

Eficacia de una intervención para incrementar la inteligencia socioemocional en estudiantes mexicanos de bachillerato¹

Héctor Rubén Bravo Andrade

Doctor en Psicología
Universidad de Guadalajara, Jalisco, México
Correo electrónico:
ruben.bravo@academicos.udg.mx

Mercedes Gabriela Orozco Solís

Doctora en Psicología
Universidad de Guadalajara, Jalisco, México
Correo electrónico:
gabriela.orozco@academicos.udg.mx

Norma Alicia Ruvalcaba Romero

Doctora en Inteligencia Emocional
Universidad de Guadalajara, Jalisco, México
Correo electrónico:
norma.ruvalcaba@academicos.udg.mx

Erika Yadira Macías Mozqueda

Doctora en Gestión de la Educación Superior
Universidad de Guadalajara, Jalisco, México
Correo electrónico:
erika.macias@academicos.udg.mx

Recibido: 03/08/2021
Evaluado: 27/09/2021
Aceptado: 19/10/2021

1 Para citar este artículo: Bravo-Andrade, H. R., Orozco, M. G., Ruvalcaba, N. A. y Macías, E. Y. (2023). Eficacia de una intervención para incrementar la inteligencia socioemocional en estudiantes mexicanos de bachillerato. *Informes Psicológicos*, 23(1), pp. 83-96 <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v23n1a05>

Resumen

La inteligencia socioemocional influye en el ajuste psicosocial y en la prevención de problemáticas de salud mental, siendo necesario promover su desarrollo en etapas clave como la adolescencia. El objetivo fue evaluar la eficacia de una intervención para incrementar la inteligencia socioemocional en estudiantes mexicanos de bachillerato, a través de un estudio cuasiexperimental de diseño de un grupo con pre-test y post-test. Participaron seiscientos cuarenta y cinco estudiantes de quince preparatorias de Jalisco, México. Se aplicó la versión corta del Cuestionario de Cociente Emocional EQi-SF, antes y después de una intervención de diez sesiones semanales de una hora. Para el total de la muestra se encontraron diferencias en adaptabilidad ($p = .004$), competencia interpersonal ($p = .034$), y EQi total ($p = .014$). En hombres hubo diferencias en adaptabilidad ($p = .012$) y en mujeres en manejo del enojo ($p = .005$), y EQi total ($p = .005$). La intervención fue eficaz parcialmente y de manera diferenciada para hombres y mujeres, por lo que se identifica que se requiere una mayor sistematización de las sesiones.

Palabras clave

Inteligencia socioemocional, Intervención, Adolescentes, Sexo, Estudiantes de bachillerato.

Eficácia de uma intervenção para aumentar a inteligência socioemocional em estudantes mexicanos do ensino médio

Resumo

A inteligência socioemocional influencia o ajustamento psicossocial e a prevenção de problemas de saúde mental, tornando-se necessário promover o seu desenvolvimento em fases chave como a adolescência. O objetivo foi avaliar a eficácia de uma intervenção para aumentar a inteligência socioemocional em estudantes mexicanos do ensino médio. Estudo quase-experimental, desenho de grupo com pré-teste e pós-teste. Participaram 645 alunos de 15 colégios de Jalisco, México. A versão curta do Questionário do Quociente Emocional EQi-SF foi aplicada antes e após uma intervenção de 10 sessões semanais de 1 hora. Para toda a amostra, foram encontradas diferenças em adaptabilidade ($p = 0,004$), competência interpessoal ($p = 0,034$) e EQi total ($p = 0,014$). Nos homens, houve diferenças na adaptabilidade ($p = 0,012$) e nas mulheres no controle da raiva ($p = 0,005$) e EQi total ($p = 0,005$). A intervenção foi parcialmente eficaz e de forma diferenciada para homens e mulheres, sendo necessária uma maior sistematização das sessões.

Palavras-chave

Intervenção, Inteligência socioemocional, Adolescentes, Sexo, Estudantes.

Efficacy of an intervention to increase socio-emotional intelligence in Mexican high school students

Abstract

Socio-emotional intelligence influences psychosocial adjustment and the prevention of mental health problems, making it necessary to promote its development in key stages such as adolescence. The objective was to evaluate the efficacy of an intervention to increase socio-emotional intelligence in Mexican high school students. Quasi-experimental study, design of a group with pre-test and post-test. 645 students from 15 high schools in Jalisco, Mexico participated. The short version of the EQi-SF Emotional Quotient Questionnaire was applied before and after an intervention of 10 weekly sessions of 1 hour each. For the entire sample, differences were found in adaptability ($p = .004$), interpersonal competence ($p = .034$), and total EQi ($p = .014$). In men there were differences in adaptability ($p = .012$), and in women in anger management ($p = .005$) and total EQi ($p = .005$). The intervention was partially effective and in a differentiated way for men and women. A greater systematization of the sessions is required.

