ha utilizado para medir la Inteligencia Emocional de los estudiantes de Relaciones Laborales de la UIB ha sido el cuestionario TMMS-48 (Salovey et al., 1995), ya que Hernández et al., (2003) plantean que este es un cuestionario auto administrado eficaz para medir la inteligencia emocional de los estudiantes de grados universitarios.

Es un cuestionario compuesto por 48 ítems cuya escala de respuesta es numérica del 1 al 5 siendo 1 *Completamente en desacuerdo*. Y 5 *Completamente de acuerdo*.

Se distinguen 14 factores en los que se dividen los 48 ítems:

Factor1: Que incluye los siguientes 11 ítems:

“A veces no puedo explicar lo que siento”

“Rara vez estoy confundido/a acerca de cómo me siento”

“Nunca puedo explicar cómo me siento”

“A menudo estoy consciente de mis sentimientos respecto a las cosas”

“Frecuentemente me siento confundido/a acerca de cómo me siento”

“Me siento a gusto con mis emociones”

“Pongo mucha atención a mis sentimientos”



“Estoy muy claro/a acerca de mis sentimientos”
“Generalmente conozco mis sentimientos de alguna cosa”
“Casi siempre sé exactamente cómo me siento”

Factor 2: Que incluye los siguientes 11 ítems:

“No tengo mucha energía cuando estoy feliz”
“Los sentimientos dirigen la vida”
“Aunque a veces me siento triste, tengo una actitud optimista”
“Cuando estoy perturbado/a, me doy cuenta de que “las cosas de la vida” son ilusiones”
“Cuando me siento perturbado/a, me acuerdo de todos los placeres de la vida”
“Mis creencias y opiniones cambian dependiendo de cómo me sienta”
“Cuando estoy triste, no puedo dejar de tener malos pensamientos”
“Aunque a veces estoy feliz, tengo principalmente una actitud pesimista”
“Siempre que estoy de mal humor soy pesimista acerca del futuro”
“No importa cuán mal me sienta, trato de pensar acerca de cosas agradables”
“Cuando estoy feliz a veces me acuerdo de todo lo que puede salir mal”

Factor 3: Que incluye los siguientes 4 ítems:

“Si encuentro que me estoy enfadando, trato de calmarme”
“Generalmente tengo mucha energía cuando estoy feliz”
“Pongo mucha atención a cómo me siento”
“A menudo pienso acerca de mis sentimientos”

Factor 4: Que incluye los siguientes 3 ítems:

“Uno nunca debería guiarse por las emociones”
“Si estoy de buen humor me recuerdo de la realidad para deprimirme”
“Es frecuentemente una pérdida de tiempo pensar en las emociones”

Factor 5: Que incluye los siguientes 3 ítems:

“No permito que mis sentimientos interfieran con lo que pienso”
“Creo en el actuar desde los sentimientos”
“Nunca me someto a mis emociones”

Factor 6: Que incluye los siguientes 3 ítems:

“Trato de tener buenos pensamientos, no importando cuán mal me sienta”
“Pienso que no vale la pena poner atención a mis emociones o estados de ánimo”
“Cuando estoy de buen humor soy optimista acerca del futuro”



Factor 7: Que incluye los siguientes 2 ítems:

“Cuando estoy enfadado/a, generalmente permito”

“Frecuentemente no me importa mucho lo que estoy sintiendo”

Factor 8: Que incluye los siguientes 3 ítems:

“Es importante bloquear algunos sentimientos para preservar la salud mental”

“Nunca me preocupo por estar de muy buen humor”

“Los sentimientos son una debilidad que los humanos tenemos”

Factor 9: Que incluye los siguientes 2 ítems:

“La variedad de sentimientos hacen que la vida sea más interesante”

“Para mí, la mejor manera de manejar mis sentimientos es experimentarlos al máximo”

Factor 10: Que incluye el siguiente ítem:

“Frecuentemente no tengo mucha energía cuando estoy triste”

Factor 11: Que incluye el siguiente ítem:

“Creo que es saludable sentir cualquier emoción que sientas”

Factor 12: Que incluye los siguientes 2 ítems:

“A la gente le iría mejor si sintiera menos y pensara más”

“Pienso constantemente acerca de mis estados de ánimo”

Factor 13: Que incluye el siguiente ítem:

“Cuando estoy feliz me doy cuenta de lo tontas que son la mayoría de mis preocupaciones”

Factor 14: Que incluye el siguiente ítem:

“Tengo mucha energía cuando estoy triste”

Para el procesamiento estadístico de los datos recogidos se utilizó Excel.

Indicar que la objetividad se lleva a cabo a través de la consigna del instrumento utilizado en este caso para evaluar la Inteligencia emocional, TMM-48, cosa que



permite un cierto grado de homogeneidad al momento de aplicar este cuestionario. La consigna es la que a continuación se expone:

“Estoy realizando mi trabajo de fin de grado de Relaciones Laborales y mi objetivo es realizar un estudio sobre la Inteligencia Emocional de los futuros graduados sociales realizando un cuestionario de "Adaptación Trait Meta- Mood Scale 48 (Salovey et al., 1995)”.

Este cuestionario es totalmente ANÓNIMO.

Instrucciones para su contestación:

Por favor, lea cada enunciado y decida si está o no de acuerdo con él. Pulse UNA ÚNICA a opción, de acuerdo a la siguiente escala:

- 5. Completamente de acuerdo.*
- 4. Algo de acuerdo.*
- 3. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.*
- 2. Algo en desacuerdo.*
- 1. Completamente en desacuerdo.*

Muchas gracias por su colaboración.”

En la encuesta realizada a los estudiantes del Grado de Relaciones Laborales de la Universitat de les Illes Balears, se ha tenido en cuenta, como se puede leer en el párrafo anterior, que se ha tenido en todo momento un alto grado de protección de la confidencialidad con las respuestas obtenidas por los participantes. Por ello, decir que los resguardos éticos tomados a lo largo de esta investigación están directamente focalizados en salvaguardar en todo momento los derechos de las personas participantes.

