



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

BIENESTAR PSICOLOGICO E INTELIGENCIA

EMOCIONAL EN MADRES BENEFICIARIAS DE UN

PROGRAMA SOCIAL - AYACUCHO - 2021

TESIS PARA OPTAR EL TITULO

PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTOR

SULCA HUAYNATE, MARITZA ZENaida

ORCID: 0000-0003-1989-6217

ASESOR

FLORES POVES, JAIME LUIS

ORCID: 0000-0003-1276-1563

AYACUCHO – PERÚ

2021

TÍTULO DE LA TESIS

**BIENESTAR PSICOLOGICO E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN
MADRES BENEFICIARIAS DE UN PROGRAMA SOCIAL -
AYACUCHO - 2021**

EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

Sulca Huaynate, Maritza Zenaida

ORCID: 0000-0003-1989-6217

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de
Pregrado, Chimbote, Perú

ASESOR

Flores Poves, Jaime Luis

ORCID: 0000-0003-1276-1563

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias
de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, Chimbote, Perú

JURADO

Millones Alba, Erica Lucy

ORCID: 0000-0002-3999-5987

Morillas Orchessi, Marisa Esperanza

ORCID: 0000-0001-5032-4618

Quintanilla Castro, María Cristina

ORCID: 0000-0001-9677-3152

INDICE DE CONTENIDO

EQUIPO DE TRABAJO	
HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	
ÍNDICE DE CONTENIDO	
AGRADECIMIENTO.....	viii
DEDICATORIA	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN.....	12
II. REVISIÓN DE LITERATURA	14
2.1 Antecedentes.....	14
2.2 Bases Teóricas	21
2.3 Hipótesis.....	37
III. METODOLOGÍA	38
3.1 Diseño de investigación... ..	38
3.2 Población y muestra.....	39
3.3 Definición y operacionalización de variables... ..	41
3.4 Técnicas e instrumentos.....	43
3.5 Plan de análisis.....	48
3.6 Matriz de consistencia	49
3.7 Principios éticos.....	51
IV. RESULTADOS.....	52
4.1 Resultados.....	52

4.2 Análisis de resultados.....	59
V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	61
5.1 Conclusiones.....	61
5.2 Recomendaciones.....	62
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	63
ANEXOS	69

Índice de Tablas.

<i>Tabla 1: Relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.....</i>	<i>52</i>
<i>Tabla 2: Nivel del Bienestar Psicológico en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.....</i>	<i>53</i>
<i>Tabla 3: Nivel de la Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.....</i>	<i>54</i>
<i>Tabla 4: Nivel de Atención Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.....</i>	<i>55</i>
<i>Tabla 5: Nivel de Claridad Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.....</i>	<i>56</i>
<i>Tabla 6: Nivel de Reparación Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.....</i>	<i>57</i>
<i>Tabla 7: Preponderancia de Rango de Edad en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.....</i>	<i>58</i>

Índice de Figuras

<i>Figura 1: Grafico del Nivel del Bienestar Psicologico en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.</i>	<i>53</i>
<i>Figura 2: Grafico del Nivel de la Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021..</i>	<i>54</i>
<i>Figura 3: Grafico del Nivel de Atencion Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021</i>	<i>55</i>
<i>Figura 4: Grafico del Nivel de Claridad Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.</i>	<i>56</i>
<i>Figura 5: Grafico del Nivel de Reparacion Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.</i>	<i>57</i>
<i>Figura 6: Grafico de la Preponderancia de Rango de Edad en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.</i>	<i>58</i>

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por brindarme fuerza de voluntad y sentido a mis acciones.

A la Facultad de Ciencias de la salud por brindarme la oportunidad de superarme profesionalmente y realizar como persona.

A todas las personas que de una u otra forma me incentivaron y ayudaron para que pueda concluir con éxito la presente investigación.

A mi asesor de Tesis Mgtr. Flores Poves, Jaime Luis, por su generosidad al brindarme la oportunidad de entender todo el proceso de la investigación, también su confianza, afecto y amistad, fundamentales para la concreción de este trabajo.

DEDICATORIA

Dedico la presente tesis a mi amado esposo Yober Gavilán con todo mi amor y cariño por su paciencia y sacrificio, por confiar en mi capacidad.

A mis amados hijos Hierald, Gardner, y a mi nuevo bebe Kalhed, por ser mi fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más y así poder luchar para que la vida nos dé un futuro mejor.

La familia es una de las joyas más preciados que uno puede tener, sin la familia uno no puede conseguir la fuerza necesaria para lograr las metas, para superar las dificultades y culminar con satisfacción la elaboración de la tesis.

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el Bienestar Psicológico beneficiarios e Inteligencia Emocional en madres Beneficiarias de un Programa Social – Ayacucho – 2021. La investigación fue de tipo observacional, prospectivo, analítico, transversal y basado en el proceso estadístico del análisis de datos, de nivel relacional y diseño epidemiológico, de análisis bivariado, la población fue de 35 participantes y el muestreo fue no probabilístico de 30 participantes. Para la recolección de datos se utilizó la Bienestar Psicológico BIEPS – A (Casullo, 2021) y la escala de Inteligencia Emocional Trait Meta-Mood Scale (TMMS)). (Salovey y Mayer, 1995). El principal resultado del estudio fue el análisis inferencial del Bienestar Psicológico y la Inteligencia Emocional, se utilizó el estadístico del Chi Cuadrado de Independencia en resultado de esta relación fue P- valor de $\alpha = .831$ se concluye que, no existe relación entre el Bienestar Psicológico y la Inteligencia Emocional respecto a los resultados descriptivos se pudo identificar referente al Bienestar psicológico se encontró que el 70% tienen un Nivel Alto y el nivel de Inteligencia Emocional reportado es Medio, en este sentido, también se destaca los componentes de la inteligencia Emocional, identificando que, referente a la Atención emocional se encuentran en el nivel de poca atención; respecto a la Claridad Emocional se encuentran en mejora de su atención y referente a la reparación emocional se encuentran entre adecuada y mejora de regulación.

Palabras clave: Bienestar Psicológico, Inteligencia emocional, Beneficiarias, Madres, Programa Social.

ABSTRAC

The present study aimed to determine the relationship between beneficiary Psychological Well-being and Emotional Intelligence in beneficiary mothers of a Social Program - Ayacucho - 2021. The research was observational, prospective, analytical, cross-sectional and based on the statistical process of the analysis of data, relational level and epidemiological design, bivariate analysis, the population was 35 participants and the sampling was non-probabilistic of 30 participants. For data collection, the BIEPS-A Psychological Well-being (Casullo, 2021) and the Trait Meta-Mood Scale (TMMS) Emotional Intelligence scale were used. (Salovey and Mayer, 1995). The main result of the study was the inferential analysis of Psychological Well-being and Emotional Intelligence, the statistic of the Chi Square of Independence was used, as a result of this relationship was P-value of $\alpha = .831$ it is concluded that there is no relationship between Well-being Psychological and Emotional Intelligence regarding the descriptive results could be identified regarding psychological well-being, it was found that 70% have a High Level and the level of Emotional Intelligence reported is Medium, in this sense, the components of Emotional intelligence are also highlighted , identifying that, regarding emotional Attention, they are at the level of little attention; Regarding Emotional Clarity, they are in improvement of their attention and regarding emotional repair they are between adequate and improvement of regulation.

Keywords: Psychological Well-being, Emotional Intelligence, Beneficiaries, Mothers, Social Program.

INTRODUCCIÓN

El presente estudio busco abordar una temática relevante para este estudio se identificó a las madres beneficiarias del Programa Asistencial de Vaso de Leche, este programa está orientado para las personas que están en condiciones de pobreza, por ello, se analiza las condiciones referentes a la pobreza, esta se identifica desde varios criterios, la desigualdad de oportunidades para estas personas, al respecto Aramburu y Rodríguez (2001) hace referencia a la equidad como un proceso para llegar a las oportunidades para conseguir una calidad de vida. Respecto al bienestar psicológico en estas madres, las condiciones de pobreza son factores que pueden repercutir en su salud psicológica, para ello estas madres deben tener una gestión adecuada de sus emociones para salir adelante, por esto, también es importante el estudio de la Inteligencia emocional en la población mencionada. Por lo expuesto se planteó la siguiente pregunta de investigación. ¿Cuál es la relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021? Para la resolución de esta pregunta, en este estudio se planteó los siguientes objetivos: Determinar la relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021. Para ello se determinó la prevalencia del nivel tanto de Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional, a su vez, se identificó el nivel de atención emocional, Claridad Emocional y la reparación Emocional, también se determinó el rango de edad.

Para la metodología se realiza el procedimiento propuesto por Supo (2014) por esto el tipo será observacional, prospectivo, transversal y analítico. El nivel relacional, el diseño epidemiológico, con una población de 35 beneficiarias de un programa Social, con muestra no probabilística, esta muestra estuvo conformada por 30 medres

beneficiarias del programa. Los instrumentos de recolección de datos fueron la escala de Bienestar Psicológico (Casullo, 2002) y la escala de Inteligencia Emocional Trait Meta-Mood Scale (TMMS)). Salovey y Mayer (1995).

En los resultados se identificó como principal resultado del estudio fue el análisis inferencial del Bienestar Psicológico y la Inteligencia Emocional, para la obtención de ello, se utilizó el estadístico del Chi Cuadrado de Independencia en resultado de esta relación fue P- valor de $\alpha = .831$ se concluye que, no existe relación entre el Bienestar Psicológico y la Inteligencia Emocional respecto a los resultados descriptivos se pudo identificar referente al Bienestar psicológico se encontró que el 70% tienen un Nivel Alto y el nivel de Inteligencia Emocional reportado es Medio, en este sentido, también se destaca los componentes de la inteligencia Emocional, identificando que, referente a la Atención emocional se encuentran en el nivel de poca atención; respecto a la Claridad Emocional se encuentran en mejora de su atención y referente a la reparación emocional se encuentran entre adecuada y mejora de regulación.

II. REVISION DE LA LITERATURA.

2.1.- Antecedentes.

Espinosa, J. (2021) en su estudio nivel de inteligencia emocional (IE) y el bienestar psicológico de los estudiantes egresados de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Internacional Sek, ubicada en Quito- Ecuador. El diseño es de tipo descriptivo y el método de muestreo es intencional o de conveniencia. La muestra está conformada por 13 participantes, en el que sus edades oscilan entre los 24 y 38 años de edad. Se concluye que los estudiantes egresados de la carrera de Psicología Clínica han obtenido un nivel alto en el test de Bienestar Psicológico, la cual comprende el 61% de la muestra. Mientras que, en la escalada de Inteligencia Emocional (IE) los resultados obtenidos fueron los siguientes: el 85% tiene una adecuada percepción de los sentimientos, el 54% tiene una adecuada comprensión de los sentimientos y el 85% tiene una adecuada regulación de sus emociones. Comprobando así, la hipótesis planteada en este trabajo de investigación, sin lugar a duda, la inteligencia emocional se encuentra estrechamente relacionada con el bienestar psicológico, la salud mental y la calidad de vida.