Keywords

Intervention, Socio-emotional intelligence, Adolescents, Sex, Students.

Introducción

La inteligencia socioemocional (ISE) comprende un conjunto de rasgos de personalidad, habilidades y facilitadores que determinan la forma como se experimentan, expresan y gestionan las emociones propias y de los demás (Bar-On, 2006). En el modelo mixto se propone que la inteligencia socioemocional se configura a partir de la interacción entre las competencias socioemocionales, habilidades cognitivas, rasgos de personalidad, aptitudes y aspectos motivacionales (Bar-On; 2002, 2006). Además, influye en la manera como el individuo se relaciona con los demás y afronta las demandas del contexto (Bar-On, 2006).

En la adolescencia, el desarrollo de habilidades socioemocionales favorece la toma de decisiones (Fregoso, López, Navarro & Valadez, 2013), la calidad de relaciones interpersonales, las conductas de ayuda a los demás y un clima escolar positivo (Ruvalcaba-Romero, Gallegos-Guajardo & Fuentes, 2017). Además, la claridad y gestión de las emociones predicen la autoestima en general (Calero, Barreyro & Injoque-Riccle, 2018). De manera prospectiva se encuentra que una mayor calidad de vida laboral y mejores estrategias de afrontamiento se vinculan con la inteligencia emocional (Castaño-Castrillón & Páez-Cala, 2020).

Del mismo modo, se reporta una asociación negativa entre las competencias socioemocionales y la conducta disocial (Ruvalcaba, Salazar, & Gallegos, 2012), así como con la depresión (Veytia, Fajardo, Guadarrama, & Escutia, 2016). A la vez, se reconocen como un factor pro-

ductor contra la ideación suicida (Mamani-Benito, Brousett-Minaya, Ccori-Zúñiga, & Villasante-Idme, 2018).

Las diferencias entre hombres y mujeres en relación a la inteligencia socioemocional se han explorado en diversos estudios. Es ampliamente aceptado que los hombres muestran mejores niveles de adaptabilidad, mientras que las mujeres presentan competencias interpersonales mayores, aunque para el resto de las competencias no es clara la diferencia (Davis & Wigelsworth, 2018; Herrera, Buitrago & Cepero, 2017; López-Zafra, Pulido & Berrios, 2014; Ruvalcaba, Gallegos, Lorenza & Borges, 2014; Sarrionandia & Garaigordobil, 2017). En cuanto al total de la inteligencia socioemocional, se ha mostrado evidencia en favor de las mujeres, aunque la diferencia no es todavía contundente (Davis & Wigelsworth, 2018).

Los ámbitos de desarrollo de la ISE se encuentran principalmente en la familia (Ruvalcaba, Gallegos, Villegas & Lorenzo, 2013) y dentro la escuela (Rubiales, Russo, Paneiva, & González, 2018). Es en este último espacio donde se ha hecho un esfuerzo considerable por fomentarla, y aunque existe una variedad de programas que no cuentan con evidencia empírica, aquellos que la han probado demuestran ser eficaces para aumentar la ISE (Garaigordobil, 2018). Diversas investigaciones han dado muestras de cambios significativos a partir de las intervenciones, tales como incrementos en variables socioemocionales y asociadas a la salud mental, así como disminución en variables vinculadas a patologías (Rubiales et al., 2018).

Muestra de ello son las intervenciones realizadas con adolescentes espa-

ños en las que se ha logrado disminuir síntomas psicossomáticos y aumentar la felicidad (Sarrionandia & Garaigordobil, 2017), así como incrementar las competencias interpersonales, estado de ánimo, intrapersonales y el total de las competencias socioemocionales, con un tamaño del efecto grande en las dos últimas (Sarrionandia & Garaigordobil, 2017). Vale la pena resaltar que en la investigación referida no se encontraron diferencias en adaptabilidad, ni manejo del estrés, como tampoco se hallaron diferencias por sexo como producto de la intervención (Sarrionandia & Garaigordobil, 2017). Lo anterior coincide con lo reportado en una revisión sobre programas de entrenamiento socioemocional para niños y adolescentes (Rubiales et al., 2018).