3.2. Procedimiento.

Para obtener la información necesaria para realizar el análisis de la Inteligencia Emocional de los futuros graduados sociales de la UIB, se llevó a cabo una adaptación de los 48 ítems en forma de cuestionario a través de Google Forms y posteriormente este se difundió entre los alumnos de 1º, 2º, 3º y 4º del grado de Relaciones Laborales de la UIB a través de plataformas como pueden ser WhatsApp e Instagram para lo cual dispusieron de un mes para responder.



3.3. Muestra.

Se trata de una muestra no probabilística intencionada, ya que en este caso la elección de los sujetos evaluados se ha llevado a cabo de forma consciente y no a través de la probabilidad. Para ello, se han tenido en consideración la participación de estudiantes del Grado de Relaciones Laborales de la Universitat de les Illes Balears.

La cantidad de personas que han participado en la encuesta ha sido un total de 58 personas de las cuales 17 (29'3%) han sido hombres y 41 (70'7%) han sido mujeres.

A continuación, se procede a indicar los porcentajes de cada una de las respuestas a las afirmaciones realizadas.

1. “La variedad de sentimientos hacen que la vida sea más interesante.”

En esta afirmación, un 59% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 21,1% está algo de acuerdo, un 10,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 7% está algo en desacuerdo y un 3,6% está completamente en desacuerdo.

2. “Trato de tener buenos pensamientos, no importa cuan mal me sienta.”

En esta afirmación, un 17,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 47,4% está algo de acuerdo, un 19,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 12,3% está algo en desacuerdo y un 5,3% está completamente en desacuerdo.

3. “No tengo mucha energía cuando estoy feliz”

En esta afirmación, un 3,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 3,5% está algo de acuerdo, un 7% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 28,1% está algo en desacuerdo y un 59,6% está completamente en desacuerdo.

4. “A la gente le iría mejor si sintiera menos y pensara más”

En esta afirmación, un 7% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 17,5% está algo de acuerdo, un 19,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 33,3% está algo en desacuerdo y un 22,8% está completamente en desacuerdo.



5. “Frecuentemente no tengo mucha energía cuando estoy triste”

En esta afirmación, un 24,6% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 57,9% está algo de acuerdo, un 10,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 7% está algo en desacuerdo y un 1,8% está completamente en desacuerdo.

6. “Cuando estoy enfadado/a, generalmente permito sentirme de ese modo”

En esta afirmación, un 17,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 45,6% está algo de acuerdo, un 24,6% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 10,5% está algo en desacuerdo y un 3,5% está completamente en desacuerdo.

7. “Pienso que no vale la pena poner atención a mis emociones o estados de ánimo”

En esta afirmación, un 0% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 10,5% está algo de acuerdo, un 5,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 29,8% está algo en desacuerdo y un 54,4% está completamente en desacuerdo.

8. “Frecuentemente no me importa demasiado lo que estoy sintiendo”

En esta afirmación, un 1,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 8,8% está algo de acuerdo, un 1,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 35,1% está algo en desacuerdo y un 52,6% está completamente en desacuerdo.

9. “A veces no puedo explicar lo que siento”

En esta afirmación, un 24,6% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 42,1% está algo de acuerdo, un 15,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 8,8% está algo en desacuerdo y un 8,8% está completamente en desacuerdo.

10. “Si encuentro que me estoy enfadando, trato de calmarme”

En esta afirmación, un 29,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 50,9% está algo de acuerdo, un 10,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 7% está algo en desacuerdo y un 1,8% está completamente en desacuerdo.



11. "Tengo mucha energía cuando estoy triste"

En esta afirmación, un 3,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 0% está algo de acuerdo, un 7% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 43,9% está algo en desacuerdo y un 52,6% está completamente en desacuerdo.

12. "Rara vez estoy confundido/a acerca de cómo me siento"

En esta afirmación, un 7% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 40,4% está algo de acuerdo, un 17,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 21,1% está algo en desacuerdo y un 17,5% está completamente en desacuerdo.

13. "Pienso constantemente acerca de mis estados de ánimo"

En esta afirmación, un 8,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 47,4% está algo de acuerdo, un 22,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 12,3% está algo en desacuerdo y un 8,8% está completamente en desacuerdo.

14. "No permito que mis sentimientos interfieran con lo que siento"

En esta afirmación, un 1,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 33,3% está algo de acuerdo, un 28,1% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 31,6% está algo en desacuerdo y un 7% está completamente en desacuerdo.

15. "Los sentimientos dirigen la vida"

En esta afirmación, un 15,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 35,1% está algo de acuerdo, un 28,1% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 19,3% está algo en desacuerdo y un 1,8% está completamente en desacuerdo.

16. "Aunque a veces me siento triste, tengo una actitud optimista"

En esta afirmación, un 22,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 45,6% está algo de acuerdo, un 15,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 10,5% está algo en desacuerdo y un 5,3% está completamente en desacuerdo.



17. “Cuando estoy perturbado/a, me doy cuenta de que “las cosas de la vida” son ilusiones”

En esta afirmación, un 3,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 31,6% está algo de acuerdo, un 29,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 26,3% está algo en desacuerdo y un 12,3% está completamente en desacuerdo.

18. “Creo en el actuar desde los sentimientos”

En esta afirmación, un 10,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 50,9% está algo de acuerdo, un 26,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 14% está algo en desacuerdo y un 0% está completamente en desacuerdo.

19. “Nunca puedo explicar cómo me siento”

En esta afirmación, un 1,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 19,3% está algo de acuerdo, un 8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 36,8% está algo en desacuerdo y un 28,1% está completamente en desacuerdo.

20. “Cuando estoy feliz me doy cuenta de lo tontas que son la mayoría de mis preocupaciones”

En esta afirmación, un 19,3% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 50,9% está algo de acuerdo, un 19,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 5,3,3% está algo en desacuerdo y un 5,3% está completamente en desacuerdo.