Solorzano (2019) Realizo su estudio sobre la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes de un colegio parroquial mixto de Lima metropolitana. El tipo de estudio correlacional de corte transversal. Se realizó un censo a 233 adolescentes de 4to y 5to de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Metropolitana. Se usaron como instrumentos el Inventario del cociente emocional BarOn (ICE), la Escala BIEPS-J y una ficha sociodemográfica. Para el análisis de los datos se

utilizó el paquete estadístico STATA versión 14. Se empleó la prueba de Shapiro Wilk para determinar normalidad. Para las variables categóricas se usó la prueba de Chi-cuadrado y para numéricas la correlación de Pearson y Spearman. Se consideró una significancia estadística ≤ 0.05 . Respecto a los Resultados: no existe relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico ($p=0.97$). Se halló asociación entre la edad y la dimensión interpersonal ($p=0.001$) y entre la religión y la dimensión intrapersonal ($p=0.01$). El 50% de participantes evidenció un nivel bajo de bienestar psicológico. Se concluye que de manera integral se observa que ambas asociaciones son considerados factores potenciales en el desarrollo de la inteligencia emocional, como adquirir habilidades sociales favorables, afianzar su autonomía, contar con herramientas necesarias para resolver conflictos y tomar decisiones.

Veliz, Dörner, Soto, Reyes y Ganga (2018) En su estudio Inteligencia emocional y bienestar psicológico en profesionales de enfermería del sur de Chile. Estudio descriptivo con diseño no experimental. Se trabajó con 97 enfermeros de centro de atención primaria del sur de Chile, específicamente región de Los Lagos. Se aplicó el *Trait Meta-Mood Scale* y la Escala de bienestar psicológico de Ryff, para evaluar inteligencia emocional y bienestar psicológico, respectivamente; ambas escalas con buenos niveles de confiabilidad y compuestas por una serie de sub escalas o dimensiones. Resultados: respecto a inteligencia emocional, se observaron altos niveles de percepción emocional (35 %), comprensión emocional (36,1 %) y regulación emocional (42,7 %). Un 57,5 % de los profesionales presentó alto nivel de

bienestar psicológico, aunque el 33,7 % manifestó un bajo nivel de relaciones positivas. En conclusión: existe relación directa y significativa entre las dimensiones de las escalas de inteligencia emocional y bienestar psicológico.

Bernal, Daza y Jaramillo (2015). En el estudio Satisfacción con la vida y resiliencia en jóvenes en edad escolar. El objetivo fue correlacionar las variables siendo los niveles de satisfacción con la vida y los componentes de la resiliencia en estudiantes. El estudio es de tipo exploratorio– descriptivo, con muestra de tipo no probabilístico conformada por 40 estudiantes. Como instrumentos se utilizaron la Escala de Resiliencia RS 25, la escala de satisfacción con la vida (SWLS). Estos datos evidenciaron que en los jóvenes el deseo de continuar sus estudios para poder acceder a otros niveles de educación y para mejorar sus ingresos; también se encontraron características como: la permanencia en la familia de origen, la madre solterismo e ingresos económicos bajos. Frente a la satisfacción con la vida se muestra como la mayoría de los jóvenes se perciben como ante la vida, y las jóvenes como ligeramente satisfechas. Finalmente, es de resaltar que, en la escala de satisfacción con la vida, los jóvenes tuvieron una media de 25,22, es decir puntaje que indica una percepción de alta satisfacción con la vida.

Chavarría y Barra (2014) realizaron un estudio sobre “Satisfacción Vital en Adolescentes: Relación con la Autoeficacia y el Apoyo Social Percibido” , la muestra estuvo conformada por 358 adolescentes de ambos sexos con edades comprendidas entre los 14 y 19 años, y que para conformar la muestra se seleccionó al azar un 2º año medio de cada uno de los 13 colegios municipales de la comuna de Concepción, con lo cual la muestra final estuvo

constituida por 358 adolescentes, 173 hombres y 185 mujeres, con edades entre 14 y 19 años (promedio de 15.7 años). Dentro de los instrumentos usados esta la escala Multidimensional de Satisfacción con la Vida en estudiante, los resultados mostraron altos niveles de autoeficacia y apoyo social percibido, así como un nivel relativamente alto de satisfacción vital (77 %). La satisfacción vital mostró relaciones significativas tanto con la autoeficacia como con el apoyo social, siendo algo mayor la relación con la autoeficacia. Se proponen posibles explicaciones para los resultados encontrados.

Barrientos (2017) realizó un estudio con el objetivo principal de analizar las relaciones entre Claridad del Autoconcepto, Autoestima y Bienestar Subjetivo en un grupo de adolescentes de zonas urbano-marginales. Para fines de la investigación, se aplicó la Escala de Claridad del Autoconcepto, la Escala de Autoestima y la Escala de Bienestar Subjetivo a 128 adolescentes entre 12 y 18 años. Se encontró que los adolescentes de zonas urbano-marginales presentan niveles “ligeramente satisfechos” con sus vidas.

Espinoza (2016) realizó un estudio con el objetivo de analizar la correlación entre los constructos de Bienestar Psicológico, desde la perspectiva de Carol Ryff, y la Autoeficacia percibida descrita por Ralf Schwarzer. La muestra estuvo conformada por 69 varones institucionalizados en un CAR de Lima Metropolitana, del distrito de San Juan de Miraflores por situación de abandono familiar entre los 13 y 18 años de edad. Para ello, se utilizó el cuestionario BIEPS-J (Casullo, 2002) y la prueba de Autoeficacia General de Schwarzer (Schwarzer y Scholz, 2000) que obtuvieron

confiabilidades de .60 y .78 respectivamente. Como resultado, se obtuvo puntajes promedio en Bienestar ($m=31.16$ $DE=3.04$) y en Autoeficacia ($m=29.09$ $DE=5.63$), aunque en general hubo puntuaciones positivas respecto a su percepción de bienestar. Además, no se encontraron diferencias significativas en función a los datos sociodemográficos de la muestra, a excepción de la variable lugar de nacimiento, donde los migrantes puntúan mejor que los adolescentes limeños.

Según Páramo, García, Straneiro, Torrecilla y Gómez (2012), realizaron un trabajo de Investigación titulado “Bienestar Psicológico, estilos de Personalidad y Objetivos de vida en estudiantes universitarios de Mendoza – Argentina”. A una población 366 estudiantes de psicología del 3er año, con una edad promedio de 21 años en ambos sexos con un nivel económico medio. Con el objetivo de medir el grado de Bienestar Psicológico, su relación con los rasgos de personalidad y los objetivos de vida en estudiantes de psicología, la metodología que se utilizó fue descriptiva y correlacional, con diseño transversal, con el instrumento de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPS-A), La escala del inventario de Millon de estilos de personalidad (MIPS) y escala de objetivos de vida LITTLE. Los resultados se mostraron las correlaciones negativas y positivas entre las dimensiones de bienestar psicológico, los rasgos de personalidad y la descripción de los objetivos de vida más relevantes. La conclusión se afirma a la hipótesis donde se asociación bienestar psicológico con los estilos de personalidad.

Según Del valle, M (2015) en su estudio titulado “el bienestar psicológico: Diferencias según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con

población general” el objetivo de este estudio fue analizar el bienestar psicológico en diferencias de sexo en una muestra de 654 estudiantes de la Universidad Nacional de Mar de la Plata. Argentina. A edades de 18 a 25 años de ambos sexos, mediante un muestreo incidental, no aleatorio, con método estadísticos descriptivos, el instrumento fue la escala de bienestar psicológico de Ryff y las pruebas *t* de comparación de medidas y prueba *U* de Mann-Whitney. Los resultados indican que descubrieron que las mujeres tienen una puntuación más alto con relación de los hombres en las escalas de propósitos de vida, así mismo en las relaciones positivas y crecimiento personal, y los varones presentaron una puntuación más alto en la autonomía y autoaceptación con respecto a las mujeres, con respecto a la diferencia que existe entre los universitarios y la muestra normotípica, concluyen que los universitarios perciben un adecuado bienestar psicológico en comparación de la población en general.

En el estudio de Matalinares, et al. (2016), con el propósito de establecer la relación entre los “estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes de dos universidades de Lima y Huancayo”. El diseño no experimental de corte transversal. Los participantes fueron 934 estudiantes universitarios de Lima y Huancayo, con edades promedios de 16 a 24 años, los instrumentos utilizados fueron la escala de estilos de afrontamiento al estrés y la escala de Bienestar psicológico de Ryff. Los resultados fueron en los etilos de afrontamiento se encontró que la relación es significativamente y directa entre dichas variables, finalmente concluyeron que a mayor nivel de afrontamiento será propicio para el bienestar psicológico en los estudiantes

universitarios en Lima y Huancayo.

Así mismo Boza, M (2018), realizó una investigación “Funcionamiento Familiar y Bienestar Psicológico en estudiantes de una universidad Nacional de Lima Metropolitana” con el objetivo de determinar la relación entre el Funcionamiento familiar y el Bienestar Psicológico, los participantes fueron 306 estudiantes de la Universidad Nacional Federico Villareal del 1er año al 5to en ambos sexos, con el tipo de investigación no experimental , diseño de corte transversal, el instrumento fue la escala de Funcionamiento Familiar de cohesión y adaptabilidad (FACES III) y la escala de Bienestar psicológico de Carol Ryff. Resultados encontrados que no existe relación en las variables. Concluyendo que cada una de las variables no dependen directamente una del otro o viceversa, es decir que ambas variables son independientes puede deberse a que la resiliencia es un factor que sobresale en este trabajo.

2.2.Bases Teóricas

2.2.1. Bienestar Psicológico

2.2.1.1. Definición.

Según el Diccionario de Lengua Española, define al Bienestar psicológico como el estado de la persona, que se hace sensible el buen funcionamiento de la actividad somática y clínica (Espasa, 1995)., desee este concepto se puede identificar que el término “se hace sensible” hace referencia a aquella vivencia de sus sentidos, poniendo como referencia el adecuado funcionamiento de la actividad física, referenciándose, a través de este, a la salud física. , en síntesis la referencia planteado asume que el bienestar psicológico como un “estado”. Desde esta perspectiva, el bienestar Psicológico se define como aquel constructo que se refiere al grado que el individuo puede juzgar su vida, como un todo, en términos favorables y satisfactorios (Casullo y Castro 2000), otros autores como Veenhoven (1995) considera como la percepción que tiene una persona sobre aquellos logros alcanzados sobre su vida. Por último, estas conceptualizaciones estudiaron basados en los estudios de Ryff quien define al bienestar psicológico como el desarrollo de las capacidades y crecimiento personal por el cual el individuo presenta indicadores de funcionamiento positivo (Ryff, 1989)

2.2.1.2. Bases del Bienestar Psicológico.

2.2.1.2.1 Bienestar Subjetivo.

Según Diener, (1984) bienestar subjetivo se resume en dos componentes: “satisfacción con la vida (es lo que las personas piensan de sus propias vidas) y el balance emocional (este se refiere a los estados emocionales del individuo)”. Las definiciones de bienestar subjetivo a menudo no aparecen explícitas en la literatura. Son muchos los autores que han tratado de definir la felicidad o el bienestar. Según Diener y Diener (1995) estas concepciones se pueden agrupar en torno a tres grandes categorías. La primera describe el bienestar como la valoración del individuo de su propia vida en términos positivos. Esta agrupación es la relativa a la “satisfacción con la vida”. Una segunda categoría incide en la preponderancia de los sentimientos o afectos positivos sobre los negativos. Este punto de vista fue iniciado por Bradburn (1969) con el desarrollo de su Escala de Balance Afectivo. Para este autor la felicidad resulta del juicio global que la gente hace al comparar sus sentimientos positivos con los negativos. La definición de bienestar desde esta perspectiva está más cercana al uso cotidiano que se hace este término. En este sentido, se entiende que una persona es más feliz cuando en su vida predomina la experiencia afectiva positiva sobre la negativa. Frente a esto, la

última de estas tres concepciones, más cercana a los planteamientos filosófico-religiosos, concibe la felicidad como una virtud o gracia.