En México son escasas las investigaciones que se han reportado sobre intervenciones para el desarrollo de la inteligencia socioemocional en adolescentes. Entre ellas se cuenta con la llevada a cabo por Fregoso et al. (2013), cuyo propósito fue aumentar la percepción y facilitación emocional, aunque desde un modelo teórico distinto al propuesto en la presente investigación.

Considerando los beneficios de estos programas de intervención para el desarrollo de la inteligencia socioemocional en la población adolescente y la escasez de los mismos en el contexto mexicano, el presente estudio tuvo como objetivo evaluar la eficacia de una intervención en competencias socioemocionales en estudiantes mexicanos de bachillerato.

Método

Diseño

Se llevó a cabo un estudio de tipo cuasiexperimental de diseño de un solo grupo con medidas repetidas pre-test y post-test. La variable independiente fue el programa de intervención; y la dependiente las competencias socioemocionales.

Participantes

La muestra total estuvo constituida por seiscientos cuarenta y cinco estudiantes, pertenecientes a quince escuelas preparatorias públicas del estado de Jalisco, México. Las edades oscilaron entre los quince y los veinte años, con una media de 16.77 (DE = 1.03). El 44,5% (287) fueron hombres y el 55,5% (358) mujeres. Fueron considerados alumnos de los seis grados impartidos a nivel de bachillerato. El 45,7% (295) pertenecía al turno matutino y el 54,3% (350) al vespertino. Como criterio de inclusión se consideró que contestaran al 100% del pre-test y del post-test, así como que participaran en al menos el 80% del programa de intervención. Se trató de un muestreo por conveniencia.

Instrumentos

Para evaluar las Competencias socioemocionales se utilizó el Emotional Quotient Inventori (EQ-i SF; Bar-On,

2002), en su versión corta y validada para población mexicana por Ruvalcaba-Romero, Orozco-Solís y Bravo-Andrade (2020). Se trata de una escala de veintiocho reactivos con opciones de respuesta tipo Likert de cinco puntos (1 = nunca a 5 = siempre). A continuación se describen sus dimensiones según los índices de confiabilidad obtenidos en el presente estudio: Adaptabilidad ($\alpha = .78$), que se compone de cinco ítems que evalúan la capacidad de solución de problemas, prueba de realidad y flexibilidad; Competencias intrapersonales ($\alpha = .76$), cuyos ocho ítems miden la comprensión de sí mismo, asertividad, autoconcepto, autorrealización e independencia; Competencias interpersonales ($\alpha = .70$), mediante siete reactivos, da cuenta de la empatía, relaciones interpersonales y responsabilidad social; Manejo del estrés ($\alpha = .87$), con ocho ítems valora la tolerancia al estrés y el control de impulsos.

Procedimiento

El levantamiento de datos se llevó a cabo en línea mediante formularios de google, en febrero de 2018 para el pre-test, y en mayo de 2018 para el post-test. En lo que respecta a las intervenciones, los investigadores principales elaboraron una lista de temas que abonaran al desarrollo de las competencias socioemocionales (ver tabla 1 en la siguiente página). Se generó una estructura de diez sesiones de una hora, con una frecuencia semanal, además de una sesión

inicial para el pre-test y otra final para el post-test. Las sesiones se estructuraron en tres partes: una dinámica rompehielo, la actividad principal (juego de roles, análisis de casos, modelado, etc.) y el cierre con realimentación. Con el propósito de generar un diseño colaborativo, se integró en el diseño de la intervención a treinta y cinco estudiantes del último grado de la licenciatura en Psicología del Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara, quienes se encontraban prestando horas de servicio profesional en las escuelas preparatorias. Los prestadores de servicio diseñaron dinámicas sensibles a las necesidades específicas de los contextos de cada escuela.

Consideraciones éticas

Se contó con la autorización de las autoridades escolares, así como el asentimiento de los participantes. El presente trabajo se desprende de un programa interinstitucional de promoción de la salud mental en el que colaboran instituciones de educación superior y media superior, así como Salud Mental Jalisco. Conforme al Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud (Secretaría de Salud, 2014) que regula la investigación en seres humanos en México, se aseguró la confidencialidad y se explicitó el carácter voluntario de la participación.

