

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



Regulación emocional y manejo de conflictos conyugales

en mujeres de la Iglesia Adventista de la

Unión Colombiana del Sur, 2017

Tesis

Presentada para optar el grado académico de Maestra en Ciencias

de la Familia con mención en Terapia Familiar

Por

Maryeli Guiza Gamboa

Lima, Perú

Diciembre de 2017

Ficha bibliográfica:

Guiza Gamboa, Maryeli

Regulación emocional y manejo de conflictos conyugales en mujeres de la iglesia adventista de la Unión Colombiana del Sur, 2017/ Autora: Maryeli Guiza Gamboa; Asesora: Mg. Jazmín Madrid Valdiviezo, Lima, 2017.

123 páginas: anexos, tablas.

Tesis (Maestría) -- Universidad Peruana Unión. Escuela de Posgrado.

Unidad de Posgrado de Psicología, 2017.

Incluye referencias y resumen.

Campo del conocimiento: Terapia Familiar

1. Regulación emocional
2. Manejo de conflictos conyugales

*Regulación emocional y manejo de conflictos conyugales en mujeres
de la Iglesia Adventista de la Unión Colombiana del Sur, 2017*

TESIS

Presentada para optar el Grado Académico de Maestra en Ciencias de la
Familia con mención en Terapia Familiar

JURADO DE SUSTENTACIÓN



Dr. Silvano V. Sáenz Villanueva
Presidente



Dr. Jorge Luis Reyes Aguilar
Secretario



Mg. Jazmin Madrid Valdiviezo
Asesora



Mg. Aida Chulita Santillán Mejía
Vocal



Mg. Evelyn Raúl Quiroz Soto
Vocal

Lima, 28 de diciembre de 2017

ANEXO 07 DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA DE LA TESIS

Yo **Jasmin Madrid Valdivieso**, identificado con DNI N° 40489504, docente en la Unidad de Posgrado de Psicología de la Universidad Peruana Unión;

DECLARO:

Que la tesis titulada: *Regulación emocional y manejo de conflictos conyugales en mujeres de la Iglesia Adventista de la Unión Colombiana del sur, 2017* constituye la memoria que presenta la Bachiller **Maryell Guiza Gamboa** para obtener el grado académico de Maestro en Ciencias de la Familia con mención Terapia Familiar, cuya tesis ha sido desarrollada en la Universidad Peruana Unión con mi asesoría.

Asimismo, dejo constancia de que las opiniones y declaraciones registradas en la tesis son de entera responsabilidad del autor. No comprometen a la Universidad Peruana Unión.

Para los fines pertinentes, firmo esta declaración jurada, en la ciudad de Lima (Lima), a los 28 días del mes de diciembre de 2017.



Mg. Jasmin Madrid Valdivieso
Asesor



**Aprobado el 17-Feb-2017

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi amado esposo, por su amor, compañía, y apoyo incondicional en este proceso.

AGRADECIMIENTOS

Gratitud primeramente a Dios, quien en sus manos hace mis sueños realidad.

A mi esposo, por su amor incondicional, por motivarme en los momentos difíciles y empoderarme para alcanzar esta meta.

A mis padres, por brindarme una familia que aunque imperfecta he sabido ser feliz en ella.

A mis amigas Andrea Suarez y Diana Quitian, por impulsarme a perseguir el sueño de convertirme en Terapeuta familiar.

A mi asesora de tesis, la Magister Jazmín Madrid, por su sabia orientación, paciencia y apoyo en este proceso.

A la Dra. Ana Escobedo y la Magister Chelita Santillán, por su atención y motivación constante.

A Denis Frank Cunza, por su orientación en el estudio estadístico.

Al Pr. Joel Hernández y a la Unión Colombiana del Sur, por permitirme desarrollar en su campo mi tesis de grado.

ÍNDICE

Dedicatoria.....	vi
Agradecimientos.....	vii
Índice.....	viii
Lista de anexos.....	xi
Índice de tablas.....	xii
Resumen.....	xiii
Abstract.....	xiv
Introducción.....	xv
1. Capítulo I: El Problema.....	1
1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	4
1.2.1. Problema General.....	4
1.2.2. Problemas específicos.....	4
1.3. Justificación de la Investigación.....	5
1.4. Objetivos de la investigación.....	6
1.4.1. Objetivo general.....	6
1.4.2. Objetivos específicos.....	6
2. Capítulo II: Marco Teórico.....	8
2.1. Marco Filosófico.....	8
2.2. Antecedentes de la investigación.....	11
2.2.1. Investigaciones Internacionales.....	11
2.2.2. Investigaciones Nacionales.....	16
2.3. Bases Teóricas.....	19
2.3.1. Regulación emocional dentro del concepto de inteligencia emocional	19

2.3.1.1. Evolución del concepto de inteligencia emocional	19
2.3.1.2. Modelos de Inteligencia emocional.....	22
2.3.1.2.1. Modelos de IE habilidad.....	22
2.3.1.2.2. Modelos de IE rasgo.....	23
2.3.1.2.3. Modelos de IE mixtos.....	23
2.3.1.3. Modelo teórico de inteligencia emocional por Mayer, Salovey & Caruso.....	23
2.3.1.4. Modelo de Extremera y Fernández-Berrocal.....	25
2.3.1.5. Inteligencia emocional y género.....	25
2.3.2. Regulación emocional.....	27
2.3.2.1. Regulación emocional por Meyer y Salovey.....	28
2.3.2.2. Proceso de regulación de las emociones.....	29
2.3.2.3. Aspectos Psicoevolutivos y Psicosociales de la regulación de las emociones.....	30
2.3.2.4. Entrenamiento para la regulación emocional.....	31
2.3.3. Conflicto.....	32
2.3.4. Conflicto de pareja.....	33
2.3.4.1. Características del conflicto de pareja.....	34
2.3.4.2. Componentes del conflicto marital.....	34
2.3.4.3. Teorías sobre el conflicto conyugal.....	34
2.3.4.4. Conflicto marital desde la teoría del vínculo de Bowlby.....	37
2.3.4.5. Manejo del conflicto.....	39
2.3.4.6. Estrategias de manejo de conflictos conyugales.....	40
2.3.4.6.1. Negociación/comunicación.....	40
2.3.4.6.2. Automodificación.....	41
2.3.4.6.3. Afecto.....	41
2.3.4.6.4. Evitación.....	42
2.3.4.6.5. Acomodación.....	42
2.3.4.6.6. Separación/Tiempo.....	43
2.4. Marco teórico referente a la población estudio.....	43
2.4.1. La mujer en la sociedad colombiana.....	43
2.5. Definición de términos.....	44
2.5.1. Relación de pareja.....	44
2.5.2. Ciclo de vida de la pareja.....	45
2.6. Hipótesis de la investigación.....	45
2.6.1. Hipótesis general.....	45
2.6.2. Hipótesis específicas.....	45
3. Capítulo III: Materiales y Métodos.....	47