La psicología positiva inicia en 1998, con Martin Seligman en su presidencia del (APA) American Psychological Association. La psicología positiva tiene sus inicios desde la segunda guerra mundial, en aquel entonces la psicología tenía la misión de curar las enfermedades mentales, ayudar a las personas a tener una vida más saludable y satisfactoria, así también identificar y promover el talento humano, es decir que la psicología daba más énfasis al estudio psicopatológico (curar la enfermedad), entonces Seligman en su discurso inaugural menciona lo siguiente: que el objetivo de su estudio era enfatizar el interés hacia una psicología más positiva:

“la psicología no es solo el estudio de la debilidad y el daño, es también el estudio de la fortaleza y la virtud. El tratamiento no es solo arreglar lo que está roto, es también alimentar lo mejor de nosotros” (Seligman 2003, p.1.)

El enfoque de la psicología positiva, tiene antecedentes como en los escritos de William James (1902), así mismo se hallan los humanistas, Allport (1958), como referencias se pueden citar a los siguientes autores, Rogers (1951, 1961), Maslow (1954, 1968), Erikson (1963, 1983), Vaillant (1977), Deci y Ryan (1985); y Carol Ryff y Singer (1996).

Según Lindley, Joseph, Harrinton y Wood (2006), la Psicología Positiva es el estudio científico de las fortalezas y virtudes del ser humano, la psicología positiva: es reparar el daño, y luego fortalecer las potencialidades de los afectados; también tiene el objetivo de estudiar el bienestar subjetivo y psíquico, finalmente se debe identificar, promover y medir el bienestar en cada individuo, grupos y sociedades, todo lo mencionado se realizará con bases científicas.

En la psicología positiva existe niveles subjetivos en cuanto a las experiencias vividas como el pasado; (bienestar alegría y satisfacción), en el futuro (esperanza y el optimismo); y que todo ello puede influir en el presente (felicidad). (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

2.2.1.3. Componentes.

Se coincide, por lo general, en afirmar que el bienestar psicológico, tanto de las personas adultas como adolescentes está compuesto por tres factores que, aunque interrelacionados, se distinguen entre sí (Diener, 1994; Huebner, 1991a; Huebner y Dew, 1996):

a. la satisfacción con la vida, entendida como la evaluación positiva de la vida en su totalidad;

b. la frecuencia individual de emociones positivas o afecto positivo;

c. la frecuencia individual de emociones negativas a la que se denomina afecto negativo.

Dicho de otra forma, las personas que disfrutan de un bienestar subjetivo positivo experimentan un predominio de emociones positivas, pocas emociones negativas, y evalúan sus vidas de forma positiva (Myers y Diener, 1995).

2.2.1.4. Características.

De acuerdo a Ferran Casas (como se citó en Chávez, 2016) el bienestar psicológico presenta las siguientes características:

- Basa el bienestar en sus capacidades y percepción sobre sí mismo, en ocasiones, el contexto físico puede influenciar, pero no siempre es inherente al mismo.
- No solo presenta escasos aspectos negativos sino también medidas positivas.
- Presenta una evaluación global acerca de la vida.

Por su parte, Andrews y Withey (1976) señalan que el factor cognitivo y emocional es una de las principales características que influyen en el bienestar psicológico de la persona. Estos dos factores guardan una relación entre sí, personas que experimentan sensaciones agradables y tienen un alto bienestar presentan mayor probabilidad de mostrarse felices con su vida, por lo que con frecuencia su estado de ánimo es muy bueno y las emociones displacenteras que experimentan suelen ser muy escasas.

Reforzando lo expuesto en el párrafo anterior, Fierro (2000) explica que los componentes afectivos y cognitivos influyen entre sí debido a la valoración que realiza el individuo acerca de acontecimientos que pasan a su alrededor, actividades y circunstancias, no obstante, en ocasiones puede diferir ya que la percepción puede ser adecuada, pero para el balance afectivo puede a veces no tener un valor positivo.

2.2.2. Inteligencia Emocional.

2.2.2.1. Definición.

La inteligencia emocional es un componente psicológico que tiene cierto grado de reconocimiento en este aspecto a continuación se presenta las principales conceptualizaciones de este componente. Iniciamos con Martineaud y Elgehart (1946) en García y Giménez (2010) son quienes definen a la inteligencia emocional como la capacidad para “leer” nuestros sentimientos, tener manejo sobre nuestros impulsos, pensar y permanecer tranquilos y también optimistas al enfrentar ciertas pruebas y tener capacidad de escucha hacia la otra persona. Posteriormente Gardner (1983) manifiesta que la inteligencia emocional es el potencial biopsicológico para procesar aquella información generada por el contexto cultural para la resolución de problemas. Por otra parte Cooper y Sawaf en García y Giménez (2010) mencionan sobre la inteligencia emocional como una aptitud para captar, entender y explicar eficazmente la fuerza y la perspicacia de las emociones como fuente de energía humana, información,

relaciones e influencias. Más adelante Mayer y Salovey (1990) expresan que la inteligencia emocional es aquella capacidad de procesar la información emocional con precisión y eficacia, teniendo en cuenta la capacidad de percibir, asimilación, comprensión y regulación de las emociones. En este sentido Shapiro (1997) menciona que la inteligencia emocional es empleado para describir cualidades emocionales siendo estas la empatía, expresión y también la comprensión de los sentimientos, control de nuestro genio, independencia, la capacidad de adaptarse, la simpatía, la capacidad de resolución de problemas de manera interpersonal, cualidades relevantes para el éxito. En esta época Bar-On en (1997) identifica a la inteligencia emocional como un conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que tienen influencia en la habilidad de tener éxito cuando confronta diversos aspectos del medio ambiente. Basándose en las nuevas conceptualizaciones Goleman (1998) define a la inteligencia emocional como aquella capacidad de reconocimiento de nuestros propios sentimientos y de los demás, para tener mayor motivación y saber gestionar nuestra emocionalidad tanto en nosotros como en las relaciones interpersonales.

Más recientemente Ruiz y Benites (2004) definen a la I.E como la habilidad que se tiene para percibir, evaluar, comprender y también expresar las emociones y poder regular estas emociones para promover el conocimiento intelectual y emocional.

Se puede precisar que el concepto de inteligencia emocional fue

desarrollándose según la época y los conocimientos, Goleman en Ayerra (2014) destaca el contraste existente entre la inteligencia emocional y el cociente intelectual, que permanece casi inalterable a lo largo de toda la vida. Así pues, las capacidades exclusivamente cognitivas permanecen relativamente estables, mientras que la inteligencia y la educación emocional pueden aprenderse en cualquier momento. Entonces el concepto moderno de inteligencia emocional se identificó desde los años 1990 con los aportes de Mayer y Salovey quienes proponen a la inteligencia emocional como una capacidad para promover el conocimiento emocional e intelectual, tomando en cuenta los aportes de Gardner quien menciona de la inteligencia intrapersonal e interpersonal (Ayerra, 2014)

Para Salovey y Mayer (como se citó en Dueñas, 2012, p.82) “La inteligencia emocional relaciona la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emociones, relaciona también la habilidad para acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan el pensamiento, también la habilidad para entender emoción y conocimiento emocional y la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento emocional e intelectual”

2.2.2.2. Bases de la Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional es un constructo en constante desarrollo, por ejemplo Mayer (2001) divide a la I.E en cinco fases.

Primera fase: El autor nos manifiesta que se da en esta etapa la concepción de la emoción y la inteligencia como conceptos separados,

que data de inicios de 1990 hasta los años setenta; esta coincide con el surgimiento del enfoque psicométrico de la inteligencia, en donde se empieza elaborar instrumentos de medición de la inteligencia, con el objeto de medir el razonamiento abstracto.

En la segunda Fase, se habla de los precursores de la inteligencia emocional, que dura aproximadamente 20 años (1970 a 1990) claramente influenciado por el modelo cognitivista y del procesamiento de información, donde surgen dos autores importantes, donde Mayer y Salovey (1997) retoman como influencia a su trabajo. Por otro lado, Howard Gardner (2005) creador de las inteligencias múltiples y Robert Sternberg (2000, 2009) con su teoría triarquica de la Inteligencia.

Para la tercera fase, Mayer y Salovey (1993) junto con otros colaboradores publican artículos sobre la inteligencia emocional, donde tratan de explicar el procesamiento de información emocional, a partir de ello, proponen el primer modelo sobre los componentes de la inteligencia emocional, donde la I.E está integrada por tres habilidades, la percepción y apreciación emocional; la regulación emocional y la utilización emocional.

Respecto a la cuarta fase: se da la popularización de la inteligencia emocional, de 1994 a 1997 la inteligencia emocional se difunde tanto en la academia y el entorno popular gracias a libro inteligencia emocional de Daniel Goleman en 1995. Para los expertos este trabajo ayuda a la difusión del constructo, pero a su vez realiza afirmaciones muy temerarias para el ámbito académico, por ejemplo, “*La*

inteligencia académica no ofrece prácticamente ninguna preparación para los trastornos —o las oportunidades— que acarrea la vida” (Goleman, 2002: 56) y “cuanto mayor sea el coeficiente intelectual, menor parece ser la inteligencia emocional” (Goleman, 2000: 17). Esto sugiere que los conocimientos académicos perjudican el desarrollo personal, donde se evidencia, para Goleman, la única habilidad importante para el desarrollo es el aspecto emocional. En este aspecto Extremera y Fernandez-Berrocal (2004) la difusión propuesta por Goleman (2002) se debe a la sobrevaloración y abuso dada al Coeficiente Intelectual, antipatía de las personas hacia aquellos que tiene un alto desarrollo intelectual.

Al respecto, Mestre, Guil, Brackett y Salovey (2008) coinciden que las repercusiones principales fueron, fuertes críticas al concepto de I.E, la aparición de la I.E con base en rasgos de personalidad, mas no, en capacidades cognitivas; la generalización del concepto de inteligencia emocional para conceptos similares y la creación de gran cantidad de instrumento de autoinforme poco validados.

Principales Modelos de Inteligencia Emocional

Para Mayer (2001) los modelos de la Inteligencia Emocional son las siguientes.

a). Modelo de Goleman.

Considera que la inteligencia Emocional como conjunto de características con mucha relevancia para la resolución de diversos problemas vitales, donde se destaca La habilidad para saber auto

motivarse y no sucumbir a las decepciones; control de impulsos hacia la gratificación, regular el humor, evitar trastornos que afecten las capacidades cognitivas; muestra de empatía y generar esperanza. Este modelo fue perfeccionándose gradualmente. El autor, basado en su modelo, concluye que *“Una competencia emocional es una capacidad adquirida basada en la inteligencia emocional que da lugar a un desempeño sobresaliente”* (Goleman, 2000: 33).

b) Modelo de Bar-On

Para este autor la Inteligencia Emocional lo consigna como inteligencia socioemocional, y es aquel conjunto de competencias y habilidades, que detendrían, cuanto eficaz los individuos se entienden y comprenden a los demás, son capaces de expresar sus emociones y capaz de afrontar las demandas cotidianas., su modelo se basa en la inteligencia ESI (Emotional Social Intelligence), donde identifica la inteligencia Socio emocional en cinco dimensiones. Interpersonal; Intrapersonal; Manejo de Estrés; adaptabilidad y el Humor.

c) Modelo de Salovey y Mayer

Este modelo es uno de los más considerados y populares en la literatura tanto científica como popular.

Estos autores, como se vio anteriormente, conciben la inteligencia emocional como habilidades, por esto muchos lo conocen como el modelo de habilidades de la Inteligencia

Emocional. A continuación, se presentan las habilidades constituidas en el modelo.

Percepción Emocional: Es una habilidad que nos permite identificar nuestras emociones, así también de los demás a través de la expresión facial y otros elementos (la voz, la vista, etc.)