21. “Creo que es saludable sentir cualquier emoción que sientas”

En esta afirmación, un 38,6% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 42,1% está algo de acuerdo, un 12,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 7% está algo en desacuerdo y un 0% está completamente en desacuerdo.

22. “Para mí, la mejor manera de manejar mis sentimientos es experimentarlos al máximo”

En esta afirmación, un 5,3% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 40,4% está algo de acuerdo, un 29,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 22,8% está algo en desacuerdo y un 1,8% está completamente en desacuerdo.



23. “Cuando me siento perturbado/a, me acuerdo de todos los placeres de la vida”

En esta afirmación, un 5,3% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 26,3% está algo de acuerdo, un 36,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 24,6% está algo en desacuerdo y un 7% está completamente en desacuerdo.

24. “Mis creencias y opiniones cambian dependiendo de cómo me sienta”

En esta afirmación, un 10,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 36,8% está algo de acuerdo, un 15,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 24,6% está algo en desacuerdo y un 12,3% está completamente en desacuerdo.

25. “Generalmente tengo mucha energía cuando estoy feliz”

En esta afirmación, un 50,9% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 38,6% está algo de acuerdo, un 8,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 0% está algo en desacuerdo y un 1,8% está completamente en desacuerdo.

26. “A menudo estoy consciente de mis sentimientos respecto a las cosas”

En esta afirmación, un 28,1% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 49,1% está algo de acuerdo, un 17,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 5,3% está algo en desacuerdo y un 0% está completamente en desacuerdo.

27. “Cuando estoy triste, no puedo dejar de tener malos pensamientos”

En esta afirmación, un 12,3% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 35,1% está algo de acuerdo, un 31,6% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 15,8% está algo en desacuerdo y un 7% está completamente en desacuerdo.

28. “Frecuentemente me siento confundido/a acerca de cómo me siento”

En esta afirmación, un 0% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 38,6% está algo de acuerdo, un 21,1% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 24,6% está algo en desacuerdo y un 17,5% está completamente en desacuerdo.



29. “Uno nunca debería guiarse por las emociones”

En esta afirmación, un 1,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 17,5% está algo de acuerdo, un 17,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 40,4% está algo en desacuerdo y un 22,8% está completamente en desacuerdo.

30. “Si estoy de buen humor, me acuerdo de la realidad para deprimirme”

En esta afirmación, un 0% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 5,3% está algo de acuerdo, un 3,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 29,8% está algo en desacuerdo y un 63,2% está completamente en desacuerdo.

31. “Nunca me someto a mis emociones”

En esta afirmación, un 1,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 10,5% está algo de acuerdo, un 42,1% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 33,3% está algo en desacuerdo y un 12,3% está completamente en desacuerdo.

32. “Aunque a veces estoy feliz, tengo principalmente una actitud pesimista”

En esta afirmación, un 0% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 12,3% está algo de acuerdo, un 17,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 29,8% está algo en desacuerdo y un 40,4% está completamente en desacuerdo.

33. “Me siento a gusto con mis emociones”

En esta afirmación, un 19,3% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 42,1% está algo de acuerdo, un 19,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 17,5% está algo en desacuerdo y un 1,8% está completamente en desacuerdo.

34. “Es importante bloquear algunos pensamientos para preservar la salud mental”

En esta afirmación, un 33,3% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 42,1% está algo de acuerdo, un 10,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 10,5% está algo en desacuerdo y un 3,5% está completamente en desacuerdo.



35. "Pongo mucha atención a cómo me siento"

En esta afirmación, un 26,3% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 42,1% está algo de acuerdo, un 19,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 12,3% está algo en desacuerdo y un 0% está completamente en desacuerdo.

36. "Cuando estoy de buen humor soy optimista acerca del futuro"

En esta afirmación, un 47,4% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 47,4% está algo de acuerdo, un 7% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 0% está algo en desacuerdo y un 0% está completamente en desacuerdo.

37. "No puedo dar sentido a mis emociones"

En esta afirmación, un 3,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 12,3% está algo de acuerdo, un 28,1% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 33,3% está algo en desacuerdo y un 24,6% está completamente en desacuerdo.

38. "Pongo mucha atención a mis sentimientos"

En esta afirmación, un 19,3% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 52,6% está algo de acuerdo, un 21,1% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 8,8% está algo en desacuerdo y un 0% está completamente en desacuerdo.

39. "Siempre que estoy de mal humor soy pesimista acerca del futuro"

En esta afirmación, un 8,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 38,6% está algo de acuerdo, un 17,5% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 22,8% está algo en desacuerdo y un 12,3% está completamente en desacuerdo.

40. "Nunca me preocupo por estar de muy buen humor"

En esta afirmación, un 10,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 19,3% está algo de acuerdo, un 12,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 28,1% está algo en desacuerdo y un 31,6% está completamente en desacuerdo.



41. “A menudo pienso acerca de mis sentimientos”

En esta afirmación, un 22,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 50,9% está algo de acuerdo, un 14% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 12,3% está algo en desacuerdo y un 0% está completamente en desacuerdo.

42. “Estoy muy claro/a acerca de mis sentimientos”

En esta afirmación, un 21,1% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 38,6% está algo de acuerdo, un 21,1% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 21,1% está algo en desacuerdo y un 1,8% está completamente en desacuerdo.

43. “No importa cuán mal me sienta, trato de pensar acerca de cosas agradables”

En esta afirmación, un 17,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 43,9% está algo de acuerdo, un 22,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 14% está algo en desacuerdo y un 1,8% está completamente en desacuerdo.

44. “Los sentimientos son una debilidad que los humanos tenemos”

En esta afirmación, un 8,8% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 24,6% está algo de acuerdo, un 19,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 14% está algo en desacuerdo y un 33,3% está completamente en desacuerdo.