3.1. Diseño y tipo de investigación.....	47
3.2. Variables de la investigación.....	47
3.2.1. Inteligencia emocional.....	47
3.2.2. Manejo de conflictos maritales.....	48
3.2.3. Operacionalización de las variables.....	48
3.3. Delimitación geográfica y temporal.....	50
3.4. Población y Muestra.....	50
3.4.1. Población.....	50
3.4.2. Muestra.....	50
3.4.2.1. Criterios de inclusión y exclusión.....	51
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	51
3.5.1. Instrumentos de recolección de datos.....	51
3.5.1.1. Inteligencia emocional.....	51
3.5.1.2. Escala de estrategias de manejo conflictos.....	52
3.6. Proceso de recolección de datos.....	53
3.7. Procesamiento y análisis de los datos.....	54
3.8. Consideraciones éticas.....	54
3.8.1. Consentimiento informado.....	54
4. Capítulo IV: Resultado y discusión.....	56
4.1 Análisis descriptivo de los datos.....	56
4.2 Prueba de hipótesis: Correlación de las variables de estudio.....	60
4.3 Discusión de resultados.....	63
5. Capítulo V: Conclusiones y recomendaciones.....	70
5.1 Conclusiones.....	70
5.2 Recomendaciones.....	71
REFERENCIAS.....	73
ANEXOS.....	87

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia.....	87
Anexo 2. Instrumentos.....	90
Anexo 3. Carta de autorización para aplicar los instrumentos por la Unión Colombiana de Sur.....	92
Anexo 4. Formato de consentimiento informado.....	93
Anexo 5. Validación por criterio de jueces para la escala de estrategias de manejo de conflictos.....	94

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Modelo de las cuatro ramas de inteligencia emocional.....	24
Tabla 2. Inteligencia emocional y género.....	25
Tabla 3. Teorías sobre el conflicto marital	35
Tabla 4. Estrategias de manejo de conflictos.....	39
Tabla 5. Operacionalización de las variables de investigación.....	48
Tabla 6. Pautas para la inclusión y la exclusión.....	51
Tabla 7. Lugar de nacimiento de las integrantes de la muestra en estudio.....	56
Tabla 8. Edad de las integrantes de la muestra en estudio.....	57
Tabla 9. Años de casadas intervalo.....	58
Tabla 10. Número de hijos de las integrantes de la muestra en estudio.....	59
Tabla 11. Nivel educativo de las integrantes de la muestra.....	59
Tabla 12. Análisis descriptivo de la variable regulación emocional.....	60
Tabla 13. Análisis descriptivo de la variable manejo de conflictos.....	60
Tabla 14. Pruebas de normalidad de las variables.....	61
Tabla 15. Análisis de correlación entre regulación emocional y cada una de las dimensiones de la escala de manejo de conflictos.....	62

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre regulación emocional y el manejo de conflicto conyugales en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, Bogotá, 2017. Corresponde a un estudio correlacional de corte descriptivo no experimental, con una muestra de 520 mujeres casadas. Los instrumentos utilizados para comprobar la hipótesis fueron la dimensión regulación emocional del test de inteligencia emocional TMMS-24 de Extremera y Fernández-Berrocal (2005) y la escala de manejo de conflictos conyugales EEMC de Arnaldo (2001) en su versión de 34 ítems expuesta por Cienfuegos (2011). La regulación emocional posee una correlación positiva y altamente significativa con varias dimensiones de la escala de manejo de conflictos: “Reflexión y Comunicación” ($r_s = .399, p < .01$), “Afecto” ($r_s = .332, p < .01$), “Tiempo” ($r_s = .376, p < .01$), “Automodificación” ($r_s = .372, p < .01$) y “Acomodación” ($r_s = .276, p < .01$). Se aprecia también que la regulación emocional presenta una correlación negativa y significativa con “Evitación” ($r_s = -.088, p < .05$), aunque en un nivel correlacional bajo.

Palabras claves: Regulación emocional, manejo de conflictos conyugales.

ABSTRACT

The objective of this study was to determine the relationship between emotional regulation and conjugal conflict management in women of the Colombian Union of the South of the Seventh-day Adventist Church, Bogotá, 2017. It corresponds to a non-experimental descriptive correlation study, with a sample of 520 married women. The instruments used to check the hypothesis were the emotional regulation dimension of the emotional intelligence test TMMS-24 of Extremera and Fernández-Berrocal (2005) and the scale of management of conjugal conflicts EEMC of Arnaldo (2001) in its version of 34 items exposed for Cienfuegos (2011). Emotional regulation has a positive and highly significant correlation with several dimensions of the conflict management scale: "Reflection and Communication" ($r_s = .399, p < .01$), "Affection" ($r_s = .332, p < .01$), "Time" ($r_s = .376, p < .01$), "Automodification" ($r_s = .372, p < .01$) and "Accommodation" ($r_s = .276, p < .01$). It is also appreciated that emotional regulation presents a negative and significant correlation with "Avoidance" ($r_s = -.088, p < .05$), although at a low correlation level.

Key words: Emotional regulation, marital conflict management.

INTRODUCCIÓN

La regulación emocional y el manejo de conflictos, son dos variables de considerable importancia para el campo de la terapia familiar. Por ser la familia el primer espacio de socialización y aprendizaje del individuo, donde se asimilan y adquieren herramientas que facilitan el desarrollo personal, se deben hacer esfuerzos para que sus miembros desarrollen habilidades emocionales y estrategias del manejo del conflicto que les ayude a desenvolverse socialmente. Es por eso que la presente investigación tiene como finalidad describir los resultados en el análisis correlacional entre la regulación emocional y el manejo de conflictos conyugales en mujeres casadas, como un aporte al estudio que se ha venido haciendo a estas dos variables que no han sido abordadas en profundidad de manera conjunta.