Facilitación emocional del pensamiento: Es la capacidad para relacionar las emociones con otras sensaciones (ejem. sabor, olor) o usar estas emociones para tener una mayor información y esto repercute en un pensamiento más elaborado.

Comprensión Emocional: Es aquella capacidad que tiene el individuo para resolver problemas e identificar la similitud entre las emociones.

Dirección Emocional: Comprensión de los actos sociales en nuestras emociones, para la regulación de estas emociones, tanto en sí mismo como en los demás.

Regulación reflexiva de las emociones para promover el crecimiento personal: Es aquella habilidad que se desarrolla para estar predispuesto a las emociones, tanto positivo como negativos.

d) Otros Modelos.

Según García y Giménez (2010) existen otros modelos de Inteligencia Emocional que se mencionan a continuación:
Modelo de Coker y Sawaf (1997), este modelo consiste en cuatro “Pilares” Alfabetización emocional; Agilidad Emocional;

Profundidad emocional y Alquimia Emocional.

Modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla (1999), Los autores establecen áreas de la Inteligencia emocional, Autoconocimiento Emocional; Control Emocional; Automotivación; Reconocimiento de las Emociones Ajenas y Habilidad para las relaciones Interpersonales.

El modelo de Matineaud y Engelhartn (1996) estos autores toman en consideración siguientes componentes de la Inteligencia Emocional. Estas son, el autoconocimiento de sí mismo; la gestión del Humor; Motivación de uno mismo; Control del Impulso y apertura a los demás.

El modelo de Elías, Tobías y Friedlande (1999). En este modelo los autores señalan ciertos componentes de la Inteligencia Emocional, como son, ser conscientes de los propios sentimientos y de los demás, mostrar empatía y comprender el punto de vista del resto; hacer frente a los impulsos emocionales; Plantearse objetivos positivos y planes para alcanzarlos y utilizar habilidades sociales.

2.2.2.3. Características de la Inteligencia Emocional

Para Gómez, Galiana y León (2000) La Inteligencia Emocional presenta las siguientes características.

Autoconocimiento: es considerada como aquella capacidad de conocerse a sí mismo, saber sus fortalezas y debilidades.

Automotivación: Se refiere a la habilidad para realizar actividades por si mismo, sin necesidad de estímulos externos.

Autocontrol: Aquella capacidad para el control de los impulsos.

Empatía: Se refiere a la competencia que se tiene para ponerse en el lugar de otros e intentar su comprensión.

Habilidades Sociales: Capacidad de relacionarse con los demás, teniendo en cuenta su estilo de comunicación.

Asertividad: Saber defender las propias ideas, aceptar las criticas sin generar daños a los demás.

2.2.3 Etapa adulta.

Para Papalia (1998) en su libro “Psicología” hace una concisa referencia acerca del desarrollo Humano en sus diversas etapas.

En el presente trabajo, se orientará a la etapa adulto – joven, por pertenecer a este grupo la población de estudio.

Esta etapa comienza alrededor de los 20 años y concluye cerca de los 40,

En la adultez hay que tomar muchas responsabilidades. Las tareas propias de la edad tienen que ver con el mundo social (pareja, estudios, trabajo, hijos, etc.). El rol activo que se asume es el término de la moratoria psicosocial (según Erikson). Hay construcción y establecimiento de un estilo de vida, se organiza la vida de forma práctica, se llevan a cabo propósitos. Los hombres crecen hasta los 21 años y las mujeres hasta los 17-18 años, una de cada 10 mujeres puede crecer hasta los 21 años. Respecto al desarrollo sensorial y motor, en el adulto joven las capacidades físicas

alcanzan el máximo de efectividad, existe destreza manual y una mayor agudeza visual. Los hombres y mujeres alcanzan su mayor plenitud, han logrado el más elevado punto de coordinación, equilibrio, agilidad, fuerza y resistencia. Entre los 25 y los 30 años el hombre tiene máxima fuerza muscular, siempre y cuando la desarrolle. Referente al desarrollo sistémico, se refiere a los sistemas tienen en esta edad una notable capacidad compensatoria, así el adulto joven es capaz de conservar la salud en forma casi continua, por esta razón presentan poca o ninguna preocupación por su salud. A pesar de que en esta etapa las características físicas alcanzan su plenitud, se debe considerar que alrededor de los 30 años empiezan a declinar algunas capacidades. Con respecto al desarrollo Cognitivo, es importante saber que la vida para los adultos jóvenes, pierde su carácter provisional, lo cual significa que sabe que lo que hace hoy tendrá consecuencias mañana y que debe proyectarse a lo largo de la vida y no a 2 o 3 años. El desarrollo del pensamiento alcanza un paso más, el adulto pasa del pensamiento formal según Piaget, al pensamiento post formal que tiene la particularidad de que la persona es más flexible frente a las diversas situaciones a las que enfrenta. El ámbito psicosocial, Según Schwartz las personas solteras pueden tener 6 estilos de vida: la profesional: que tienen planificada toda su vida y se dedican al trabajo y al estudio, en lo social: que se dedican a las relaciones. interpersonales, individualista que se concentran en sí mismo. Finalmente, el Desarrollo Moral en la etapa Adulta, Kohlberg define moral como un sentido de justicia, el cual depende de un desarrollo cognitivo que implica una superación del pensamiento egocéntrico y una

capacidad creciente de pensar de una manera abstracta. El adulto joven posee, según este autor, una moral Post-convencional, que marca el logro de la verdadera moralidad, la persona conoce las posibilidades de conflicto entre dos.

2.2.4. Programa Social.

Según Esteban (2017) El programa de vaso de Leche se inició en la Municipalidad de Lima en 1983, para cubrir los vacíos en la alimentación de la población más vulnerable, luego fue multiplicándose en los demás barrios y luego a nivel Nacional, por ello en 1985 el Presidente Fernando Belaunde Terry suscribe la ley 24059, haciendo que el “Programa del vaso de leche se considere como programa de asistencia alimentaria en todas las municipalidades provinciales del país y cuyos objetivos: suministrar una ración diaria de alimentos, mejorar el nivel nutricional, reducir la mortalidad infantil e incentivar la lactancia materna. supervisen a sí mismos” (Guadalupe 2016). En Ayacucho, específicamente en la provincia de Huamanga se aplica las siguientes normativas. La Ley N° 27712 (del 30 de abril de 2002), Ley que modifica la Ley 27470 (del 01 de junio de 2001), estableciendo Normas complementarias para la Ejecución del Programa de Vaso de Leche". - Ley N° 27470 del 01 de junio de 2001 estableciendo Normas Complementarias para la Ejecución del Programa de Vaso de Leche, modificado por la Ley N° 27712 del 30 de abril de 2002. d. "Directiva N° 04-96-CG/DOS Supervisión y Control del Programa del Vaso de Leche y la Directiva N° 002-97-EF/76.01. Con ello este programa se adhiere a la subgerencia de Programas de Alimentación y Nutrición de la Gerencia de Desarrollo Humano del Gobierno Local.

2.3.Hipótesis.

Ho = No existe relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021.

Ha = Existe relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021

III. METODOLOGÍA.

3.1. Diseño de Investigación

3.1.1. Tipo de Investigación.

Según la intervención del investigador

Observacional: “no existe intervención del investigador, los datos reflejan la evolución natural de los eventos, ajenas a la voluntad”. (Supo,2014, p1)

Según la planificación de la toma de datos

Prospectivo: “Los datos necesarios para el estudio son recogidos a propósito de la investigación (primarios). Por lo que, posee control del sesgo de medición”. (Supo.2014. p.1)

Según el número de ocasiones en que mide

Transversal: “Todas las variables son medidas en una sola ocasión; por ello de realizar comparaciones se trata de muestras independientes”. (Supo,2014. p.1)

Según el número de variaciones analíticas

Analítico: “El análisis estadístico por lo menos es bivariado; porque plantea y pone a prueba hipótesis, su nivel más básico establece la asociación entre factores. ”. (Supo.2014. p.1)

3.1.2. Nivel de Investigación.

Relacional: “No son estudios de causa y efecto; solo demuestra dependencia probabilística entre eventos; Ej. los estudios de asociación sin relación de dependencia” (Supo,2014)

3.1.3. Diseño de la Investigación

3.1.3.1. Epidemiológico: “Se originaron en el campo de las ciencias de la salud, inicialmente planteando el estudio de los eventos adversos a la salud en poblaciones humanas” (Supo,2014)

Analítico: Aquí se encuentran los estudios de factores de riesgo, los que terminan planteando la relación de causalidad. Ej. Casos y controles; Cohortes.” (Supo,2014)

3.2. Población y Muestra.

3.2. 1. Población:

La población está conformada aproximadamente por 35 en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021

Criterios de Inclusión.

- Estén inscritos en el padrón de beneficiarios
- Tengan la condición de activa en el programa
- Participación voluntaria en el estudio
- Respondan la totalidad del cuestionario

Criterios de Exclusión.

- Deseo de no participar
- No completar las pruebas
- Dificultades lingüísticas.

3.2.2. Muestra:

No Probabilístico: El muestreo no probabilístico es una técnica de muestreo en la cual el investigador selecciona muestras basadas en un juicio subjetivo en lugar de hacer la selección al azar.(Hernandez, Fernandez,

Baptista, 2010)

La muestra estuvo constituida por 30 participantes que cumplan con los criterios de inclusion y exclusion.

3.3. Cuadro de Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	VALORES
Bienestar Psicológico	el bienestar Psicológico se define como aquel constructo que se refiere al grado que el individuo puede juzgar su vida, como un todo, en términos favorables y satisfactorios (Casullo y Castro 2000).	Respuesta a la escala de Bienestar Psicológico (Casullo, 2002).	Aceptación/Control Autonomía vinculo Proyectos	2, 11 y 13 4, 9 y 12 5, 7 y 8 1, 3, 6 y 10	P.D—Per---Nivel 28 → 5 --→ Muy bajo 33 → 25 --→ Bajo 35 → 50 --→ Medio 37 → 75--→ Alto 39 → 95 --→ Muy alto

Inteligencia Emocional	Para Salovey y Mayer (como se citó en Dueñas, 2012, p.82) “La inteligencia emocional relaciona la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emociones, relaciona también la habilidad para acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan el pensamiento, también la habilidad para entender emoción y conocimiento emocional y la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento emocional e intelectual”	Respuesta a la escala de Inteligencia Emocional Trait Meta-Mood Scale (TMMS)). Salovey y Mayer (1995)	Atención emocional	ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8	<table border="0"> <tr><td>General</td><td></td></tr> <tr><td>Nivel</td><td>Puntaje</td></tr> <tr><td>Alto</td><td>89-120</td></tr> <tr><td>Adecuado</td><td>57 - 88</td></tr> <tr><td>Bajo</td><td>56-24</td></tr> </table>	General		Nivel	Puntaje	Alto	89-120	Adecuado	57 - 88	Bajo	56-24
			General												
			Nivel	Puntaje											
			Alto	89-120											
Adecuado	57 - 88														
Bajo	56-24														
Claridad emocional	ítems 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16.	<table border="0"> <tr><td>Nivel</td><td>Puntaje</td></tr> <tr><td>Alto</td><td>33-40</td></tr> <tr><td>Adecuado</td><td>18-32</td></tr> <tr><td>Bajo</td><td>8-17</td></tr> </table>	Nivel	Puntaje	Alto	33-40	Adecuado	18-32	Bajo	8-17					
Nivel	Puntaje														
Alto	33-40														
Adecuado	18-32														
Bajo	8-17														
Reparación emocional	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 y 24.	<table border="0"> <tr><td>Nivel</td><td>Puntaje</td></tr> <tr><td>Alto</td><td>36-40</td></tr> <tr><td>Adecuado</td><td>21-35</td></tr> <tr><td>Bajo</td><td>8-20</td></tr> </table>	Nivel	Puntaje	Alto	36-40	Adecuado	21-35	Bajo	8-20					
Nivel	Puntaje														
Alto	36-40														
Adecuado	21-35														
Bajo	8-20														
				<table border="0"> <tr><td>Nivel</td><td>Puntaje</td></tr> <tr><td>Alto</td><td>38-40</td></tr> <tr><td>Adecuado</td><td>23-37</td></tr> <tr><td>Bajo</td><td>8-22</td></tr> </table>	Nivel	Puntaje	Alto	38-40	Adecuado	23-37	Bajo	8-22			
Nivel	Puntaje														
Alto	38-40														
Adecuado	23-37														
Bajo	8-22														

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1.- Técnica psicométrica.