45. “Generalmente conozco mis sentimientos de alguna cosa”

En esta afirmación, un 17,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 47,4% está algo de acuerdo, un 19,3% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 12,3% está algo en desacuerdo y un 5,3% está completamente en desacuerdo.

46. “Es frecuentemente una pérdida de tiempo pensar en las emociones”

En esta afirmación, un 3,5% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 12,3% está algo de acuerdo, un 14% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 40,4% está algo en desacuerdo y un 31,6% está completamente en desacuerdo.



47. “Cuando estoy feliz a veces me acuerdo de todo lo que puede salir mal”

En esta afirmación, un 0% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 24,6% está algo de acuerdo, un 22,8% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 29,8% está algo en desacuerdo y un 22,8% está completamente en desacuerdo.

48. “Casi siempre sé exactamente cómo me siento”

En esta afirmación, un 12,3% de las respuestas indica que está completamente de acuerdo con la afirmación, mientras que un 40,4% está algo de acuerdo, un 24,6% está ni de acuerdo ni en desacuerdo, un 19,3% está algo en desacuerdo y un 5,3% está completamente en desacuerdo.

4. RESULTADOS.

En el presente apartado, se tiene por objeto analizar los resultados anteriormente mencionados a partir de variables que hacen referencia a la Inteligencia Emocional de los futuros Graduados Sociales. Se tendrá en consideración el grado de Inteligencia Emocional a nivel general de los sujetos mencionados a partir de valores generales, que permitan al lector llegar a una conclusión respecto a este tema concreto.

Una vez expuestas las afirmaciones y los porcentajes de respuesta de cada una de estas, se debe dar paso al análisis de los resultados. Para poderse llevar a cabo el correcto análisis de los resultados, se ha recurrido a una subdivisión de las afirmaciones, quedando estas repartidas en 14 factores (anteriormente mencionados) quedando del siguiente modo:

FACTOR 1:

Compuesto por los siguientes 11 ítems:

“A veces no puedo explicar lo que siento”

“Rara vez estoy confundido/a acerca de cómo me siento”

“Nunca puedo explicar cómo me siento”

“A menudo estoy consciente de mis sentimientos respecto a las cosas”

“Frecuentemente me siento confundido/a acerca de cómo me siento”

“Me siento a gusto con mis emociones”

“Pongo mucha atención a mis sentimientos”

“Estoy muy claro/a acerca de mis sentimientos”

“Generalmente conozco mis sentimientos de alguna cosa”



“Casi siempre sé exactamente cómo me siento”

FACTOR 2:

Compuesto por los siguientes 11 ítems:

“No tengo mucha energía cuando estoy feliz”

“Los sentimientos dirigen la vida”

“Aunque a veces me siento triste, tengo una actitud optimista”

“Cuando estoy perturbado/a, me doy cuenta de que “las cosas de la vida” son ilusiones”

“Cuando me siento perturbado/a, me acuerdo de todos los placeres de la vida”

“Mis creencias y opiniones cambian dependiendo de cómo me sienta”

“Cuando estoy triste, no puedo dejar de tener malos pensamientos”

“Aunque a veces estoy feliz, tengo principalmente una actitud pesimista”

“Siempre que estoy de mal humor soy pesimista acerca del futuro”

“No importa cuán mal me sienta, trato de pensar acerca de cosas agradables”

“Cuando estoy feliz a veces me acuerdo de todo lo que puede salir mal”

FACTOR 3:

Compuesto por los siguientes 4 ítems:

“Si encuentro que me estoy enfadando, trato de calmarme”

“Generalmente tengo mucha energía cuando estoy feliz”

“Pongo mucha atención a cómo me siento”

“A menudo pienso acerca de mis sentimientos”

FACTOR 4:

Compuesto por los siguientes 3 ítems:

“Uno nunca debería guiarse por las emociones”

“Si estoy de buen humor me recuerdo de la realidad para deprimirme”

“Es frecuentemente una pérdida de tiempo pensar en las emociones”

FACTOR 5:

Compuesto por los siguientes 3 ítems:

“No permito que mis sentimientos interfieran con lo que pienso”

“Creo en el actuar desde los sentimientos”

“Nunca me someto a mis emociones”



FACTOR 6:

Compuesto por los siguientes 3 ítems:

- “Trato de tener buenos pensamientos, no importando cuán mal me sienta”
- “Pienso que no vale la pena poner atención a mis emociones o estados de ánimo”
- “Cuando estoy de buen humor soy optimista acerca del futuro”

FACTOR 7:

Compuesto por los siguientes 2 ítems:

- “Cuando estoy enfadado/a, generalmente permito”
- “Frecuentemente no me importa mucho lo que estoy sintiendo”

FACTOR 8:

Compuesto por los siguientes 3 ítems:

- “Es importante bloquear algunos sentimientos para preservar la salud mental”
- “Nunca me preocupo por estar de muy buen humor”
- “Los sentimientos son una debilidad que los humanos tenemos”

FACTOR 9:

Compuesto por los siguientes 2 ítems:

- “La variedad de sentimientos hacen que la vida sea más interesante”
- “Para mí, la mejor manera de manejar mis sentimientos es experimentarlos al máximo”

FACTOR 10:

Compuesto por el siguiente ítem:

- “Frecuentemente no tengo mucha energía cuando estoy triste”

FACTOR 11:

Compuesto por el siguiente ítem:

- “Creo que es saludable sentir cualquier emoción que sientas”



FACTOR 12:

Compuesto por los siguientes 2 ítems:

“A la gente le iría mejor si sintiera menos y pensara más”
“Pienso constantemente acerca de mis estados de ánimo”

FACTOR 13:

Compuesto por el siguiente ítem:

“Cuando estoy feliz me doy cuenta de lo tontas que son la mayoría de mis preocupaciones”

FACTOR 14:

Compuesto por el siguiente ítem:

“Tengo mucha energía cuando estoy triste”

Una vez divididos los ítems en los 14 factores mencionados, se debe indicar que se reparten de este modo con la finalidad de agrupar las afirmaciones cuya respuesta está directamente relacionada según el *cuestionario de "Adaptación Trait Meta- Mood Scale 48 (Salovey et al., 1995)"*.