La familia es un escenario donde se lidia con un sin número de situaciones diversas, propias de la convivencia y como lo manifiesta Muñoz (2007) “el entendimiento de unos con otros, así como el manejo de las emociones que tienen lugar ante una discusión, un conflicto, o un cambio se convierte en un reto para la familia” (p.7). En el sistema familiar el cónyuge o la pareja juega un papel fundamental para que este sea funcional; y esa funcionalidad más aun dependerá de las habilidades emocionales que ellos adquieran y puedan transmitir a los demás miembros del sistema. Para Mayer y Salovey (2007) las habilidades emocionales hacen pensar a los individuos mejor, de manera inteligente, les permite interactuar consigo mismo y con otros de manera saludable. Estas habilidades se adquieren en el hogar y si no se aprenden en él se hace en el transcurso de la

vida, como lo menciona Sycom Training Systems –STS (s.f.) al referir que la familia es la primer escuela emocional, aprendiendo por imitación al modelo de sus padres, quienes primero deben ejercitar su inteligencia emocional.

En este estudio la regulación emocional se relaciona con la variable manejo de conflicto en el momento en que las mujeres casadas deben enfrentar los conflictos conyugales, inevitables y necesarios en cualquier relación de pareja. Su abordaje demostró que sus habilidades emocionales aportan al manejo adecuado o inadecuado de dicho conflicto, porque como lo señala Arnaldo (2001) el conflicto de pareja está cargado de una gran cantidad de emociones, tanto positivas como negativas, que generan afectaciones personales e interpersonales. Para García et al.(s.f.) es muy difícil solucionar un conflicto y llegar a acuerdos que satisfagan a las partes cuando no se ha logrado una adecuada comunicación y expresión de las emociones, es necesario dar a conocer adecuadamente lo que se siente sin suponer que el otro conoce lo que se piensa y quiere.

Este informe de investigación se organizó de la siguiente manera:

En el capítulo 1 se presenta el planteamiento del problema sugiriendo un número de factores que pueden generar la problemática actual. También se encuentra la formulación del problema, la justificación del estudio, y los objetivos de la investigación. En el capítulo 2 se consolida el marco teórico, comenzando con el marco filosófico y seguido de los antecedentes de la investigación, estudios nacionales e internacionales que se relacionan con las dos variables de estudio, también se encuentra la teoría propia de las dos variables, como marco histórico, evolución de los conceptos y teorías más influyentes, además se cuenta con conceptos y términos afines a la población estudio y por último se presenta las hipótesis de la investigación. En el capítulo 3 se describe los materiales y los métodos de estudio, diseño y tipo de investigación, variables de investigación,

operacionalización de las variables, delimitación geográfica y temporal, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos. En el capítulo 4 se presentan los resultados de la investigación y la discusión de los mismos y finalmente en capítulo 5 se exponen las conclusiones y las recomendaciones de la investigación.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

Desde una mirada sistémica la familia tiene su inicio en la relación de pareja, de la dinámica que se maneje al interior de ésta se generará la estructura que determina en parte el funcionamiento del sistema en general. Al establecer una relación conyugal la pareja busca en su interacción satisfacer ciertas necesidades que le proporcionen bienestar y que se convierten en motivaciones para permanecer juntos. Sin embargo sostener positivamente cualquier relación humana se convierte en un desafío, y más cuando se habla de interacción conyugal, porque se requiere de un trabajo en conjunto donde se refleje el compromiso, la entrega, la aceptación de las diferencias, entre otros aspectos que permitan el acople y la satisfacción mutua.

El camino hacia ese acoplamiento y esa satisfacción en pareja no es fácil, porque es precisamente en los puntos de diferencia y fricción donde se fortalece o debilita la relación, aspecto que argumenta Vinyamata (2003) cuando sostiene que en toda relación humana los conflictos están presentes de forma natural y son necesarios en la cotidianidad. Las parejas por lo general creen que el conflicto es algo negativo, no obstante, estos no son buenos ni malos, su funcionalidad dependerá en gran medida por la forma en que sean abordados. Es decir, si la pareja los resuelve adecuadamente proporcionará cambios que fomenten el crecimiento personal e interpersonal, por el contrario si se le da un mal manejo esto desembocará en destrucción.

En relación a los conflictos Parra (citado por Epstein, 2002) indica que los conflictos de pareja son una de las principales problemáticas de la sociedad actual, en los Estados Unidos conlleva al 50% de los divorcios. En cuanto a la situación colombiana López (2016) analizando un reciente informe publicado por la Superintendencia de Notariado y Registro, señala que de cada diez parejas que se casan, tres se divorcian y otras se separan en los primeros tres años de convivencia, inclusive si ya tiene hijos. Esta no es una situación nueva para la población colombiana, puesto que en el año 2014 se realizó un estudio por entidades como Child Trends & Social Trends Institute, y con ocho universidades incluyendo la universidad La Sabana de Colombia, donde se halló que éste es el país con la tasa más alta de Latinoamérica de niños que viven sin sus padres o que son afectados por la relación que sostiene los mismos, pero es aún más lamentable lo señalado por Caracol Radio (2011) cuando indica que el Instituto Colombiano de Medicina Legal reporto el conflicto de pareja como principal causa de suicidio en Colombia para el año 2010. Y es que en muchas oportunidades los conflictos maritales se convierten en una bola de nieve que van creciendo hasta que son inmanejables, como lo menciona que López (2013) cuando dice que las pequeñas peleas de pareja se van volviendo constates convirtiéndose en grandes conflictos que deterioran la relación.

Con lo anterior podemos inferir que un inadecuado manejo de los conflictos conyugales no solo tiene consecuencias sobre este subsistema, sino que además puede desestabilizar al subsistema paterno-filial lo que conlleva a una afectación de la sociedad, como lo menciona Salazar (2015) al referir que la sociedad no le va a ir bien si los niños crecen en entornos familiares de vulnerabilidad y conflicto, porque es precisamente allí donde se aprende a socializar y a resolver los conflictos.

Para Arnaldo (2001), el conflicto se caracteriza por una elevada carga afectiva, donde se presenta un gran número de emociones, cogniciones y conductas que van en un rango desde lo

positivo hasta lo negativo, influyendo significativamente en todos los aspectos de pareja. Adicionalmente Meza (2010) refiere que el conflicto permanecerá durante el ciclo de vida conyugal de manera inevitable, este irá en aumento o decremento dependiendo de cómo se maneje. Entonces, lo que preocupa es el inapropiado manejo de los conflictos de pareja, porque no existe una interacción más íntima como la conyugal, que por ser tan cercana los conflictos serán mayores y más intensos, es por esto que se convierte en una problemática que merece ser entendida y atendida.