Tabla 1

Guía temática para desarrollar la intervención en inteligencia socioemocional en estudiantes de bachillerato

Sesión	Tema	Objetivo
1	Pre-test	Establecer una evaluación inicial previa a la intervención.
2	Autoconocimiento y autoestima	Fortalecer el conocimiento de sí mismo, centrándose en aspectos positivos de su persona.
3	Manejo de emociones	Favorecer el reconocimiento, manejo y gestión de emociones ante distintas situaciones.
4	Afrontamiento del estrés	Aprender sobre el estrés y sus síntomas, así como técnicas para su adecuado manejo.
5	Estilos de vida saludable	Favorecer formas de vida saludables desde los ámbitos psicológico, emocional, personal y social.
6	Empatía	Mejorar las habilidades empáticas de los participantes.
7	Asertividad	Facilitar la formulación y uso de mensajes asertivos.
8	Redes de apoyo	Ayudar a los participantes a identificar y establecer relaciones de apoyo.
9	Orientación a metas	Alentar la visualización de sueños al futuro y planear su consecución.
10	Toma de decisiones	Practicar la toma de decisiones considerando las implicaciones.
11	Gestión de emociones positivas	Desarrollar habilidades de autogeneración de emociones positivas.
12	Post-test	Evaluar las competencias socioemocionales después de la intervención.

Fuente: Elaboración propia.

Análisis de datos Resultados

Los datos se analizaron mediante el programa IBM SPSS v.25. Se establecieron estadísticos descriptivos de las variables, medidas de tendencia central y de dispersión. Como parámetros de distribución normal para muestras superiores a 300 casos, se consideraron valores de asimetría menores a 2 y curtosis menores a 7 (Abad, Olea, Ponsoda & García, 2011; Kim, 2012), por lo cual se realizaron pruebas paramétricas. Se hicieron análisis de diferencias de medias para muestras independientes, a través de la prueba *t* de Student; así como diferencia de medias para muestras relacionadas. Para estimar el tamaño del efecto (*d* de Cohen) se utilizó el programa JARS 0.14.1.0.

Como se observa en la tabla 2, las medias más altas, tanto en el pre-test como en el post-test, se encontraron en competencia interpersonal y adaptabilidad; mientras que las más bajas fueron sobre el manejo del enojo e intrapersonal en ambas mediciones. Los valores de asimetría y curtosis cercanos a 0 dieron cuenta de una distribución normal.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos de las dimensiones de la inteligencia socioemocional en el pre-test y post-test

	Media	DE	Mínimo	Máximo	Asimetría	Curtosis
Pre-test						
Adaptabilidad	3.77	.66	1	5	-.23	-.34
Intrapersonal	3.49	.61	1	5	-.29	.12
Interpersonal	3.89	.57	1	5	-.35	-.24
Manejo del enojo	3.31	.81	1	5	-.31	-.35
EQi Total	18.31	2.32	5	25	-.24	.03
Post-test						
Adaptabilidad	3.83	.66	1	5	-.12	-.59
Intrapersonal	3.49	.63	1	5	-.28	.18
Interpersonal	3.93	.60	1	5	-.65	.63
Manejo del enojo	3.33	.79	1	5	-.25	-.41
EQi Total	18.46	2.44	5	25	-.21	-.06

Nota: N = 645.

Fuente: Elaboración propia.

En relación al sexo, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la mayoría de las evaluaciones (ver tabla 3), por lo que se decidió realizar los análisis subsiguientes para el total de la muestra y de manera diferenciada

por sexo. Específicamente en el pre-test, solamente adaptabilidad no mostró diferencias. En el post-test tampoco se identificaron diferencias significativas en adaptabilidad, así como tampoco en competencia intrapersonal y en el total.

Tabla 3

Comparación de medias por sexo de las dimensiones de la inteligencia socioemocional en el pre-test y post-test

	Hombres ^a		Mujeres ^b		t(643)	p
	Media	DE	Media	DE		
Pre-test						
Adaptabilidad	3.80	.67	3.74	.65	1.27	.206
Intrapersonal	3.59	.59	3.41	.62	3.69	< .001
Interpersonal	3.77	.59	3.99	.55	-4.87	< .001
Manejo del enojo	3.46	.76	3.19	.83	4.28	< .001
EQi Total	18.57	2.26	18.10	2.34	2.55	.011
Post-test						
Adaptabilidad	3.88	.67	3.78	.65	1.91	.057
Intrapersonal	3.54	.60	3.45	.65	1.64	.101
Interpersonal	3.81	.64	4.03	.56	-4.61	< .001
Manejo del enojo	3.42	.79	3.26	.78	2.60	.009
EQi Total	18.62	2.39	18.33	2.48	1.52	.128

Nota: ^a n = 287. ^b n = 358.

Fuente: Elaboración propia.

En la evaluación de la pre-prueba y pos-prueba para el total de la muestra, se encontró un aumento estadísticamente significativo en adaptabilidad,

competencia interpersonal y el total de las CSE (ver tabla 4). Los tamaños del efecto encontrados fueron pequeños.