González (2007) define la psicometría que es una disciplina que se divide en dos grandes secciones, la primera tiene que ver con la creación de escalas de medición de las variables psicológicas, esta misma se encarga de crear las pruebas o test que permitirán cuantificar a la persona; por otra parte, se encuentra la sección encargada de la aplicación de estos test que fueron creados con anterioridad. Cabe destacar que estos test son realizados teniendo como objetivo unas variables o conductas específicas que se desea sean cuantificadas.

3.4.2.- Instrumento.

3.4.2.1.- Escala de Bienestar Psicológico de BIEPS- A

La escala de bienestar psicológico del grupo de estudio se empleó la “Escala psicométrica de BIEPS-A” (Adultos) de María Casullo (2002). La escala de BIEPS-J está compuesta de 13 ítems que van a evaluar el bienestar psicológico del grupo de estudio, desde una perspectiva multidimensional. Consta de tres opciones de respuesta. En desacuerdo (vale 1 punto) Ni de acuerdo ni en desacuerdo (vale 2 puntos), De acuerdo (vale 3 puntos), Esta escala tiene todos sus ítems de forma directa, donde cada respuesta tiene un puntaje asignado, dando como resultado un puntaje global, según las respuestas obtenidas a través de la escala y esta no admite respuesta en blanco. Referente a la Validación y confiabilidad: La escala ha sido validada en Argentina en población adulta por Casullo (2002). “La escala de

BIEPS-J está compuesta por cuatro factores que explican el 53% de varianza de las puntuaciones, los factores encontrados en el análisis son: proyectos, vínculos, autonomía y control de situaciones que se encontraba encubierto con la aceptación de sí mismo, todo esto configuran a un solo factor. La confiabilidad total de la escala fue aceptable, alcanzando valores de 0,70. Si bien la confiabilidad de cada una de las escalas es menor (proyectos: 0,59; autonomía: 0,61; vínculos: 0,49 y control/aceptación: 0,46), los autores plantean que se debe fundamentalmente a la reducida cantidad de elementos (Casullo, 2002)”. Para el presente estudio se obtuvo una fiabilidad del instrumento de Alfa de Cronbach de $\alpha = .605$, siendo el instrumento fiable.

3.4.2.2.- Inteligencia Emocional Trait Meta-Mood Scale (TMMS).

El Trait Meta-Mood Scale (TMMS) creado por el grupo de investigación de Salovey y Mayer en el año 1995, se convirtió en un primer acercamiento para evaluar el modelo teórico de inteligencia emocional propuesto por dichos autores. Este instrumento se fundamenta en la idea de la existencia de un proceso reflexivo que está asociado con el estado de ánimo mediante el cual constantemente se valora, percibe y regula los estados anímicos. A dicho proceso se le denominó experiencia meta-humor, creándose un primer instrumento denominado State Meta Mood Scale (SMMS) el cual media “los procesos reflexivos de las personas sobre su estado de ánimo enfatizando los cambios momentáneos en que ocurren dichos

procesos” (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005, p. 105). Sin embargo, este primer instrumento no registraba las actitudes más estables relacionadas con el estado de ánimo en general. Frente a este problema, en 1995 Salovey y Mayer crean el primer instrumento en formato de auto informe que permitía evaluar de manera estable en el tiempo las creencias o actitudes que las personas tenían acerca de sus emociones y estados anímicos. La primera versión del instrumento contiene 48 ítems que se distribuyen en tres dimensiones: atención emocional, claridad emocional y reparación emocional. Posteriormente, surgió una versión abreviada, el Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24), la cual mantiene las tres dimensiones de la escala original, pero con la reducción de la mitad de ítems. El Trait Meta-Mood Scale 24, al igual que la escala original, es una escala rasgo de metaconocimiento de los estados emocionales que a través de sus 24 ítems evalúa las diferencias individuales en lo que respecta la destreza para ser consciente de sus propias emociones, así como de la capacidad para regularlas (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005, p. 105). Esta escala permite conseguir un índice que evalúa el conocimiento que cada persona tiene acerca de sus estados emocionales. Es decir, permite obtener una estimación personal acerca de los aspectos reflexivos de la experiencia emocional. Como se mencionó anteriormente, el TMMS-24 mantiene las tres dimensiones de la prueba original. La dimensión de atención emocional hace referencia al grado en el cual las personas prestan

atención a sus sentimientos y emociones. La segunda dimensión es claridad emocional, la cual se refiere a cómo los individuos perciben sus emociones. Por último, la tercera dimensión denominada reparación emocional indica la creencia que el sujeto posee sobre su capacidad para interrumpir y regular los estados emocionales negativos y poder prolongar los positivos (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005, p. 105). Cada dimensión consta de ocho ítems. Dentro de la dimensión de atención emocional se ubican los ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8. La dimensión de claridad emocional está compuesta por los ítems 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16. La dimensión de reparación emocional se compone de los ítems restantes: 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 y 24. A la persona se le pide que conteste según el grado en el que está de acuerdo con las afirmaciones formuladas a través de una escala de tipo Likert de 5 puntos. A continuación, se presenta el valor de cada respuesta: • Nada de acuerdo = 1 • Algo de acuerdo = 2 • Bastante de acuerdo = 3 • Muy de acuerdo = 4 Totalmente de acuerdo = 5 La calificación de la prueba se obtiene sumando los puntajes por cada una de las dimensiones, obteniendo así los índices por dimensión. El índice de inteligencia emocional percibida se obtiene al sumar las puntuaciones totales de las tres dimensiones. En el caso de las dimensiones, cada una de estas posee baremos dependiendo del sexo del participante. A través del método de ANOVA, se crearon baremos para la muestra de estudio en donde no se encontró diferencias significativas entre varones y mujeres (ver anexo 5). El TMMS-24 fue

traducido al castellano por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos en el año 2004. La escala mantiene los ítems que presentan mayor consistencia interna y al igual que en la versión extensa, las tres dimensiones se correlacionan de forma apropiada (Fernández Berrocal y Extremera, 2005). Para el presente estudio se obtuvo una fiabilidad del instrumento de Alfa de Cronbach de $\alpha = .943$, siendo el instrumento fiable.

3.5.PLAN DE ANÁLISIS

Este plan de análisis se realizó mediante los procedimientos estadísticos de correlación, con el test de Chi Cuadrado, basados en la estadística bivariada nos permite hacer relaciones y medidas de correlación para ello se utilizó la hoja de cálculo Excel y el paquete estadístico de ciencias sociales (SPSS v. 25) y para el procesamiento de los datos descriptivos, esta se realizó mediante el análisis de frecuencias y presentación de gráficos.

3.6. Matriz de consistencia

Enunciado	Objetivo	Variable	Hipótesis	Definición conceptual	Definición operacional	Metodología	
¿Cuál es la relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021?	Objetivo General.		Ho = No existe	el bienestar		Tipo: Observacional, prospectivo, transversal, Analítico.	
	Determinar la relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021.		relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021.	Psicológico se define como aquel constructo que se refiere al grado que el individuo puede juzgar su vida, como un todo, en términos favorables y satisfactorios (Casullo y Castro 2000).	Respuesta a la escala de Bienestar Psicológico (Casullo, 2002).	Nivel. Relacional	
	Objetivos Específicos.		Ha = Existe			Diseño: epidemiológico, Analítico e incidencia.	
	Determinar la relación del Bienestar Psicológico en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021.		Bienestar Psicológico	relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021			Población: 145 participantes
	Determinar la relación de la Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021?						Muestra: No Probabilístico
	Determinar la prevalencia del número de hijos en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021						Técnicas e instrumentos
	Determinar la prevalencia del Rango de edad en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021						Técnicas: psicometría
Determinar la prevalencia de procedencia en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021						Instrumento: Escala de Inteligencia Emocional (Mayer y Salovey, 1995), y Escala de Bienestar	

Determinar la prevalencia de estado civil en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho – 2021

Inteligencia Emocional

Para Salovey y Mayer (como se citó en Dueñas, 2012, p.82) “La inteligencia emocional relaciona la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emociones, relaciona también la habilidad para acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan el pensamiento, también la habilidad para entender emoción y conocimiento emocional y la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento emocional e intelectual”

Respuesta a la escala de Emocional Trait Meta-Mood Scale (TMMS)). Salovey y Mayer (1995)

Psicologico.(Casullo, 2002)

3.6.Principios Éticos

El presente estudio se realizó ciñéndose solamente a los principios éticos en investigación (código de ética de psicología del Perú) y el código del de ética de la universidad

La información sobre las limitaciones de los datos especialmente cuando este puede perjudicar a individuos o grupos científicos, es relevante para todo estudio científico, a partir de ello el consentimiento informado es relevante para brindar información objetiva, precisa sobre el estudio a los participantes.

IV. RESULTADOS

4.1 Resultados

Tabla 1 Relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.

			TMMS			Total
			ALTO	BAJO	MEDIO	
BIEPS	ALTO	Recuento	7	4	10	21
		% dentro de BIEPS	33,3%	19,0%	47,6%	100,0%
	MEDIO	Recuento	2	2	5	9
		% dentro de BIEPS	22,2%	22,2%	55,6%	100,0%
Total	Recuento	9	6	15	30	
	% dentro de BIEPS	30,0%	20,0%	50,0%	100,0%	

Fuente: Respuestas a la Escala BIEPS-A y Escala de Inteligencia Emocional TMMS

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	,370 ^a	2	0.831
Razón de verosimilitud	0.384	2	0.825
N de casos válidos	30		

a. 4 casillas (66,7%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,80.