Para alcanzar una relación de pareja estable se requiere de serenidad a la hora de enfrentar los problemas y tal como lo refiere López (2015) se debe tener un manejo asertivo de las emociones o implementar habilidades emocionales que le permitan no dar rienda suelta a las emociones más intensas sino guardar respeto y consideración por el otro. Dicho de otra manera en tales circunstancias las parejas requieren regular adecuadamente sus emociones, como lo sustentan López y Fernández (2004) al señalar que una pareja precisa de inteligencia emocional en el momento de enfrentar tensión, estrés o ira, porque muchas veces la relación conyugal se deteriora por el mal manejo de los impulsos y las emociones, entendiendo inteligencia emocional como la habilidad para percibir las emociones, utilizarlas para facilitar el pensamiento, además de comprenderlas y regularlas. (Mayer, Salovey y Caruso, 2007).

Sánchez, Fernández, Montañés y Latorre (2004) hablando de inteligencia emocional afirman que las mujeres suelen ser más expresivas emocionalmente que los varones, además reconocen mejor las emociones en otros y son más perceptivas y empáticas. Sin embargo su auto percepción tiende a ser más baja que las de los hombres. Por su parte Folkman (mencionado por Sánchez y Méndez, 2014) señala que el género femenino a la hora de solucionar un conflicto basa la solución en las emociones, que al no hacerse adecuadamente este le traerá mayor conflicto. Finalmente De

Sousa (s.f.) refiere que las emociones pueden tener su génesis en momentos de conflicto, no obstante es importante considerar que estas pueden ser el punto de partida de un conflicto.

Considerando los razonamientos antes mencionados, los conflictos son inevitables en toda relación de pareja, además estos llevan consigo una carga emocional que necesita ser regulada adecuadamente para mantener interacciones que generen bienestar al individuo la situación señalada puede presentarse en cualquier población donde se establezca relaciones conyugales, por lo tanto se ha decidido tomar como referencia de estudio mujeres casadas adventistas, porque al igual que otras mujeres deben enfrentarse en su cotidianidad al manejo de los conflictos conyugales y como lo dice Landless (2016) es importante instruir a las mujeres feligreses de la Iglesia Adventistas del Séptimo Día (IASD) en asuntos relacionados con el desarrollo adecuado de la salud mental, destacando entre sus apartados las relaciones intrafamiliares saludables, que no se aleja del manejo adecuado de los conflictos. Por consiguiente la presente investigación tuvo la finalidad de determinar la relación que existe entre regulación emocional y el manejo de conflictos conyugales de las mujeres casadas de la Unión Colombiana de Sur de la IASD.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema General

¿Cuál es la relación que existe entre regulación emocional y el manejo de conflictos conyugales en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá 2017?

1.2.2 Problemas específicos

1. ¿Cuál es la relación que existe entre regulación emocional y el factor reflexión – comunicación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?

2. ¿Cuál es la relación que existe entre regulación emocional y el factor de afecto en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?
3. ¿Cuál es la relación que existe entre regulación emocional y el factor de tiempo en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?
4. ¿Cuál es la relación que existe entre regulación emocional y el factor de evitación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?
5. ¿Cuál es la relación que existe entre regulación emocional y el factor de automodificación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?
6. ¿Cuál es la relación que existe entre regulación emocional y el factor de acomodación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?

1.3 Justificación de la Investigación

En el aspecto social e institucional el lograr identificar la relación que existe entre la regulación emocional y manejo de los conflictos conyugales de las mujeres casadas, permite reconocer aspectos en la salud mental de las mismas que sirve como referencia para implementar diferentes estrategias profesionales que potencialicen las habilidades para el manejo adecuado de conflictos, que se espera tenga un efecto positivo no solo en la relación de pareja sino que además aporte salud a la dinámica del sistema familiar.

A nivel teórico el presente estudio permitió indagar en la relación de dos variables que poco han sido estudiadas en conjunto y que demandan más exploración en diferentes áreas de la interacción humana. Por ejemplo en Colombia no se encontró un estudio donde se asocie las dos variables a una población femenina o a las relaciones maritales. Si bien uno de los países donde se ha presentado un despliegue amplio en el estudio del manejo de conflictos y relación de pareja es México, no obstante el estudio no se ha realizado a una población femenina y que a la vez este unido a pruebas psicométricas de regulación emocional, lo que indica que este estudio aportará información teórica en estas áreas.

Por último la contribución práctica de esta investigación está en la implementación de la Escala de Estrategias de Manejo de Conflictos (EEMC) de Arnaldo, (2001) que ha sido adaptada en México en investigaciones direccionadas al subsistema conyugal. Este instrumento no se ha utilizado hasta el momento en investigaciones colombianas, por lo que se realizó la respectiva validación de la escala para ajustarla a la población sujeto de estudio y permitirá su utilización en futuras investigaciones.

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1 Objetivo general

Determinar la relación entre regulación emocional y el manejo de conflicto conyugales en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

1.4.2 Objetivos específicos

1. Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor reflexión – comunicación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

2. Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de afecto en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
3. Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de tiempo en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
4. Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de evitación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
5. Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de automodificación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
6. Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de acomodación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Marco Filosófico

La expresión de las emociones es una constante a lo largo de la historia bíblica, en varias oportunidades los personajes manifestaron miedo, angustia, paz, etc., este fue el caso de uno de los hermanos de José cuando encontró dentro de los sacos de trigo el dinero con el cual habían cancelado a los egipcios, el relato bíblico menciona que su corazón se llenó temor y temblaba, pensando en que Dios les había enviado una calamidad. (Génesis 42:28), Cuando de Elí se enteró que el arca había sido tomada por los filisteos el temor se apoderó de él y el pueblo gritaba de angustia (1 Samuel 4:13). Jesús por su parte era consciente de las emociones que experimentaban las personas que lo escuchaban, por eso les pedía que no tuvieran miedo que creyeran en lo que Dios podría hacer por ellos, que tuvieran confianza en él (Juan 14:1). Sin embargo la Biblia no se queda en ese plano, también se leen otros textos guía que hablan del manejo adecuado a las emociones, Salomón menciona que la persona paciente es sensato, por el contrario la falta de sabiduría lleva a la agresión (Proverbios 14:29-30), también motiva a utilizar palabras amables para generar alegría (Proverbios 12:25), y a cultivar la felicidad para generar bienestar integral (Proverbios 15:13). Pablo por su lado instruye a los nuevos cristianos a mantener la armonía entre ellos realizando manifestaciones de amor que experimente individualmente para estrechar su vínculo. (Colosenses 3:14) y el apóstol Pedro invita a los cristianos a entregar a Jesús todo lo que produce ansiedad porque hace parte del cuidado que le prometió (1 Pedro 5:7).