Tabla 4

Contraste de medias del pre-test con el post-test para el total de la muestra

	Pre-test		Post-test		t(644)	p	d
	Media	D.E.	Media	D.E.			
Adaptabilidad	3.77	.66	3.83	.66	-2.85	.004	.11
Intrapersonal	3.49	.61	3.49	.63	.02	.984	< .01
Interpersonal	3.89	.57	3.93	.60	-2.13	.034	-.08
Manejo del enojo	3.31	.81	3.33	.79	-1.21	.225	-.05
EQi Total	18.31	2.32	18.46	2.44	-2.46	.014	-.10

Nota: N = 645.

Fuente: Elaboración propia.

Como se aprecia en la tabla 5, solamente en el grupo de hombres se encontraron diferencias estadísticamente significativas en adaptabilidad; mientras

que en el grupo de mujeres se encontraron diferencias en manejo del enojo y en el total de las CSE. En ambos grupos el tamaño del efecto fue pequeño.

Tabla 5

Contraste de medias del pre-test con el post-test según el sexo

	Pre-test		Post-test		t ^a	p	d
	Media	D.E.	Media	D.E.			
Hombres^b							
Adaptabilidad	3.80	.67	3.88	.67	-2.53	.012	-.15
Intrapersonal	3.59	.59	3.54	.60	1.85	.065	.11
Interpersonal	3.77	.59	3.81	.64	-1.36	.176	-.08
Manejo del enojo	3.46	.76	3.42	.79	1.01	.313	.06
EQi Total	18.57	2.26	18.62	2.39	-0.57	.572	-.03
Mujeres^c							
Adaptabilidad	3.74	.65	3.78	.65	-1.58	.114	-.08
Intrapersonal	3.41	.62	3.45	.65	-1.66	.097	-.09
Interpersonal	3.99	.55	4.03	.56	-1.65	.100	-.09
Manejo del enojo	3.19	.83	3.26	.78	-2.80	.005	-.15
EQi Total	18.10	2.34	18.33	2.48	-2.83	.005	-.15

Nota: ^a gl = 286 en el grupo de hombres y gl = 357 en el grupo de mujeres. ^b n = 287. ^c n = 358.

Fuente: Elaboración propia.

D

iscusión

El objetivo del presente estudio fue evaluar la eficacia de un programa de intervención para incrementar la inteligencia socioemocional en estudiantes mexicanos de bachillerato. Para ello se llevaron a cabo contrastaciones de medias entre la evaluación previa y posterior a la intervención, tanto para la muestra total como de manera diferenciada por sexo.

Para el total de la muestra se encontraron diferencias estadísticamente significativas en tres aspectos. En primer lugar, se observó un aumento en la competencia de adaptabilidad, lo cual supone un incremento en la manera en que los adolescentes enfrentan las demandas de la vida diaria mediante la flexibilidad, prueba de realidad y la resolución de problemas (Bar-On, 2006). Lo anterior se explica desde lo propuesto por Bar-On (2002) quien menciona que la adaptabilidad incluye principalmente elementos actitudinales y conductuales que pudieran ser más susceptibles a modificarse por medio de intervenciones psicoeducativas. Sin embargo, es importante reconocer que este hallazgo contrasta con investigaciones previas en las que, aun cuando se ha tenido un incremento en las medias, no se han encontrado diferencias estadísticamente significativas para esta variable (Garaigordobil & Peña, 2014; Sarrionandia & Garaigordobil, 2017). Por lo tanto, es necesario continuar analizando el posible papel que aspectos socioculturales pudieran tener en las diferencias que se presentan en esta dimensión en el contexto mexicano.

En segundo lugar, en la totalidad de la muestra incrementaron las competencias interpersonales, referentes a las habilidades para entablar relaciones significativas entre pares (Ruvalcaba-Romero et al., 2017), lo cual coincide con investigaciones previas realizadas con población similar, aunque en el contexto español (Garaigordobil & Peña, 2014; Sarrionandia & Garaigordobil, 2017). Estas coincidencias parecen indicar que esta dimensión es susceptible de ser desarrollada mediante intervenciones escolares, probablemente por la importancia que se atribuye a las relaciones con pares durante dicha etapa. El desarrollo de la empatía y las habilidades para generar relaciones constructivas y mutuamente satisfactorias representan competencias centrales en la adolescencia para favorecer el ajuste psicosocial y prevenir diversas problemáticas (Aldridge et al., 2016; Luna & De Gante, 2017).