Interpretación: Siendo P- valor $\alpha = .831$ y esta es mayor a $\alpha = .050$ tomamos la decisión que no existe suficiente evidencia para rechazar la H_0 , teniendo como conclusión que no existe relación entre el nivel de Bienestar Psicológico y la Inteligencia Emocional

Tabla 2: Nivel del Bienestar Psicológico en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
ALTO	21	70.0	70.0	70.0
MEDIO	9	30.0	30.0	100.0
BAJO	-	-	-	-
Total	30	100.0	100.0	

Fuente: Respuestas a la Escala BIEPS-A

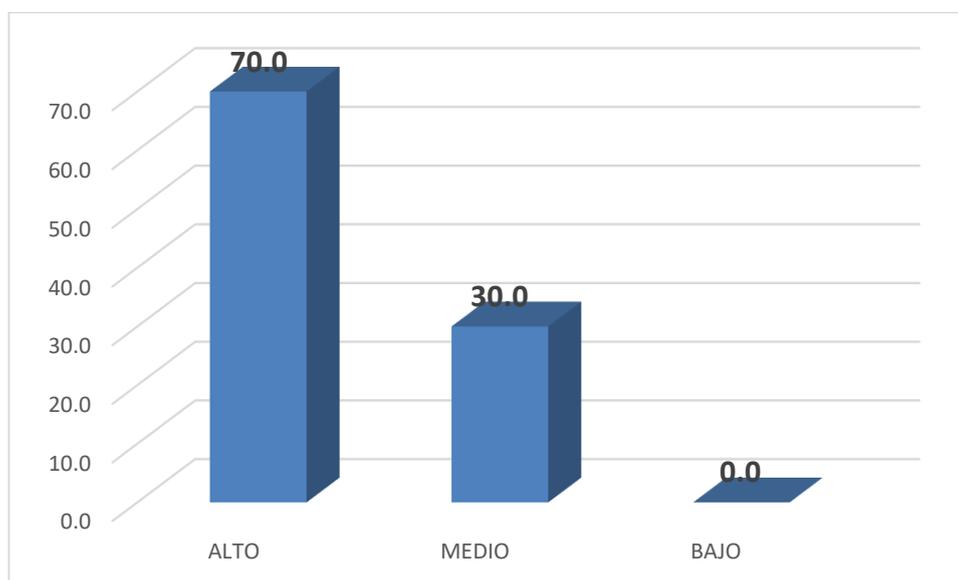


Figura 1: Gráfico del Nivel del Bienestar Psicológico en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021

Interpretación: En lo referente a la tabla 2 y figura 1 se puede evidenciar que de un total 30 participantes que equivalen a un 100%; el 70.0% que equivale a 21 participantes se encuentran en el Nivel de Bienestar Psicológico Alto; el 30.0% que equivale a 9 participantes se encuentran en el Nivel de Bienestar Psicológico Medio y Ninguno en el Nivel de bienestar Psicológico Bajo.

Tabla 3: Nivel del Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un programa social

- Ayacucho - 2021.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
ALTO	9	30.0	30.0	30.0
BAJO	6	20.0	20.0	50.0
MEDIO	15	50.0	50.0	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Fuente: Respuestas a la Trait Meta-Mood Scale (TMMS) (Salovey y Mayer, 1995)

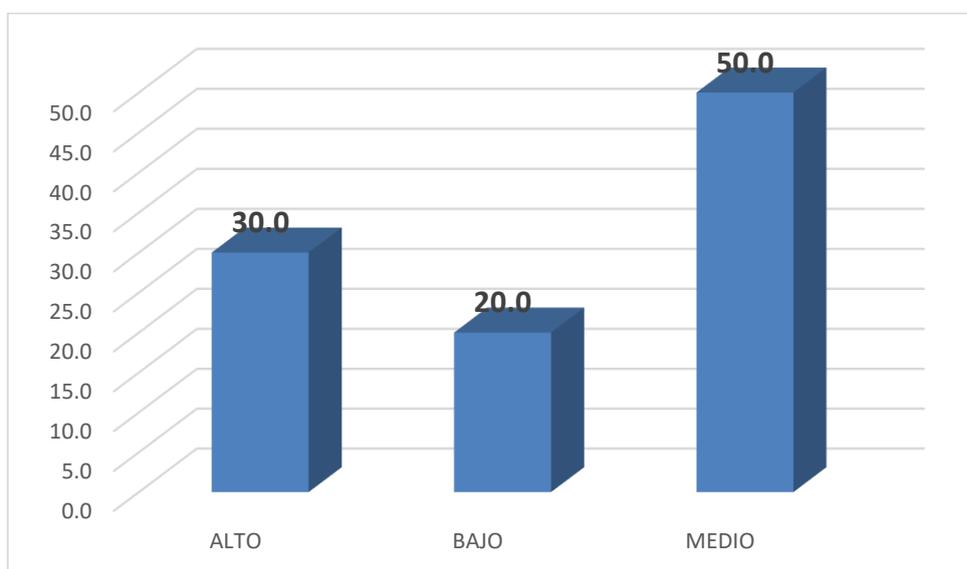


Figura 2: Grafico del Nivel del Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021

Interpretación: En lo referente a la tabla 3 y figura 2 se puede evidenciar que de un total 30 participantes que equivalen a un 100%; el 30.0% que equivale a 9 participantes se encuentran en el Nivel de Inteligencia Emocional Alto; el 20.0% que equivale 6 participantes se encuentran en el Nivel de Inteligencia Emocional Bajo y el 50.0% que equivale 15 participantes se encuentran en el Nivel de Inteligencia Emocional Medio.

Tabla 4: Nivel del Atención emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
ADECUADA ATENCION	13	43.3	43.3	43.3
DEMASIADA ATENCION	3	10.0	10.0	53.3
POCA ATENCION	14	46.7	46.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Fuente: Respuestas a la Escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS) (Salovey y Mayer, 1995)

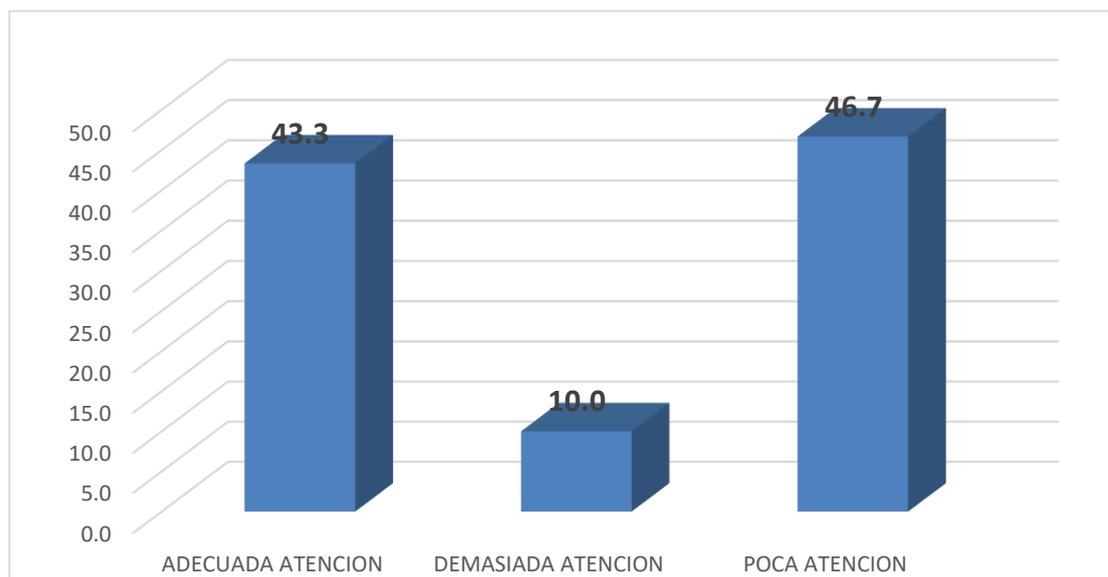


Figura 3: Grafico del Nivel del Atención emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021

Interpretación: En lo referente a la tabla 4 y figura 3 se puede evidenciar que de un total 30 participantes que equivalen a un 100%; el 43.3% que equivale a 13 participantes se encuentran en el Nivel de Atención Emocional (Adecuada Atención); el 10.0% que equivale a 3 participantes se encuentran en el Nivel de Atención Emocional (Demasiada Atención) y el 46.7% que equivale 14 participantes se encuentran en el Nivel de Atención Emocional (Poca Atención).

Tabla 5: Nivel del Claridad emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
ADECUADA COMPRENSION	8	26.7	26.7	26.7
EXCELENTE COMPRENSION	7	23.3	23.3	50.0
MEJORAR SU COMPRENSION	15	50.0	50.0	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Fuente: Respuestas a la Escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS) (Salovey y Mayer, 1995)

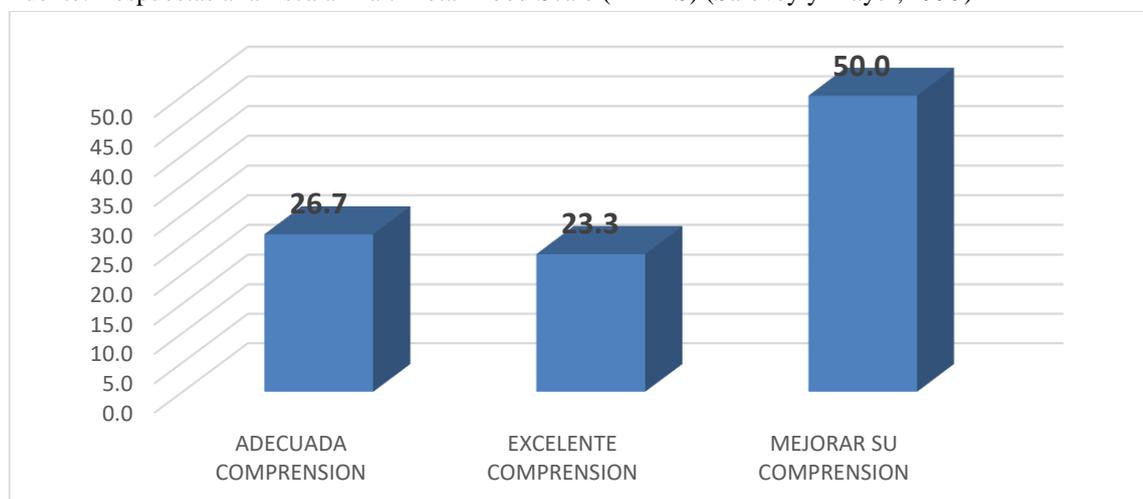


Figura 4: Grafico del Nivel del Claridad emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.

Interpretación: En lo referente a la tabla 5 y figura 4 se puede evidenciar que de un total 30 participantes que equivalen a un 100%; el 26.7% que equivale a 8 participantes se encuentran en el Nivel de Claridad Emocional (Adecuada Comprensión); el 23.3% que equivale a 7 participantes se encuentran en el Nivel de Claridad Emocional (Excelente Comprensión) y el 50.0% que equivale a 15 participantes se encuentran en el Nivel de Claridad Emocional (Mejora de Comprensión).

Tabla 6: Nivel del Reparación emocional en madres beneficiarias de un programa social -

Ayacucho - 2021

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
ADECUADA REGULACION	12	40.0	40.0	40.0
EXCELENTE REGULACION	6	20.0	20.0	60.0
MEJORAR SU REGULACION	12	40.0	40.0	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Fuente: Respuestas a la Escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS) (Salovey y Mayer, 1995)

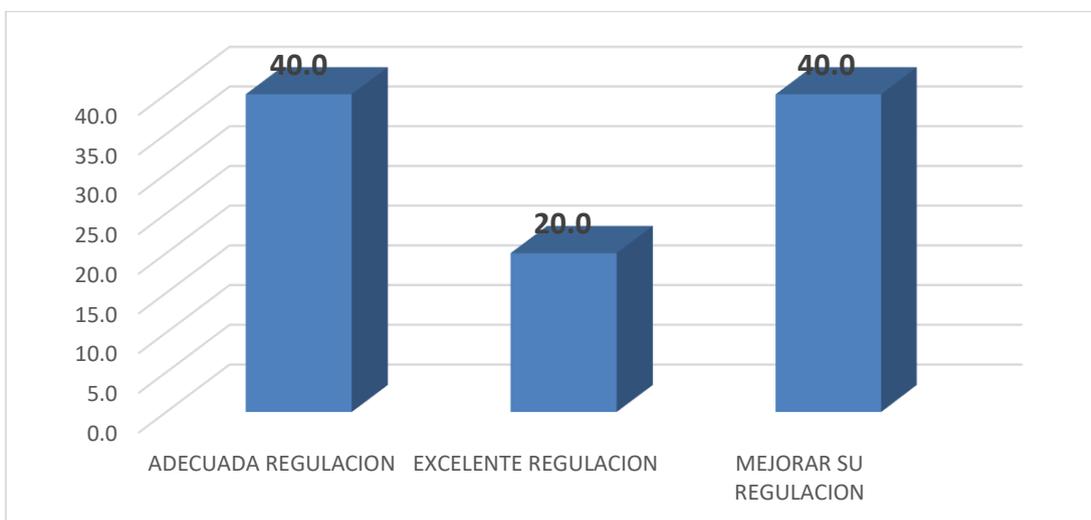


Figura 5: Grafico del Nivel del Reparación emocional en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.