Por su parte White (1991) menciona que los cristianos pueden ser capacitados mediante la Escritura para triunfar en la aflicción, dominar las emociones y pasiones mediante el uso de la razón, la conciencia y la disciplina. También anima a desarrollar emociones positivas en la medida en que se establece una relación con Cristo y se va realizando una reflexión profunda de las emociones dominantes de las personas. Para White no se puede confiar en las emociones ya que estas son fluctuantes y sujetas a circunstancias externas, no son una salvaguarda segura, pero enfatiza que si hay un sometimiento a la voluntad de Cristo estas obraran a favor del individuo.

Ahora bien, en el tema relacionado con el manejo de conflictos la Biblia también tiene una buena gama de textos que se convierten en un manual de adecuadas relaciones humanas. En algunos textos el sabio Salomón direcciona al lector para que ejerza un adecuado manejo de sus conflictos, invita al individuo a utilizar palabras no hirientes, por el contrario utilizar palabras que produzcan tranquilidad, con el fin de evitar que el conflicto se intensifique negativamente (Proverbios 12:18; 15:1). Jesucristo en el sermón del monte dirigió la atención de los oyentes a la necesidad de establecer relaciones interpersonales saludables, apeló al corazón de los judíos de su tiempo para romper con la tradicional costumbre “Ojo por ojo, diente por diente”, sus palabras fueron las siguientes:

Ustedes han oído que se dijo: “Ojo por ojo y diente por diente”. Pero yo les digo: No resistan al que les haga mal. Si alguien te da una bofetada en la mejilla derecha, vuélvele también la otra. Si alguien te pone pleito para quitarte la camisa, déjale también la capa. Si alguien te obliga a llevarle la carga un kilómetro, llévasela dos. Al que te pida, dale; y al que quiera tomar de tí prestado, no le vuelvas la espalda. (Mateo 5:38-42)

También más adelante instruye a sus oyentes en otorgar perdón a aquellos que les han dañado, expresando el sentir y aceptando el arrepentimiento del otro, lo que lleva a fortalecer el vínculo (Lucas 17:3; Mateo 18:15). Los apóstoles también hicieron un llamado a la iglesia cristiana para que unieran esfuerzos en el cumplimiento de la misión y para ello debían permanecer unidos,

sobrellevándose los unos a los otros, interesándose en las necesidades del otro (Filipenses 2:4), implementando la comunicación asertiva donde las palabras sean expresadas luego de la escucha activa sin sobreponer el enojo. (Santiago 1:19). Al hablar del sermón del monte White (1956) menciona que la ley mosaica “ojo por ojo, diente por diente”, se refería a asuntos explícitamente civiles, en ninguna manera estaba enviando o impulsando a los judíos a llevar acciones de venganza. Por el contrario Cristo enseñó que era necesario amar al prójimo como a sí mismo, brindar pan al que tiene hambre, abrigar al que sienta frío, cubrir las necesidades incluso de los enemigos, motivando a sus oyentes a construir relaciones funcionales, y por supuesto estas indicaciones no excluían las relaciones conyugales:

“Por esto dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y los dos serán una sola carne; así que no son ya más dos, sino uno. Por tanto, lo que Dios juntó, no lo separe el hombre” (Marcos 10:7-9).

Jesucristo veía la pareja como uno solo, sin el ánimo de perder la individualidad de sus miembros, sino como el mismo lo dice, como una ayuda idónea. White (1979) al respecto menciona que la ayuda idónea se basa en el compañerismo, amor y simpatía, Dios le creó compañera a Adán con el fin de que estuviera a su lado como una igual, para que le protegiera y se le amase, un trato que sería retribuido. Según la autora la asociación del matrimonio debía concebirse mediante la tolerancia y el amor mutuo, además el vínculo del matrimonio debe ser estrecho, tierno, santo y elevado. Por consiguiente, se consideran estas ideas básicas como uno de los puntos principales de partida de esta investigación, porque sirve para contextualizar a la población en estudio quienes hacen parte del pensamiento adventista.

2.2 Antecedentes de la investigación

En este apartado se expondrán algunas investigaciones de carácter internacionales y nacionales en relación con las dos variables de estudio, cabe mencionar que hasta el momento no se ha encontrado una investigación donde se hayan relacionado las dos variables de estudio en el mismo momento a una población femenina o de pareja. Por este motivo se va a mencionar inicialmente los estudios con relación al manejo de conflictos y posteriormente se va a mencionar investigaciones donde se consideró la regulación emocional como una de las dimensiones de inteligencia emocional propuestas por Extremera, Fernández- Berrocal y Ramos (2005), que a su vez fue el instrumento utilizado en el presente estudio.

2.2.1 Investigaciones Internacionales

Teniendo en consideración el manejo de conflictos conyugales Antonio (2015) en Morelos México, realizó una investigación donde se analizó las estrategias de manejo de conflicto, satisfacción sexual y tiempo de casados como predictores de la satisfacción marital en mujeres morelenses. La investigación fue de corte cuantitativo, descriptivo, trasversal y explicativo. Participaron 146 mujeres casadas, pertenecientes a la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Se concluyó que las dimensiones negociación y comunicación, la satisfacción sexual y el tiempo de casados predicen la satisfacción marital. Por su parte las estrategias de manejo de conflictos auto modificación, afecto, racional-reflexivo y tiempo o separación tiene correlación positiva con la satisfacción marital, lo que demostraría que si se implementan estas estrategias la satisfacción marital aumentaría. Por el contrario sucede con la estrategia evitación, pues mantiene una relación negativa con la satisfacción marital, es decir que las mujeres que utilizan esta estrategias obtienen menos satisfacción en el matrimonio.

Uno de los estudios expuestos en el 3° congreso internacional de psicología, en Toluca México, fue el realizado por Cruz (2013) en Ixtapaluca México quien presento una investigación sobre el “Fomento de la inteligencia emocional y las habilidades de negociación como factores protectores ante la violencia marital”. Esta investigación fue de corte mixto e inicialmente se obtuvo un diagnóstico evidenciando que los predictores de la violencia en la pareja era el desprecio, el estar a la defensiva y el utilizar la evasión como estrategia de manejo del conflicto, también se determinó que el, alcoholismo, justificar la violencia y la ausencia de inteligencia emocional eran factores de riesgo para vivenciar la violencia marital. Luego del diagnóstico se abordó la problemática mediante acciones profesionales en talleres a los que se les realizaron seguimiento y evaluación para identificar el impacto en los participantes y se concluyó que la intervención apporto significativamente en la adquisición de habilidades protectoras para inhibir la violencia de pareja, y a su vez, aunque no como se esperaba, se fomentó en algunos casos habilidades para que las parejas aprendieran a negociar y a utilizar la inteligencia emocional en el manejo de sus conflictos.