Por último, el total de la inteligencia socioemocional mostró un aumento significativo, lo cual coincide con una mejora en la percepción y facilitación emocional, resultado reportado previamente en una intervención hecha a una población del mismo contexto por parte de Fregoso et al. (2013). Los hallazgos coinciden con investigaciones anteriores en las que se ha encontrado el mayor tamaño del efecto en el total del EQi (Garaigordobil & Peña, 2014; Sarrionandia & Garaigordobil, 2017). Esto es relevante porque la inteligencia socioemocional influye en aspectos compartidos como la calidad del clima escolar (Ruvalcaba-Romero et al., 2017). Asimismo, favorecer estas competencias impacta no solo en la vida actual de los adolescentes, sino que permiten un clima social propicio para el ámbito laboral futuro (Castaño-Castrillón & Páez-Cala, 2020).

Estos resultados soportan la evidencia, cada vez más sólida, de que los programas de intervención en ISE son eficaces para promover su incremento (Garaigordobil, 2018; Rubiales et al., 2018). Es digno de reconocer que los tamaños del efecto en el presente estudio fueron pequeños, lo cual podría resarcirse mediante la sistematización de las intervenciones, tal como proponen Rubiales et al. (2018).

Con respecto a los análisis según el sexo, los resultados descriptivos indican que los hombres mostraron mayores puntuaciones en las competencias socioemocionales en la mayor parte de las dimensiones. Las mujeres presentaron medias mayores únicamente en las competencias interpersonales, hallazgo que goza de bastante sustento empírico (Davis & Wigelsworth, 2018; Garaigordobil & Peña, 2014; Ruvalcaba et al., 2014; Sarrionandia & Garaigordobil, 2017; Ugarriza & Pajares, 2005). Si bien esto coincide con lo planteado por Mónaco, Barrera y Montoya-Castilla (2017), para quienes los varones se muestran con mayor capacidad para regular sus emociones, contrasta con lo encontrado por Davis y Wigelsworth (2018), quienes reportan puntajes mayores en el total del inventario del cociente emocional en mujeres adolescentes. Considerando lo anterior, es necesario realizar mayores investigaciones para dirimir esta controversia.

En los análisis del efecto de la intervención realizados según el sexo, para el grupo de hombres solamente se encontraron diferencias estadísticamente significativas en adaptabilidad. Se ha reportado que los varones presentan mayores niveles de adaptabilidad que las mujeres (Davis & Wigelsworth, 2018; Ruvalcaba

et al., 2014; Ugarriza & Pajares, 2005), lo cual podría explicar este incremento diferenciado. Por lo tanto, es importante generar estrategias más focalizadas que promuevan en las mujeres el desarrollo de la capacidad de adaptarse y gestionar estados de ánimo positivos frente a la adversidad desde una perspectiva de género (Calero et al., 2018).

En lo que respecta al grupo de mujeres, el manejo del enojo mostró una mejora estadísticamente significativa. Esto coincide con lo reportado en una intervención que se realizó con otro grupo del mismo sexo, mostrando diferencias en la dimensión homóloga de la versión para adultos (Alva, Ruvalcaba, Orozco & Bravo, 2020). Esto sugiere que dicha población podría ser susceptible de beneficiarse con intervenciones dirigidas a esta competencia, dado que algunos autores mencionan que las mujeres tienen una mejor gestión del estrés (Ruvalcaba et al., 2014; Ugarriza & Pajares, 2005).

También en el grupo de mujeres se encontraron diferencias en el total de la inteligencia socioemocional. En este sentido, Mónaco et al. (2017) plantean que ellas presentan una mayor atención y claridad emocional, elementos básicos para el desarrollo de las competencias socioemocionales en general. A decir de Veytia et al. (2016), la presencia de atención emocional, sin claridad y reparación emocional, favorece la aparición de síntomas depresivos en adolescentes, especialmente en las mujeres. Vale la pena mencionar que en estudios transversales se han encontrado diferencias en el total de las competencias socioemocionales en favor del grupo de mujeres adolescentes (Davis & Wigelsworth, 2018).

Resulta interesante que se encontraran diferencias por sexo en relación a la intervención, puesto que es contrario a lo reportado en una revisión de diferentes programas de entrenamiento socioemocional para niños y adolescentes (Rubiales, 2018), así como en otros estudios transversales (Garaigordobil & Peña, 2014; Sarrionandia & Garaigordobil, 2017). Valdría la pena explorar con mayor detalle estas posibles diferencias en el contexto mexicano, así como la posibilidad de que los programas de intervención pudieran beneficiarse de ser desarrollados desde una perspectiva de género.

La principal fortaleza de este estudio es la diversidad de participantes, al considerar diferentes escuelas preparatorias. También es digno de destacar la congruencia entre el modelo teórico y el instrumento de medición.