Interpretación: En lo referente a la tabla 6 y figura 5 se puede evidenciar que de un total 30 participantes que equivalen a un 100%; el 40.0% que equivale a 12 participantes se encuentran en el Nivel de Reparación Emocional (Adecuada Regulación); el 20.0% que equivale a 6 participantes se encuentran en el Nivel de Reparación Emocional (Excelente Regulación) y el 40.0% que equivale a 12 participantes se encuentran en el Nivel de Reparación Emocional (Mejora de Regulación).

Tabla 7: Preponderancia de Rango de Edad en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.

Rango Edad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
De 19 a 29	16	53.33	53	53
De 30 a 39	10	33.33	33	87
De 40 a 49	3	10.00	10	97
De 50 a Mas	1	3.33	3	100
Total	30	100.00	100	

Fuente: Ficha socioeconómica.

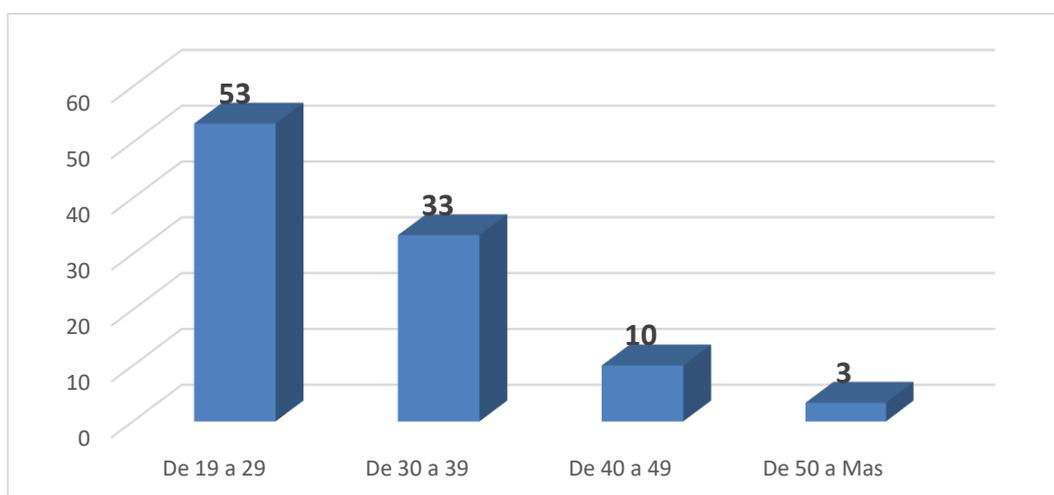


Figura 6: Gráfico de la Preponderancia de Rango de Edad en madres beneficiarias de un programa social - Ayacucho - 2021.

Interpretación: En lo referente a la tabla 7 y figura 6 se puede evidenciar que de un total 30 participantes que equivalen al 100%; el 53% que equivale a 16 participantes se encuentran en el Rango de Edad de 19 a 29 años; el 33% que equivale a 10 participantes se encuentran en el Rango de Edad de 30 a 39 años; el 10% que equivale a 3 participantes se encuentran en el Rango de Edad de 40 a 49 años; el 3% que equivale a 1 participante se encuentran en el Rango de Edad de 50 a Mas años.

4.2 Análisis de resultados

La presente investigación tuvo por objetivo general, conocer la relación del Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en madres beneficiarias de un Programa Social - Ayacucho - 2021, en el presente estudio se pudo identificar que no se evidencian relación estadísticamente aceptable ente el Bienestar Psicológico y la Inteligencia Emocional, esto puede deberse, como primer punto, por la cantidad de participantes evaluados, cuando menor sea la muestra, es menor la significancia estadística, en este sentido, el cálculo del tamaño de la muestra es una función matemática que expresa la relación entre las variables, cantidad de participantes y poder estadístico (García, Reding y López, 2013). Otro aspecto de los resultados presentados es la característica de los instrumentos, al no identificar las propiedades psicométricas de estos instrumentos en una población parecida. Por otra parte, no se identificó estudios previos con las variables de análisis en una población parecida o idéntica. Sin embargo, se evidenciaron estudios en su mayoría con estudiantes y profesionales (Veliz, Dörner, Soto, Reyes y Ganga, 2018; Solorzano, 2019; Espinosa, 2021).

Respecto al Nivel de Bienestar Psicológico en las madres beneficiarias, se evidencio que existe una preponderancia del nivel alto, con ello, se puede determinar que la población, a pesar de las situaciones de vulnerabilidad, se perciben, según el instrumento, como personas con expectativas adecuadas en torno a si mismo y su futuro, este resultado se complementa con los hallazgos de Bernal, Daza y Jaramillo (2015); También se pueden identificar que estas personas pueden sentirse más cómodas por el tipo de apoyo social que reciben, en este punto, Chavarría y Barra (2014) que analizan el apoyo social percibido, siendo esta una de las características que pueden presentar las participantes.

Referente a la Inteligencia emocional, se identificó que los participantes se encuentran

en el Nivel medio, esto se infiere que los participantes tienen ciertas formas de manejo para la resolución de sus problemas, en esto se destaca, el componente de la Claridad Emocional, esta se caracteriza por la capacidad de reconocer y entender nuestras propias emociones.

V. CONCLUSIONES

5.1. Conclusión

La relación entre las variables no fue estadísticamente significativa. Esta puede darse por las características psicométricas de las pruebas evaluadas a la población de estudio y el tamaño de la muestra.

Respecto al Nivel de Bienestar Psicológico en las madres beneficiarias, se evidencio que existe una preponderancia del nivel alto (70%), con ello, se puede determinar que la población, a pesar de las situaciones de vulnerabilidad, se perciben como personas con expectativas adecuadas en torno a si mismo y su futuro.

Referente a la Inteligencia emocional, se identificó que los participantes se encuentran en el Nivel medio (50%), esto se infiere que los participantes tienen ciertas formas de manejo para la resolución de sus problemas.

Respecto a los componentes de la Inteligencia Emocional, se destacó la Claridad Emocional, esta se caracteriza por la capacidad de reconocer y entender nuestras propias emociones

En cuanto a la caracterización del grupo son personas con una prevalencia de edad el 53.3% tienen la edad de rango entre 19 a 29 años, siendo este rango la más prevalente, seguido del 33.3% tienen la edad de rango entre 30 a 39 años

5.2. Recomendaciones

- Se sugiere que la investigación pueda ser ampliada y profundizada por otros estudiosos de la conducta o instituciones interesadas en la realización Necesarias para el complemento del estudio presentado.
- Promover el análisis de los instrumentos, respecto a sus fiabilidades.
- Ampliar el estudio referente a la población, tomar en cuenta las dificultades en cuanto a la participación de las beneficiarias.
- Tomar en consideración el aspecto sociocultural de los participantes, considerarlos en los criterios de inclusión y exclusión.
- Comparar los diversos instrumentos que midan las variables de bienestar Psicológico y la Inteligencia Emocional, para identificar el más apropiado con la población.
- Analizar el contexto de confinamiento social. donde se desarrollan los participantes del estudio. Contrastar el presente estudio.

Referencias.

- Arita, W. B. Y. (2005). *Satisfacción con la vida y teoría homeostática del bienestar*.
- Arriagada, I. (2004). Estructura familiar, trabajo y bienestar en América Latina. *CEPAL-SERIE Seminarios y conferencias*, 42, 43-73. Recuperado de <http://www.cepal.org/dds/noticias/paginas/9/19679/Iarriagada.pdf>
- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., & García-Merita, M. L. (2000). *Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes*. *Psicothema*, 12 (2), 331-336 – 314 – 3019. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=296>
- Ayerra, R. (2014). *Estudio de las emociones positivas y su desarrollo en educación primaria (Tesis de maestría)*. Universidad Pública de Navarra, España. Recuperado de <http://academica-e.unavarra.es/xmlui/bitstream/handle/2454/9684/Estudio%20de%20las%20Emociones%20Positivas%20y%20su%20desarrollo%20en%20Educaci%C3%B3n%20Primaria.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bologna, E. (2011). *Estadística para psicología y educación*. Argentina: Brujas.
- Cabañero, M.J., Richart, M., Cabrero, J., Orts, M.I., Reig, A. y Tosal, B., (2004). *Fiabilidad y validez de la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puérperas*. *Psicothema*, 16, n.º 3, 448-455. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3017>
- Diener, E. (2006). *La comprensión de las puntuaciones de la Escala de Satisfacción con la Vida* Ed Diener. Recuperado de: <http://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Understanding%20>

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. y Griffin, S. (1985). *La satisfacción con la escala de vida*. *Diario de Personality Assessment*, 49, 71-75. Recuperado de: https://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Diener-Emmons-Larsen-Griffin_1985.pdf

Diener, E., Napa, C. y Lucas, R. (2003). *La evolución del concepto de bienestar subjetivo: la naturaleza multifacética de la felicidad. Los avances en el envejecimiento celular y Gerontoloy*, vol. 15, pp 187-219.

Recuperado de: <https://scholars.opb.msu.edu/en/publications/the-evolving-concept-of-subjective->

Diener, E., Napa, C. y Lucas, R. (2003). *La evolución del concepto de bienestar subjetivo: la naturaleza multifacética de la felicidad. Los avances en el envejecimiento celular y Gerontoloy*, vol. 15, pp 187-219. Recuperado de: <https://scholars.opb.msu.edu/en/publications/the-evolving-concept-of-subjective->

Flores, B. (2020). *Comunicación familiar prevalente en estudiantes de la Carrera Técnica de Enfermería, Ayacucho, 2019* (Tesis pregrado). Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Ayacucho, Perú. Recuperado de http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15936/COMUNICACION_FAMILIAR_FLORES_PINCOS_BETHSI%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Garrido, A., Reyes, A., Navarro, A., Ortega, P, y Nabor, M. (2019)'' Comunicación familiar en estudiantes universitarios''. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. Vol. 1 Núm. 2.pp 253-261.Recuperado.

<https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/43/34>

Haughton, J., & Khandker, S. (2009). Manual Pobreza + Desigualdad.

Washington: el Banco Mundial. Recuperado de:

<http://documents.worldbank.org/curated/en/488081468157174849/pdf/483380P>

Haughton, J., & Khandker, S. (2009). Manual Pobreza + Desigualdad. Washington:

el Banco Mundial. Recuperado de:

<http://documents.worldbank.org/curated/en/488081468157174849/pdf/483380P>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). *Metodología de la Investigación*

.México: McGrawHill

Mikkelsen Ramella, F. M. (2009). *Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima* (Tesis para

optar el título de Licenciado en Psicología con mención en Psicología Clínica). Recuperado de:

<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/416>

Molero, C., Saiz, E. y Esteban, C. (2003). Revisión histórica del concepto de

inteligencia: Una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista latinoamericana de psicología*, 30(1). Recuperado de Recuperado de

<http://www.redalyc.org/html/805/80530101/>

Palmero, F. (1996). Aproximación biológica al estudio de la emoción. *Revista anales*

de psicología, 12(1). Recuperado de http://www.um.es/analesps/v12/v12_1/05-12-1.pdf

Palomar, L. J. (2004) *Pobreza, recursos psicológicos y bienestar subjetivo*. Ponencia

presentada en el XI Congreso Iberoamericano de Psicología, Lima, Perú.