Ramos (2014) en la ciudad de Monterrey, Nuevo León México. aborda la violencia sufrida y ejercida desde una perspectiva ecológica, reconociendo la relación de dichas variables con la alexitimia, los estilos y estrategias de manejo de conflicto, el ajuste diádico, depresión y expresión de la ira; en una muestra incidental de 240, 120 hombres y 120 mujeres. Los resultados relacionados con la violencia de pareja y el manejo de conflicto mostraron una relación más significativa con la violencia ejercida que con violencia sufrida, con la excepción de los factores de evitación y acomodación. La estrategia de evitación y el estilo pasivo tuvieron las correlaciones más altas, siendo a su vez positivas, cuanto mayor es la evitación y el estilo negativo de manejo de conflicto, mayor es la violencia de pareja. A su vez el estudio arrojó al analizar el modelo bifactorial y su correlación con el manejo de conflicto que la frecuencia de la violencia

Psico/eco/social sufrida y la estrategia de evitación obtuvieron las correlaciones más altas, junto con la expresión de afecto, que fue inversa y baja, mostrando que se sufre más de violencia cuanto mayor es el estilo de evitación y menor la expresión de afecto. De igual modo se siguió el mismo patrón en la frecuencia de violencia físico/sexual, cuanto más se hace uso de la estrategia de evitación del conflicto y menor es la expresión de afecto, más es la frecuencia de violencia físico/sexual sufrida.

Otro estudio en el que se analiza el manejo de conflictos es el realizado por Méndez y García (2014) en una zona urbana de la delegación Coyoacán del Distrito Federal en la Ciudad de México, quienes buscaban determinar si las estrategias de manejo de conflicto influyen en la violencia situacional en la pareja. La investigación de corte cuantitativo dispuso de una muestra de 342 participantes (150 hombres y 192 mujeres), a quienes se les aplicó la escala de manejo de conflictos y la escala de violencia en la pareja. Se concluyó que las mujeres utilizan menos afecto, tiempo y acomodación que los hombres ante un conflicto de pareja, no obstante se distingue más violencia, intimidación, devaluación y humillación hacia ellas. Además los datos mostraron que la violencia en pareja se logra predecir cuándo se implementan estrategias de manejo de conflicto como afecto, tiempo, acomodación, comunicación y evitación.

Gartzia, Aritzeta, Balluerka & Barberá (2012) en España, realizaron un estudio con el fin de identificar la relación de la identidad de género con la inteligencia emocional auto percibida y la inteligencia emocional por habilidad. Los instrumentos de inteligencia emocional utilizados fueron el TMMS -24 para auto percepción y el MSCEIT como medida de habilidad, para la evaluación de identidad de género se aplicó el *Bem Sex Role Inventory*. Se encontró que la reparación emocional tuvo una correlación significativa con género, se halló que los participantes con mayor

edad regulaban mucho menos las emociones ajenas y que la expresión puede predecir la regulación de las emociones.

Por otra parte Perles, Martín y Canto (2011) en Málaga España desarrollaron un estudio donde examinaron la relación entre la inteligencia emocional, los celos y la tendencia al abuso sobre las estrategias violentas de resolución de conflictos en la pareja; en una muestra de 294 personas. Los resultados obtenidos mostraron que las variables se relacionan significativamente y además son predictores del manejo de conflictos en pareja. Por su parte los celos y la tendencia al abuso mantienen una relación positiva, pero negativa con la inteligencia emocional. Dichos resultados ofrecen direccionamiento para ejercer acciones preventivas ante las estrategias violentas de resolución de conflictos de pareja.

Moral, López, Díaz y Cienfuegos (2011) en México, realizaron una investigación en diferencias de género en afrontamiento y violencia de pareja. Se realizó un estudio ex post facto transversal, a una muestra no probabilística de 223 mujeres y 177 hombres mexicanos con parejas heterosexuales, los investigadores aplicaron la escala de manejo de conflictos y el cuestionario de violencia en la pareja. Observaron una prevalencia del patrón de agresor activo, en el que la persona es incapaz de modificar su postura, sino que adopta estrategias de evitación ante el conflicto y aparenta acomodarse, pero finalmente ejerce violencia contra la pareja, la cual reacciona con violencia cuanta más pasividad al agresor mostró durante el conflicto. Los investigadores destacan, entre las correlaciones y los modelos de regresión, la automodificación para el ejercicio de la violencia en ambos géneros y la evitación y la pasividad para ser víctima de violencia. Entre el estilo pasivo y la evitación existe un problema de colinealidad que provoca que la variable segunda expulse a la primera del modelo.

Por su parte Moral de la Rubia y López (2011) en Monterrey, Nuevo León México, estudiaron la distribución de la estructura dimensional y consistencia interna de la Escala de Estrategias de Manejo de Conflictos de 34 ítems (EEMC, Arnaldo, 2011) y a su vez reconocer la relación que esta tiene con la violencia recibida y ejercida en pareja, en una muestra no probabilística de 400 participantes, entre hombres y mujeres. Se obtuvo una correlación consistente y un ajuste adecuado a los datos en los cinco factores correlacionados, además se encontró un estilo constructivo o activo que busca la conservación de la relación de pareja y un estilo pasivo donde se utiliza como estrategias de manejo de conflictos la evitación, pero que predice la violencia, en especial en los hombres. Se recomienda realizar abordaje terapéutico para que las parejas aprendan un estilo de afrontamiento activo de sus conflictos.

Garrido, Extremera y Rey (2011) en Málaga España, realizaron una investigación con el fin de identificar la relación entre inteligencia emocional percibida y la forma como los estudiantes le dan solución a sus problemas sociales, participaron 217 estudiantes adolescentes entre hombres y mujeres. Para identificar la inteligencia emocional percibida se aplicó *Trait Meta-Mood Scale-24* de Fernández – Berrocal, Extremera y Ramos y para conocer las estrategias de solución de problemas sociales se usó el inventario de solución de problemas sociales por Zurilla, Nezu y Maydeu. La regulación emocional presentó relación negativa con orientación negativa a los problemas, pero mostró correlación positiva con la resolución racional de los problemas, también se concluyó que la regulación (reparación) emocional presentó mayor predicción ante las otras variables excepto con la dimensión evitación de las estrategias de solución de conflictos sociales, demostrando que ha mayor manejo de las emociones mejor manejo de problemas sociales.