Se reconoce como limitación de esta investigación el muestreo por conveniencia, por lo que se sugiere realizar estudios aleatorizados. Si bien se suma evidencia empírica como ha sido una necesidad planteada en la literatura (Garaigordobil, 2018), falta incluir diseños más rigurosos para asegurar pruebas claras sobre la eficacia de los programas de intervención (Rubiales et al., 2018). Por ello se propone el uso de diseños experimentales con grupo control, así como uniformar intervenciones para mejorar resultados e incrementar los tamaños del efecto. A la vez se recomienda que, en la medida de lo posible, las intervenciones sean impartidas por psicólogos o en su defecto por profesionales en for-

mación con adecuado entrenamiento en el programa de intervención.

Por último, algunos autores han sugerido que para que los programas sean efectivos se deben considerar unos contextos más amplios, tomando en cuenta a las familias y comunidades, además de incorporar la educación socioemocional de manera curricular e institucionalizada (Graczyk et al., 2000).

Conclusión

En suma, el programa de intervención sobre inteligencia socioemocional en estudiantes mexicanos de bachillerato fue eficaz en incrementar en el total de la muestra la adaptabilidad, las competencias interpersonales y el total de las CSE. En los hombres aumentó la adaptabilidad, y en las mujeres el manejo del enojo y el total de las CSE.

Es necesario continuar generando programas de intervención para el desarrollo de estas habilidades que promuevan la participación de diversos integrantes de la comunidad educativa en los procesos de diseño y aplicación de los mismos. También, es importante retomar en estos diseños los posibles aspectos socioculturales que pudieran influir en la manera como se desarrollan estas habilidades, tanto en los adolescentes en general, como al considerar el sexo.

Referencias

- Abad, F., Olea, J., Ponsoda, V., & García, C. (2011). *Medición en ciencias sociales y de la salud*. Síntesis.
- Aldridge, J., Fraser, B., Fozdar, F., Ala'i, K., Earnest, J., & Afari, E. (2016). Students' perceptions of school climate as determinants of wellbeing, resilience, and identity. *Improving Schools, 19*(1), 5-26. <https://doi.org/10.1177/1365480215612616>
- Alva, I., Ruvalcaba, N., Orozco, M., & Bravo, H. (2020). Evaluación del impacto de un programa de educación emocional en mujeres mexicanas. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación, 19*(39), 107-119. <https://doi.org/10.21703/rexe.20201939alva6>
- Bar-On, R. (2002). *Bar-On Emotional Quotient Short Form (EQ-I: Short)*. Technical manual. Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psychothema, 18*(supl), 13-25. <http://www.psychothema.com/pdf/3271.pdf>
- Calero, A., Barreyro, J., & Injoque-Ricle, I. (2018). Emotional intelligence and self-perception in adolescents. *Europe's Journal of Psychology, 14*(3), 632-643. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i3.1506>
- Castaño-Castrillón, J. J. & Páez-Cala, M. L. (2020). Calidad de vida laboral percibida y competencias emocionales asociadas en profesionales jóvenes. *Informes Psicológicos, 20*(2), 139-153. <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v20n2a10>
- Cobos-Sánchez, L., Fluja-Contreras, J. & Gómez-Becerra, I. (2017). The role of emotional intelligence in psychosocial adjustment among adolescents. *Anales de Psicología, 33*(1), 66-73. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2020.600972>
- Davis, S. & Wigelsworth, M. (2018). Structural and predictive properties of the emotional quotient inventory youth versión-Short form (EQ-i:YV[S]). *Journal for Personality Assessment, 100*(2), 197-206. <https://doi.org/10.1080/00223891.2017.1280502>
- Fregoso, O., López, J., Navarro, G., & Valadez, M. (2013). Habilidades emocionales en estudiantes de educación secundaria. *Uaricha, 10*(23), 89-102. http://www.revistauaricha.umich.mx/ojs_uaricha/index.php/urp/article/view/89/86
- Garaigordobil, M. (2018). La educación emocional en la infancia y la adolescencia. *Participación educativa, 5*(8), 107-127. <https://acortar.link/KgV7pp>
- Garaigordobil, M. & Peña, A. (2014). Intervención en las habilidades sociales: efectos en la inteligencia emocional y la conducta social. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual, 22*(3), 551-567. <https://bit.ly/3wWeF5n>
- Graczyk, P., Weissberg, R., Payton, J., Elias, M., Greenberg, M., & Zins, J. (2000). Criteria for evaluating the quality of school-based social and emotional learning programs. En R. Bar-On & J. Parker (Eds.), *The handbook of emotional intelligence. Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace* (pp. 391-410). Jossey-Bass.
- Herrera, L., Buitrago, R. E. & Cepero, S. (2017). Emotional Intelligence in Colombian Primary School Children. Location and Gender Analysis. *Universitas Psychologica, 16*(3), 1-10. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-3.eips>
- Kim, H.Y. (2012). Statistical notes for clinical researchers: assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Restorative Dentistry & Endodontics, 38*(1), 52-54. <http://dx.doi.org/10.5395/rde.2013.38.1.52>