A partir del estudio anterior, se van a analizar los resultados obtenidos por factores.

Los ítems que componen el factor 1 (Claridad Emocional) presentan resultados que se pueden clasificar en una correlación negativa con tendencia a media y una correlación fuertemente positiva (-0,384 y 0,896).

En este caso se puede observar cómo alguno de los ítems son de signo positivo mientras que otros, son de signo negativo, lo que quiere decir que algunas de las afirmaciones (ítems) están planteadas a la inversa (Ejemplo: ítem 12 e ítem 28).

Para finalizar el análisis del factor 1, debemos indicar que a la hora de analizar la correlación entre las afirmaciones, se ha percibido una correlación positiva intensa, como es el caso del ítem 48; mientras que por otro lado, se identifican 5 ítems que muestran resultados positivos con tendencia a muy positivos, mostrando valores entre los 0,819 y 0,906, 2 ítems que muestran una correlación positiva, una afirmación con correlación positiva débil con cierta tendencia a media y un último ítem que muestra una correlación negativa débil con tendencia a media.



En el factor 2, se ha observado como está compuesto por ítems que se sitúan en una posición de correlación negativa-muy negativa (-0,783) mientras que por otro lado se sitúan en una posición de correlación positiva-muy positiva (0,902).

Se informa que 5 de los ítems muestran una correlación positiva media con cierta tendencia a considerable, mientras que por otro lado una afirmación obtiene una correlación positiva con tendencia a media.

Por otro lado, se puede decir que 3 de los ítems cuentan con unos resultados que rodean la categoría de correlación positiva débil y para finalizar, una afirmación recibe una correlación positiva media y otra una correlación media con tendencia a fuerte.

En tercer lugar, se encuentra el factor 3 en el que se ha observado que los resultados oscilan entre -0,397 y 0,831, lo que significa que estos giran en torno a la correlación negativa, con tendencia débil a media y otra correlación considerablemente positiva.

Uno de los ítems muestra una correlación positiva con tendencia a media, mientras que por otro lugar, se puede destacar que 2 ítems oscilan la categoría de correlación positiva con tendencia a muy positiva.

Finalmente, hacer referencia a que un ítem ha obtenido un resultado de correlación negativa con tendencia a media-débil.

En cuarto lugar, se encuentra el factor 4, cuyos resultados oscilan entre la correlación negativa con tendencia a débil y la correlación positiva con tendencia a media.

Concretamente está conformado por un ítem que muestra una correlación positiva con tendencia a débil, otro ítem muestra una correlación negativa con tendencia a media con tendencia débil, mientras que otro ítem muestra una correlación positiva con tendencia a media con tendencia fuerte.

Seguidamente, se identifica el factor 5, cuyos ítems cuentan con una correlación positiva con tendencia a media-fuerte, observándose como dos de los ítems se ubican en un rango de correlación considerable (0,769 y 0,817) y un ítem se encuentra con una correlación positiva media.

El factor 6, cuenta con unos valores que oscilan entre una correlación negativa con tendencia a fuerte y una correlación positiva con tendencia a media-fuerte.

Dos de los ítems que componen el factor, cuentan con una correlación positiva media con cierta tendencia a fuerte, mientras que el ítem restante cuenta con una correlación negativa con tendencia fuerte (-0,864).

El factor 7, muestra una serie de ítems cuya puntuación obtenida ronda la categoría de correlación positiva con tendencia a media, ya que ambos ítems muestran valores muy semejantes entre ellos (0,578 y 0,602).



En el factor 8, se ha podido observar cómo los valores fluctúan entre una correlación negativa con tendencia media y una correlación positiva con tendencia considerable.

Se debe indicar, de este modo que uno de los ítems cuenta con una correlación positiva considerable, mientras que por otro lado, otro tiene una correlación positiva con tendencia a media y por último, un tercer ítem que cuenta con una correlación negativa con tendencia a media.

En referencia a la correlación del factor 9, se debe indicar que se trata de un factor compuesto por dos ítems opuestos; ya que por un lado, una de las afirmaciones cuenta con una correlación negativa media con tendencia a considerable (-0,691) mientras que la otra cuenta con una correlación positiva considerable con tendencia a fuerte (0,901)

En décimo lugar, se encuentra el factor 10, el cual está formado por un ítem que cuenta con un valor de saturación positiva y media (0,584).

El factor 11, que como anteriormente se ha expuesto, está formado por un solo ítem cuya correlación es positiva con tendencia a fuerte (0,885).

El factor 12, muestra una correlación negativa débil por una parte (-0,361), mientras que por otro lado, cuenta con una correlación positiva media (0,503).

Llegando a los últimos factores en los que se dividen los 48 ítems, se puede decir que el factor 13, cuenta con una correlación positiva media (0,545).

Para terminar, el factor 14 cuenta con un solo ítem, el cual muestra una correlación positiva con tendencia a fuerte (0,704).

Para finalizar el análisis factorial, se debe indicar que se ha recurrido a todos los ítems que componen el TMMS-48 (Salovey et al., 1995), mientras que por otro lado, se han revisado el índice Kaiser-Meyer-Olkin, el análisis de las comunidades y la extracción de componentes principales con rotación ortogonal varimax.

De este modo, se procede a nombrar nuevos factores en función de la temática de las afirmaciones (ítems) que quedan del siguiente modo:

FACTOR 1: CLARIDAD EMOCIONAL.

“A veces no puedo explicar lo que siento”

“Rara vez estoy confundido/a acerca de cómo me siento”

“Nunca puedo explicar cómo me siento”

“A menudo estoy consciente de mis sentimientos respecto a las cosas”



“Frecuentemente me siento confundido/a acerca de cómo me siento”

“Me siento a gusto con mis emociones”

“Estoy muy claro/a acerca de mis sentimientos”

“Generalmente conozco mis sentimientos acerca de alguna cosa”

“Casi siempre sé exactamente cómo me siento”

Los valores que componen el factor que hace referencia a la claridad emocional cuentan con una correlación negativa media hasta una correlación positiva considerable.