También se encontró que Blázquez, Moreno, y Baamonde (2009) de la Universidad Extremadura en España, quienes estudian el empleo de la inteligencia emocional como alternativa

para la prevención del maltrato psicológico en la pareja. Su investigación parte de otros estudios donde se afirma que con frecuencia las expresiones de maltrato psicológico en la pareja anteceden al maltrato físico y que su impacto es igual o superior. Este tipo de situaciones pueden ser intervenidas por acciones primarias donde se rompan con estereotipos marcados por el género y que a través de la inteligencia emocional se creen relaciones donde se implemente la empatía, la comunicación asertiva, la negociación y cooperación, y que a su vez les permita manejar sus conflictos adecuadamente. Este estudio se llevó a cabo con el modelo multifactorial de Bar-On que señalo la importancia de realizar acciones de intervención primaria para la prevención de violencia psicológica tanto en hombres como en mujeres.

Alegría (2007) en Veracruz México, desarrolla un estudio cuantitativo donde se analizó la correlación entre estilos de comunicación y las estrategias de manejo de conflictos durante el noviazgo, con una muestra de 80 estudiantes de la facultad de Psicología de la Universidad Veracruzana zona Xalapa, 54 mujeres y 26 hombres. Se encontró una relación significativa entre las estrategias para el manejo de los conflictos y los estilos de comunicación; en factores como la negociación/ comunicación, afecto, automodificación, racional/reflexiva y separación, los jóvenes utilizaron estilos de comunicación positivos; por otro lado cuando se usó la evitación recurren a estilos de comunicación negativos. La estrategia de manejo de conflicto más utilizada fue negociación/comunicación.

2.2.2 Investigaciones Nacionales

Suarez, Restrepo y Caballero (2016) en Barranquilla, realizaron una investigación que busco identificar la relación entre ideación suicida y la inteligencia emocional en universitarios colombianos, para identificar la relación entre las dos variables se aplicó el Trait Meta Mood Scale – 24 y el test de Beck de ideación suicida en 186 universitarios que oscilaban entre los 18 y 37

años de edad. Se demostró que los participantes suelen sostener ideas suicidas cuando no tiene una administración adecuada de sus emociones, es decir tienen dificultad a la hora de atender, comprender y reparar sus estados emocionales. De manera más precisa los investigadores refieren que las dimensiones claridad y reparación emocional mantienen una relación negativa con ideación suicida, lo que significa que la persona que no tiene claridad emocional, ni regulación emocional continuamente elabora ideas suicidas.

Por su parte Cerón, Pérez e Ibáñez (2011) en Bogotá realizaron una investigación donde se midió la inteligencia emocional en alumnos de 6° a 11° en dos colegios de la capital colombiana, uno femenino y otro masculino, en total participaron 451 estudiantes, 224 mujeres y 227 hombres entre los 12 y 17 años de edad, el instrumento utilizado para reconocer el nivel de inteligencia emocional percibida el Trait Meta-Mood Scale-48, en su versión corta TMMS 24 por Extremera, Fernández y Ramos. En este estudio no se encontró relación entre ninguna de las dimensiones de inteligencia emocional (Percepción, comprensión y regulación) con el factor edad, a su vez no se encontraron diferencias significativas entre regulación emocional y género, pero si se encontró una relación significativa entre esta dimensión de la inteligencia emocional y el grado escolar en las mujeres, siendo 6°, 7° y 11° las estudiantes con índices de regulación emocional más altos.

Castaño et al, (2011) en Caldas, realizó un estudio con el fin de reconocer el nivel de empatía e inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la facultada de medicina de la universidad de Manizales, el instrumento empleado para inteligencia emocional fue el TMMS 24, para medir la empatía el test de Jefferson y el APGAR para reconocer a para reconocer aplicados a 233 alumnos. A nivel de inteligencia emocional el 51% de los participantes debían mejorar la percepción de las emociones, sin embargo el 53,2% tenía apropiada comprensión emocional y el 63% mantenía adecuada regulación emocional. También se hayo

relación significativa entre regulación emocional con género y ansiedad. En esta investigación los hombres obtuvieron un 73,5% en la regulación emocional y las mujeres 56,3%, reportando una diferencia significativa.

Contreras, Barbosa y Espinosa (2010) en Bogotá realizaron un estudio para conocer la relación entre afectividad, personalidad e inteligencia emocional con liderazgo, en una muestra de 422 estudiantes de diferentes semestres de la facultad de ciencias empresariales de una universidad privada, la edad de los participantes oscilaba entre los 16 y los 26 años entre hombres y mujeres y estrato social medio alto. Para medir la inteligencia emocional se utilizó el TMMS 24 que arroja que en la medida en la que el estudiante avanza en cada sus habilidades emocionales van mejorando, presentando componentes de protección ante la ansiedad y la depresión, además se encontró que en las tres dimensiones evaluadas existe una ubicación media: atención 26.86, claridad 26.72, reparación 29.22. El último dato referencia que la reparación emocional (regulación) obtuvo el puntaje más alto demostrado que estas personas manejan mejor sus emociones negativas y gestionan las positivas, y aunque esto indica una autorregulación de las emociones también se direcciona al entendimiento y regulación de emociones ajenas y esto a su vez es importante para la formación de líderes. Algo importante dentro de los resultados de la investigación es que se encontró una diferencia significativa entre hombres y mujeres en la dimensión atención de las emociones, sin embargo en las dimensiones claridad y regulación emocional no difieren.

Vásquez (2008) en Barranquilla realiza cuatro investigaciones descriptivas en las que se estudió el nivel de inteligencia emocional mediante el TMMS 24, el cuestionario de Vásquez para docentes y el inventario de Vásquez para personal administrativo, a 398 personas entre estudiantes, docentes y administrativos de una universidad privada de la ciudad de Barranquilla. Con los resultados se

identificaron niveles de inteligencia emocional adecuados en la mayoría de los grupos poblacionales, sin embargo en el grupo de los docentes los resultados más bajos son los relacionados con la empatía y la regulación de emociones propias, resultado que comparte con los administrativos, lo que cuestiona la posición de dicho personal por ser generadores de interacción social en la institución. En aspectos específicos de la regulación emocional (reparación) el 23.7% de los alumnos obtuvieron un nivel alto, lo que permite ver un manejo adecuado de las emociones que los asalta como en momentos de frustración, conflicto, algunos contra tiempos, etc.