Recuperado de:

http://www.academia.edu/25725301/Satisfacci%C3%B3n_con_la_Vida_y_Afec

Papalia, D. (1997) *“Desarrollo humano” .Con nuevas aportaciones para Iberoamérica*. Primera edición Editorial Interamericana .McGraw-Hill. 1997.

Páginas: 37-38- 366-404. Recuperado de: <http://salud.mendoza.gov.ar/wp->

Rosales, C y Espinoza, M. (2009). *La Percepción del clima familiar en adolescentes miembros de diferentes tipos de familia*. Recuperado

<http://www.detuxchi.74ztacala.unam.mx/ojs/index.php/pycs/article/download/17/15>

Ruíz, C. y Benites A. (2004). *Ficha técnica del Test “Conociendo mis Emociones”*. Centro Educativo Particular Champagnat, Lima Perú.

Shannon, A (2013). *La teoría de las inteligencias múltiples en la enseñanza de español* (Tesis de maestría). Universidad de Salamanca, España Recuperado

de <http://www.mecd.gob.es/dctm/redele/Material-RedEle/>

[Biblioteca/2014bv15/2014-BV-15-01AliciaMarieShannon.pdf?documentId=0901e72b818c6a9e](http://www.mecd.gob.es/dctm/redele/Material-RedEle/Biblioteca/2014bv15/2014-BV-15-01AliciaMarieShannon.pdf?documentId=0901e72b818c6a9e) Shapiro, L. (1997). *La inteligencia emocional de los*

niños. Recuperado de

<http://www.kiplingmorelia.edu.mx/PDF/LA%20INTELIGENCIA%20EMOCIONAL%20DE%20LOS%20NINOS.pdf>

Szczęśniak, M. y Tułeczka, M. (2016).”Family Functioning and Life Satisfaction: The Mediator Role of Emotional Intelligence”. *Psychol Res Behav Manag*. 2020; 13: 223–232. Recuperado de

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7061410/>

- Tello, E. (2010). *El desarrollo de la inteligencia emocional en los niños en la etapa preescolar*. (Tesis de grado). Instituto Michoacano de Ciencias de la Educación José María Morelo, México. Recuperado de <http://imced.edu.mx/tesis/ eldesrollodelainteligenciaemocional.pdf>.
- Undurraga, C. & Avendaño, C.(1997) *Dimensión psicológica de la pobreza*. Publicado por Psykhe.1997;6(1):57-63. Recuperado de: http://www.psykhe.cl/index.php/psykhe/article/view/103/102_
- Vázquez, C. (2009). *La ciencia del bienestar psicológico*. En *La ciencia del bienestar. Fundamentos de una psicología positiva (pp.13-46)*. Madrid: Alianza Editorial. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=556800>
- Veenhoven, R (1994) *Intervención Psicosocial, estudio de la satisfacción con la vida*, vol.well-being-the-multifaceted-na-4WLS%20Scores.pdf
- Vivas, M. (2003). La Educación Emocional: conceptos fundamentales. *Revista Sapiens: Revista Universitaria de Investigación*. 4(2). Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>.

ANEXOS

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO

ESCALA BIEPS-A(Adultos)

María Martina Casullo

Fecha de hoy:

Apellido y nombre..... **Edad:**

Marcar con una cruz las opciones que correspondan

Mujer

Educación:

Primario incompleto

Secundario incompleto

Terciario incompleto

Primario completo

Secundario completo

Terciario/universitario completo

	De Acuerdo	Ni deacuerdo Ni desacuerdo	Desacuerdo
1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
2. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
3. Me importa pensar que haré en el futuro.			
4. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas			
5. Generalmente le caigo bien a la gente.			
6. Siento que podré lograr las metas que me proponga			
7. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
8. Creo que en general me llevo bien con la gente.			
9. En general hago lo que quiero, soy poco influenciable			
10. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida			
11. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			
12. Puedo tomar decisiones sin dudar mucho			
13. Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias			

VALORACIÓN DE LAS RESPUESTAS BIEPS-A.

En desacuerdo	1 punto
Ni acuerdo ni en desacuerdo	2 puntos
De acuerdo	3 puntos

Dimensiones

Dimensiones BIEPS	Ítems
Proyectos	1,3,6,10
Autonomía	4,9,12
Vínculo psicosociales	5,7,8
Control/aceptación	2,11,13

Subescalas	Puntuaciones altas	Puntuaciones bajas
Control /situaciones	Tiene una sensación de control y de autocompetencia Puede crear o manipular contextos para adecuarlo a sus propias necesidades e intereses	Tiene dificultades en manejar los asuntos de la vida diaria. No se da cuenta de las oportunidades Cree que es incapaz de modificar el ambiente
	Sus propias necesidades de interés.	Es incapaz de modificar el ambiente.
Aceptación de si	Puede aceptar los múltiples aspectos de sí mismo incluyendo los buenos y malos. Se siente bien acerca del como es.	Esta desilusionado respecto de su vida pasada. Le gustaría ser diferente de los demás. Se siente insatisfecho pasado consigo mismo
Vínculos psicosociales	Es cálido confía en los demás. Puede establecer buenos vínculos. Tiene capacidad empatía y afectiva.	Tiene pocas relaciones con los demás es aislado. Se siente frustrado en los vínculos que establece con los demás. No puede hacer compromisos con los demás.
Autonomía	Puede tomar decisiones de modo independiente. Es asertivo. Confía en su propio juicio.	Es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le reocupa lo que piensan los otros
Proyectos	Es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le reocupa lo que piensan los otros	La vida carece de sentido y de significado. Tiene pocas metas y proyectos. No puede establecer que la vida tenga algún propósito.

PUNTAJES DIRECTOS Y PERCENTILES CORRESPONDIENTES A LA ESCALA BIEPS PARA LA MUESTRA TOTAL DE ADULTOS.

PUNTAJE DIRECTO	PERCENTIL
28	5
33	25
35	50
37	75
39	95

ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

TMMS-24

INSTRUCCIONES:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.					
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.					
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.					
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.					
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.					
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.					
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.					
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.					
9.	Tengo claros mis sentimientos.					
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.					
11.	Casi siempre sé cómo me siento.					
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.					
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.					
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.					
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.					
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.					
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.					
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.					
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.					
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.					
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.					
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.					

23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.					
24	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.					

La TMMS-24 está basada en *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS) del grupo de investigación de Salovey y Mayer. La escala original es una escala rasgo que evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales mediante 48 ítems. En concreto, las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones, así como de nuestra capacidad para regularlas. La TMMS-24 contiene tres dimensiones claves de la IE con 8 ítems cada una de ellas: Atención emocional, Claridad emocional y Reparación emocional. En la Tabla 1 se muestran los tres componentes.

Tabla 1. Componentes de la IE en el test

	Definición
Atención	Soy capaz de <i>atender</i> a los sentimientos de forma adecuada
Claridad	<i>Comprendo</i> bien mis estados emocionales
Reparación	Soy capaz de <i>regular</i> los estados emocionales de forma adecuada

Evaluación

Para corregir y obtener una puntuación en cada uno de los factores, sume los ítems del 1 al 8 para el factor *Atención*, los ítems del 9 al 16 para el factor *Claridad* y del 17 al 24 para el factor *Reparación*. Luego mire su puntuación en cada una de las tablas que se presentan. Se muestran los puntos de corte para hombres y mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos.

Recuerde que la veracidad y la confianza de los resultados obtenidos dependen de lo sincero que haya sido al responder a las preguntas.

	Puntuaciones <i>Hombres</i>	Puntuaciones <i>Mujeres</i>
Atención	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 21	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 24
	Adecuada atención 22 a 32	Adecuada atención 25 a 35
	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 33	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 36

Claridad	Puntuaciones <i>Hombres</i>	Puntuaciones <i>Mujeres</i>
	Debe mejorar su comprensión < 25	Debe mejorar su comprensión < 23
Adecuada comprensión 26 a 35	Adecuada comprensión 24 a 34	
Excelente comprensión > 36	Excelente comprensión > 35	

Reparación	Puntuaciones <i>Hombres</i>	Puntuaciones <i>Mujeres</i>
	Debe mejorar su regulación < 23	Debe mejorar su regulación < 23
Adecuada regulación 24 a 35	Adecuada regulación 24 a 34	
Excelente regulación > 36	Excelente regulación > 35	



Protocolo de Consentimiento Informado para Encuestas

(Psicología)

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: BIENESTAR PSICOLOGICO E INTELIGENCIA EMOCIONAL, EN MADRES BENEFICIARIAS DE UN PROGRAMA SOCIAL y es dirigido por MARITZA ZENAIDA SULCA HUAYNATE, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: DETERMINAR EL BIENESTAR PSICIOLOGICO E INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LAS MADRES BENEFICIARIAS DE UN PROGRAMA SOCIAL. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará _20_ minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de UNA CHARLA INFORMATIVA. Si desea, también podrán escribir al correo sulcahuaynatemaritzazenaaida@gmail.com., para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre:



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Ayacucho, 10 de noviembre del 2021

Señora:

MEJIA JAEN, WENDY EVELYN

PRESIDENTA DEL COMITÉ VASO DE LECHE. "SANTA ROSA DE LIMA"- Santa Elena

Presente. -

Previo un cordial saludo para manifestarle que la formación integral del estudiante de psicología implica el desarrollo de trabajos de investigación para la obtención del grado académico y título profesional.

*La estudiante **MARITZA ZENAIDA SULCA HUAYNATE**, con código N°311112003, se encuentra realizando la investigación de su proyecto titulado "**Bienestar Psicológico e Inteligencia Emocional en Madres Beneficiarias de un Programa social, Ayacucho 2021**", motivo por el cual se solicita a su persona brindar las facilidades del caso para aplicar el instrumento de recojo de información los días 05 de octubre al 10 de noviembre de 2021, en la institución que Ud. dirige.*

A la espera de la atención a la presente y el permiso correspondiente, quedo de Usted.

Atentamente,


UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE
FILIAL AYACUCHO
Pbro. Mg. Jesús Chuchón Vilca
COORDINADOR



TMMS-24

Fecha de hoy..... Edad..... 28

Apellidos y Nombre..... yony Rodriguez Espino

INSTRUCCIONES:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	X	
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	X	5	
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	X	5	
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	X	
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	X	3	4	5	
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	X	4	5	
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	X	4	5	
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	X	5	
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	X	
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	X	5	
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	X	
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	X	
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	X	5	
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	X	5	
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	X	5	
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	X	5	
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	X	
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	X	
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	X	
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	X	5	
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	X	5	
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	X	5	
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	X	
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	X	5	

Maria Martina Casullo

Fecha de hoy:

Apellido y nombre... Yany Rodriguez Esene Edad: 28

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: -ESTOY DE ACUERDO- NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO -ESTOY EN DESACUERDO- No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios.

	(3) De acuerdo	(2) Ni de acuerdo Ni en des- Acuerdo	(1) En desacuerdo
1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida	X		
2. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	X		
3. Me importa pensar que haré en el futuro.	X		
4. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas	X		
5. Generalmente le caigo bien a la gente.		X	
6. Siento que podré lograr las metas que me proponga	X		
7. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.	X		
8. Creo que en general me llevo bien con la gente.		X	
9. En general hago lo que quiero, soy poco influenciado	X		
10. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.	X		
11. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar	X		
12. Puedo tomar decisiones sin dudar mucho	X		
13. Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias	X		

ANÁLISIS DE FIABILIDAD

DE LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO BIEPS – A

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,605	13

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,943	24