Los resultados muestran una clara sintonía con el factor claridad emocional, lo que da lugar a que este factor se denomine de este modo, haciendo referencia a que los reactivos que lo componen referencian el grado de comprensión que una persona puede tener en relación a sus emociones y a la capacidad que estos tienen de distinguirlas de un modo eficaz.

FACTOR 2: ATENCIÓN EMOCIONAL.

“Pienso constantemente acerca de mis estados de ánimo”

“Pongo mucha atención a cómo me siento”

“Pongo mucha atención a mis sentimientos”

“A menudo pienso a cerca de mis sentimientos”

Los valores que componen el factor que hace referencia a la atención emocional cuentan con una correlación negativa considerable a una positiva considerable.

Los resultados muestran una clara coincidencia entre los 4 ítems que forman el factor, ya que abordan el tiempo que una persona dedica a atender sus emociones.

FACTOR 3: CREENCIAS DISFUNCIONALES ACERCA DE LAS EMOCIONES.

“A la gente le iría mejor si sintiera menos y pensara más”

“Pienso que no vale la pena poner atención a mis emociones o estados de ánimo”

“Uno nunca debería guiarse por las emociones”

“Nunca me someto a mis emociones”

“Es importante bloquear algunos sentimientos para preservar la salud mental”

“Los sentimientos son una debilidad que los humanos tenemos”

“Es frecuentemente una pérdida de tiempo pensar en las emociones”

Los valores que componen este factor cuentan con una correlación positiva media a una correlación positiva con tendencia a fuerte.

Este factor recibe su nombre ya que los ítems que lo conforman tratan las ideas negativas en relación a las emociones, que promueven el bloqueo y la consecuencia así como el no experimentar sentimientos y estados de ánimo.



FACTOR 4: PESIMISMO.

“Cuando estoy perturbado/a, me doy cuenta de que las cosas buenas de la vida son ilusiones”

“Si estoy de buen humor, me acuerdo de la realidad para deprimirme”

“Aunque a veces estoy feliz, tengo principalmente una actitud pesimista”

“Siempre que estoy de mal humor soy pesimista acerca del futuro”

“Cuando estoy feliz a veces me acuerdo de todo lo que puede salir mal”

Los valores que componen este factor están en un rango de correlación negativa media y positiva media con tendencia a débil.

Este factor obtiene su nombre a partir de la disposición negativa con la que los individuos enfrentan los estados de ánimo, siendo de buen humor y de mal humor.

FACTOR 5: OPTIMISMO.

“Trato de tener buenos pensamientos, no importando cuán mal me sienta”

“Cuando me siento perturbado/a me recuerdo de todos los placeres de la vida”

“Nunca me preocupo por estar de muy buen humor”

“No importa cuán mal me sienta, trato de pensar acerca de cosas agradables”

En este caso, los valores que componen este factor están clasificados en un rango de correlación desde negativo con tendencia media a débil hasta la correlación positiva con tendencia a fuerte.

Este factor obtiene su nombre, ya que los cuatro ítems reflejan la capacidad de una persona para sobreponerse a estados de perturbación emocional, acudiendo a la actitud positiva de afrontamiento.

FACTOR 6: INFLUJO EMOCIONAL EN EL COMPORTAMIENTO.

“Los sentimientos dirigen la vida”

“Creo en el actuar desde los sentimientos”

Los ítems que componen el factor, obtienen una puntuación positiva con una correlación media con tendencia a considerable.

Además, el factor obtiene su denominación, ya que en las dos afirmaciones destaca el grado de influencia que tienen las emociones de una persona en su conducta.

FACTOR 7: ENERGÍA EN ESTADOS DE DESÁNIMO.

“Frecuentemente no tengo mucha energía cuando estoy triste”

“Tengo mucha energía cuando estoy triste”



En ambos ítems, destacan valores positivos de manera considerable, con tendencia fuerte. En ambos casos tratan la energía en una persona en referencia a la experimentación del sentimiento de tristeza, por lo que de ahí surge la denominación que obtiene este factor.

FACTOR 8: INFLUENCIA EMOCIONAL EN LO IDEATIVO.

“Mis creencias y opiniones cambian dependiendo de cómo me sienta”
“Cuando estoy triste, no puedo dejar de tener malos pensamientos”

Ambos valores aportan resultados positivos y este factor, recibe su nombre debido a que indican el impacto que experimentan los pensamientos de una persona a partir de sus vivencias emocionales.

FACTOR 9: ACEPTACIÓN EMOCIONAL.

“Cuando estoy enfadado/a, generalmente permito sentirme de ese modo”
“Creo que es saludable sentir cualquier emoción que sientas”
“Para mí, la mejor manera de manejar mis sentimientos es experimentarlos al máximo”

En este caso, dos de los ítems anteriores muestran una clara correlación positiva media con tendencia a considerable, mientras que por otro lado, un ítem muestra una correlación positiva débil.

Este factor recibe su nombre en relación al hecho de que los individuos experimentan una amplia variedad de emociones posibles.

FACTOR 10: AUTOCONTROL.

“Si encuentro que me estoy enfadando, trato de calmarme”
“Aunque a veces estoy triste, tengo una actitud optimista”

Las saturaciones que se observan en este caso son ambas positivas, teniendo ambas una correlación positiva con tendencia considerable en ambos casos.

Este factor recibe su denominación por la dominación del individuo respecto de sus experiencias emocionales, como pueden ser enfado o tristeza.

FACTOR 11: APROVECHAMIENTO DEL BUEN HUMOR.

“Cuando estoy feliz me doy cuenta de lo tontas que son la mayoría de mis preocupaciones”
“Cuando estoy de buen humor soy optimista acerca del futuro”



Este factor está formado por dos ítems con una correlación positiva con tendencia a fuerte.