- López-Zafra, P., Pulido, M. & Berrios, P. (2014). EQI-Version corta (EQI) Adaptación y validación al español del EQ-i en universitarios. *Boletín de Psicología*, 110, 21-36. Recuperado de <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N110-2.pdf>
- Luna, A., & de Gante, A. (2017). Empatía y gestión de conflictos en estudiantes de secundaria y bachillerato. *Revista de Educación y Desarrollo*, 40(1), 27-37. http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/antiores/40/40_DeGante.pdf
- Mamani-Benito, O., Brousett-Minaya, M., Ccori-Zúñiga, D., & Villasante-Idme, K. (2018). La inteligencia emocional como factor protector en adolescentes con ideación suicida. *Duazary*, 15(1), 39-50. <http://dx.doi.org/10.21676/2389783X.2142>
- Mónaco, S., de la Barrera, U., & Montoya-Castilla, I. (2017). Desarrollo de un programa de intervención para mejorar las competencias emocionales, el afecto positivo y la empatía en la adolescencia. *Calidad de Vida y Salud*, 10(1), 41-56. <http://revistacdvs.uflor.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/146/157>
- Rubiales, J., Russo, D., Paneiva, P., & González, R. (2018). Revisión sistemática sobre los programas de entrenamiento socioemocional para niños y adolescentes de 6 a 18 años publicados entre 2011 y 2015. *Revista Costarricense de Psicología*, 37(2), 163-186. <http://dx.doi.org/10.22544/rcps.v37i02.05>
- Ruvalcaba-Romero, N. A., Salazar, J., & Gallegos, J. (2012). Competencias socioemocionales y variables sociodemográficas asociadas a conductas disociales en adolescentes mexicanos. *Revista CES Psicología*, 5(1), 1-10. <http://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/2070/1452>
- Ruvalcaba-Romero, N. A., Gallegos, J., Villegas, D., & Lorenzo, M. (2013). Influencia de las habilidades emocionales, los estilos de comunicación y los estilos parentales sobre el clima familiar. *Revista de Investigación y Divulgación en Psicología y Logopedia*, 3(2), 2-7. <https://www.ridpsicologia.ull.es/index.php/ridpsicologia/article/view/40/31>
- Ruvalcaba-Romero, N. A., Gallegos, J., Lorenzo, M., & Borges, A. (2014). Propiedades psicométricas del inventario de competencias socioemocionales para adolescentes (EQi-YV) en población mexicana. *Evaluar*, 14, 1-14. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/8409/11958>
- Ruvalcaba-Romero, N. A., Gallegos-Guajardo, J. & Fuentes, J. M. (2017). Competencias socioemocionales como predictoras de conductas prosociales y clima escolar positivo en adolescentes. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 88(31.1), 77-90. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27450136012>
- Ruvalcaba-Romero, N. A., Orozco-Solís, M. G. & Bravo-Andrade, H. R. (2020). Propiedades psicométricas de la versión corta del inventario de inteligencia emocional (EQi-SF) en población mexicana. *Persona*, 23(2), 57-71. [https://doi.org/10.26439/persona2020.n023\(2\).4885](https://doi.org/10.26439/persona2020.n023(2).4885)
- Sarrionandia, A. & Garaigordobil, M. (2017). Efectos de un programa de inteligencia emocional en factores socioemocionales y síntomas psicósomáticos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49, 110-118. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rlp.2015.12.001>
- Secretaría de Salud (2014). Reglamento de la Ley General de Salud en materia de investigación para la Salud. *Diario Oficial de la Federación*. http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf
- Ugarriza, N. & Pajares, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Persona*, 8, 11-58. <https://doi.org/10.26439/persona2005.n008.893>
- Veytia, M., Fajardo, R., Guadarrama, R., & Escutia, N. (2016). Inteligencia Emocional: factor positivo ante la depresión en adolescentes de bachillerato. *Informes Psicológicos*, 16(1), 35-50. <http://dx.doi.org/10.18566/infpsicv16n1a02>