Teniendo en cuenta que ambas afirmaciones tratan sobre la actitud positiva y el modo de percibir esta actitud, el factor percibe esta denominación.

FACTOR 12: ENERGÍA VITAL EN ESTADOS DE BUEN ÁNIMO.

“No tengo mucha energía cuando estoy feliz”

“Generalmente tengo mucha energía cuando estoy feliz”

Este factor está formado por dos ítems que muestran correlaciones opuestas, ya que mientras uno muestra una correlación positiva con tendencia a considerable, otro muestra una correlación negativa con tendencia considerable.

En este caso, este factor percibe esta denominación debido a que los ítems que lo componen tratan la vivencia de una experiencia emocional placentera y el grado en que varía la energía del individuo en relación a ello.

FACTOR 13: RECHAZO EMOCIONAL.

“Frecuentemente no me importa mucho lo que estoy sintiendo”

“No permito que mis sentimientos interfieran con lo que pienso”

En este caso, se observan dos ítems que comparten correlación positiva con tendencia a considerable.

Por otro lado, se debe indicar que este factor percibe tal denominación por el hecho de que los ítems que lo componen tratan el aislamiento de las emociones de la consciencia, a la vez que minimizan su importancia.

FACTOR 14: APERTURA A LA EXPERIENCIA EMOCIONAL.

“La variedad de sentimientos hacen que la vida sea más interesante”

Para finalizar, se debe indicar que el factor 14, cuenta con un ítem que tiene una correlación negativa con tendencia fuerte.

Además, es interesante tener en cuenta que el presente factor recibe su denominación por la afirmación que, en cierto modo, reconoce que las emociones son parte de la vida y como consecuencia de ello es importante reconocerlas, aceptarlas y vivirla.

Frente a estos resultados, debe tenerse en cuenta que una vez más, el dominio de las emociones es fundamental a la hora de determinar si un individuo es emocionalmente inteligente, por lo que si se pone especial fijación sobre los resultados, los estudiantes del Grado de Relaciones Laborales de la Universitat



de les Illes Balears disponen, en su mayoría, de Inteligencia Emocional; aspecto fundamental en la figura de un Graduado Social.

5. CONCLUSIONES.

El principal objetivo del presente TFG era conocer la Inteligencia Emocional de los futuros Graduados Sociales cuyos estudios hayan tenido lugar en la Universitat de les Illes Balears.

Para ello, 60 estudiantes del grado de Relaciones Laborales de la Universitat contestaron a un cuestionario de Inteligencia Emocional y se analizaron los resultados.

Los principales resultados indican que los estudiantes del Grado de Relaciones Laborales de la Universitat de les Illes Balears son, en su mayoría, emocionalmente inteligentes, teniendo en cuenta los parámetros utilizados para la realización de los cálculos pertinentes.

De acuerdo con la encuesta realizada por los alumnos del grado en cuestión, los alumnos del grado están más preparados en lo que a inteligencia emocional se refiere a la aceptación emocional, ya que muestran que cuentan con un alto grado de aceptación de las emociones que les surgen, así como comprensión de sus estados de ánimo.

Por otro lado, los resultados expuestos, muestran como los alumnos del grado están menos preparados en lo que a la apertura a la experiencia emocional se refiere, algo que es vital reparar, ya que se trata de algo indispensable para el correcto desempeño de las funciones como Graduados Sociales ejercientes.

Una de las principales aportaciones de este trabajo es dar a conocer el nivel de Inteligencia Emocional de los estudiantes del Grado en Relaciones Laborales de la Universitat de les Illes Balears y a partir de aquí, dar lugar a posibles estudios del grado, pudiendo implantar enfoques diversos y orientados al fomento de la Inteligencia Emocional en los estudiantes del mismo.

Teniendo en consideración el análisis realizado a lo largo del TFG, se puede interpretar que el grado está enfocado correctamente en la dirección de la gestión de las emociones, lo que significa que se está haciendo un buen trabajo desde el diseño y la implantación de los estudios impartidos.

Otras investigaciones que considero habría que realizar, en relación al tema actual, es la influencia de la Inteligencia Emocional en la satisfacción en el empleo y la influencia que esta tiene en la productividad de los Graduados Sociales, ya que se trata de un tema directamente relacionado con los posibles temas de interés de un Graduado Social.



Para ello, deberían realizarse análisis de la satisfacción en el empleo y la relación que esto tiene con la productividad de los Graduados Sociales y a partir de aquí, apostar por relacionarlo con la Inteligencia Emocional de los futuros Graduados Sociales.

Además, he llegado a la conclusión que es muy importante que los futuros Graduados Sociales sean emocionalmente inteligentes, ya que ello les permitirá crecer como profesionales y como personas, siendo esta cualidad algo indispensable para el crecimiento de las empresas en las que estos presten servicios.

Otro aspecto que considero es interesante incluir en las conclusiones del trabajo es decir que el futuro graduado social debe adquirir a lo largo de la carrera universitaria -y así lo hacen los alumnos de la Universitat de les Illes Balears- todo un conjunto de claves para que pueda tener lugar un adecuado manejo de las emociones y una técnica adecuada de resolución de conflictos, algo muy habitual en el día a día de los responsables de recursos humanos.

Para finalizar, debo exponer que ha sido una investigación que me ha aportado muchos conocimientos a nivel personal, que estoy seguro me ayudaran a lo largo de mi carrera profesional y que a su vez, me ha servido para formarme en la vertiente que más me interesa del Grado de Relaciones Laborales, que es la Psicológica; haciendo énfasis en la importancia que tienen las emociones en el día a día de las personas incluyendo, por supuesto, todo lo relacionado con el lugar que ocupa el trabajo, eso a lo que la gran mayoría de personas dedica la mayor parte de su tiempo durante la vida adulta y que es muy importante sentirse a gusto en el entorno laboral para ser más feliz y por lo tanto más productivo.

6. VENTAJAS O BENEFICIOS DE QUE LOS EMPLEADOS SEAN EMOCIONALMENTE INTELIGENTES.

Antes de terminar, es interesante tener en consideración los beneficios que aporta tanto a las empresas como a los trabajadores que los trabajadores sean emocionalmente inteligentes.

Algo que deben tener en cuenta todo tipo de profesionales egresados de la universidad, y en este caso principalmente los futuros graduados sociales; es que la Inteligencia Emocional está claramente relacionada con la satisfacción personal y a su vez con el desempeño laboral, lo que quiere decir que los graduados sociales deben ser emocionalmente inteligentes y a su vez, conocer bien el mundo de las emociones, ya que la del graduado social es una profesión



que se encuentra asiduamente en contacto con las personas y ello implica este requerimiento.¹⁰

Además, Yuan et al (2012) nos informa de que las personas que tienen una posición de jefatura (como la que podría ser de un futuro graduado social en un departamento de recursos humanos) obtienen mejores resultados si desarrollan objetivos y logros conjuntos y transmiten la importancia del trabajo, generando entusiasmo a la vez que confidencialidad, optimismo, cooperación y mantenimiento de la identificación con la organización llegando a la conclusión que sólo es posible llevar a cabo lo anterior a través de la inteligencia Emocional.¹¹

Las investigaciones apuntan que el alumnado que es emocionalmente inteligente muestra signos de tener mayores niveles de autoestima y satisfacción emocional e interpersonal además de cierta calidad de redes con las que interaccionan como pueden ser amigos o familiares. Obviamente, esto viene relacionado con la presencia de ansiedad y depresión, ya que podemos afirmar que las personas emocionalmente más inteligentes presentan en menor medida este tipo de sintomatología.¹²

Seguidamente, podemos hacer referencia a Durlack y Weissberg quienes nos informan que han llegado a la conclusión que la Inteligencia Emocional está directamente ligada con la educación socioemocional y que ello contribuye a que surja el aprendizaje académico pudiendo decir una vez más que la Inteligencia Emocional está directamente relacionada con la fase académica de las personas; más concretamente con la fase cursar estudios universitarios.¹³

Por todo lo anterior, podemos decir que la inteligencia emocional hace que incremente el rendimiento escolar al afrontar adecuadamente circunstancias de estrés académico.

¹⁰ Psilopanagioti, A., Anagnostopoulos, F., Mourtou, E., y Nikas, D. (2012). Emotional intelligence, emotional labor, and job satisfaction among physicians in Greece. *BMC Health Services Research*, 12(1), 463-474.

¹¹ Yuan, B., Wan-Lung, h., Jia-Horng, S., y Kuang-Pin, L. (2012). Increasing emotional intelligence of employees: evidence from research and development teams in Taiwan. *Social Behavior & Personality: An International Journal*, 40(10), 1713-1724.

¹² Extremera, N. & Fernández Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: *Evidencias Empíricas. Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6(2), 1-17.

¹³ Durlak, J. A. & Weissenberg, R. P. (2005). A major metaanalysis of positive youth developmental programs. *Invited presentation at the Annual Meeting of the American Psychological Association*. Washinyon, D.C.



7. LIMITACIONES AL ESTUDIO.

Para finalizar este TFG, se ha optado por incluir un apartado que incluya las limitaciones que ha sufrido el estudio, por lo que en primer lugar, debe hacerse referencia a la cantidad de hombres que han participado en la encuesta realizada a los alumnos y alumnas del Grado de Relaciones Laborales de la Universitat de les Illes Balears, siendo el número de este género muy inferior al del género femenino, por lo que evidencia la cantidad cada vez más creciente de los estudiantes universitarios, concretamente del Grado de Relaciones Laborales impartido en la Universitat de les Illes Balears que pertenecen al género femenino, habiendo participado un total del 29,8% de hombres y un 70,2% de mujeres.

Para concluir, se debe indicar que por lo anteriormente mencionado, la principal limitación del estudio es la significativa diferencia entre el número de hombres y mujeres que han respondido el cuestionario, por lo que la muestra no es equilibrada.



8. BIBLIOGRAFÍA.

- Ashkanasy, N. M., Härtel, C. E. y Zerbe, W. J. (2000). *Emotions in the Workplace: Research, Theory, and Practice*. Westport, CT: Quorum Books.
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient inventory (EQ-I): Technical Manual*, Toronto, Canadá: Multi-Health Systems.
- Durlak, J. A. & Weissenberg, R. P. (2005). A major metaanalysis of positive youth developmental programs. *Invited presentation at the Annual Meeting of the American Psychological Association*. Washinyon, D.C.
- Extremera, N. & Fernández Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: *Evidencias Empíricas*. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6(2), 1-17.
- Fernández-Berrocal, P., y Ramos, N. (2002). *Corazones inteligentes*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1995) *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Jorge Lezcano, F. (1997). Valoración de la empleabilidad de los diplomados en relaciones laborales: una aproximación empírica. *Revista de Ciencias Jurídicas*.
- Leuner, B. (1966). Emotionale intelligenz und emanzipation (Inteligencia Emocional y emancipación). *Praxis Der Kynderpsychologie Und Kinderpsychiatry*, Vol. 15.
- Psilopanagioti, A., Anagnostopoulos, F., Mourtou, E., y Nikas, D. (2012). Emotional intelligence, emotional labor, and job satisfaction among physicians in Greece. *BMC Health Services Research*, 12(1), 463-474.
- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, Vol. 9, nº3.
- Thorndike, E. L (1920). Intelligence and its use. *Harper's Monthly Magazine*, vol. 140.
- Yuan, B., Wan-Lung, h., Jia-Horng, S., y Kuang-Pin, L. (2012). Increasing emotional intelligence of employees: evidence from research and development teams in Taiwan. *Social Behavior & Personality: An International Journal*, 40(10), 1713-1724.