2.3 Bases teóricas

2.3.1 Regulación emocional dentro del concepto de inteligencia emocional

2.3.1.1 Evolución del concepto de inteligencia emocional

Gardner (1983) hizo un acercamiento a esta teoría, en la universidad de Harvard, con su teoría de inteligencias múltiples, planteando siete tipos de inteligencia, entre las que se destaca inteligencia interpersonal e interpersonal, que tienen relación directa con lo que más adelante se desarrolló como inteligencia emocional, modelo centrado en la comprensión global de la persona para un mejor desarrollo de su vida. La inteligencia interpersonal la definió como la capacidad de clasificar los sentimientos y estados de ánimo desde lo más básico hasta lo más complejo; inteligencia interpersonal es el reconocimiento de las emociones y sentimientos de aquellos con quienes se interactúa. Suarez y Mendoza (2008) hablando de Gardner discriminaron las capacidades de inteligencia interpersonal que promueven la inteligencia emocional de la siguiente manera:

- Capacidad de adaptación, relación y participación en los grupos sociales y el establecimiento de normas.
- Respeto a los demás y al entorno.

- Interiorización de pautas de convivencia.
- Expresión de afectos, sentimientos y emociones.
- Asimilación de comportamientos sociales positivos.
- Respeto por la diferencia en aspectos étnicos, formas físicas, clases sociales y ocupaciones
- Aceptar la diferencia en roles sexuales.
- Resolución progresiva y pacífica de los conflictos, implementando la comunicación asertiva y acciones pacíficas.
- Desarrollar e interiorizar valores humanitarios.

También Gardner expuso los siguientes aspectos a la hora de desarrollar la inteligencia intrapersonal:

- Desarrollo de la propia identidad.
- Implementar mecanismos de adaptación a situaciones novedosas.
- Incrementar la autoestima, aceptación, confianza y seguridad en sí mismo.
- Desarrollar vivencias y comunicaciones afectivas.
- Vivenciar sentimientos de satisfacción, plenitud, gozo, felicidad, placer ante los propios logros.
- Manejar afectos, emociones y sentimientos de forma adecuada.
- Autonomía e iniciativa, control de la propia conducta y autocontrol personal.
- Aumentar la capacidad de resistencia a la frustración. Evitar o canalizar sentimientos de ansiedad.
- Discriminación de comportamientos adecuados.

- Autocrítica, reconocimiento de errores valoración de la propia actuación.
- Defensa de los derechos y las opiniones.
- Desarrollo de la responsabilidad y el compromiso personal.

Mestre, Comunian & Comunian (2006) y Mestre et al (2007) refieren que la publicación de Meyer, Salovey y DiPaolo fue la primera teoría formal sobre inteligencia emocional quienes fueron evolucionando el concepto y lo definieron como:

La habilidad para percibir, valorar y emocional; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten las actividades cognitivas y la expresar la emoción adecuada y adaptativamente; la habilidad para comprender la emoción y el conocimiento acción adaptativa, y la habilidad para regular las emociones en uno mismo y en otros. (p. 51)

Es allí donde se da inicio a una primera etapa del concepto de inteligencia emocional, que comprende 1990-1995, enfocándose en el porqué del concepto de inteligencia emocional y en la comprensión de las emociones. De 1996 a 2000 fue el boom de la teoría sobre inteligencia emocional, gracias al *Best Seller* escrito por Daniel Goleman, quien definió la inteligencia emocional como

Las habilidades que incluye el autodomínio, el celo y la persistencia y la capacidad de motivarse a uno mismo...capacidad de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y por último la capacidad de empatizar y confiar en los demás. (Goleman, 1995, pp.13, 46)

Esto popularizó el tema pero también llevó a que el concepto se tergiversara confundiéndolo con pautas de asertividad, habilidades sociales o competencias que no fueron planteadas inicialmente por Meyer, Salovey y Caruso. Según Mestre, Comunian & Comunian (2006) en 1998 comienzan a desarrollarse algunos trabajos por Davies, Stankov y Roberts, quienes intentan

explicar que la inteligencia emocional se muestra como un constructo elusivo, mientras que a finales de los años noventa Zeidner, Matthews y Roberts publican varios artículos de manera crítica sobre esta teoría. Del año 2001 al 2005 aparecen nuevos manuales entre los que se destacan el Bar-On y Parker, Ciarrochi, Forgas y Mayer, Matthews, Zeidner y Roberts; estos aportaron a una mayor profundización del término y a la vez se construyó un instrumento de medida, El MSCEIT. Con estos aportes la ciencia comienza a indagar en áreas como la salud, la educación y laboral y como se relaciona con la inteligencia emocional.

2.3.1.2 Modelos de Inteligencia emocional

Ardila (2013) menciona tres modelos teóricos de inteligencia emocional: modelo de habilidad, modelo de rasgo y modelos mixtos.

2.3.1.2.1 Modelos de IE habilidad

Según Trujillo y Rivas (2005) el modelo de IE basado en habilidades se centra en el desarrollo de capacidades con el procesamiento de las emociones. En esta área encontramos a teóricos como:

- Meyer y Salovey: Califica las destrezas que hacen consiente al individuo de las emociones y de la regulación de las mismas.
- Extremera y Fernández-Berrocal: El instrumento de estos teóricos evalúa tres dimensiones: percepción comprensión y regulación de las emociones y fue basado en el *Trait Meta Mood* de Meyer y Salovey.

Más adelante se amplía el modelo expuesto por estos investigadores.

2.3.1.2.2 Modelos de IE rasgo

Para Ardila (2013) la IE basada en rasgo apunta reconocer los rasgos de personalidad y la autopercepción de los procesos mentales, a su vez se puede definir como la capacidad para

reconocer, procesar y utilizar la información cargada de emociones y se califica mediante autoinforme. Algunos teóricos son:

- Petrides y Furnham: El instrumento diseñado por estos investigadores asocia las capacidades emocionales con las dimensiones de personalidad, lo que hace que esta propuesta sea criticada al asociarse más con escalas que evalúan la personalidad.

2.3.1.2.3 Modelos de IE mixtos

Trujillo y Rivas (2005) refieren que este modelo de IE combina dimensiones de personalidad, capacidades de automotivación y la regulación de las emociones. Por su parte Ardila (2013) indica que este modelo incluye competencias socioemocionales, aspectos motivacionales y competencias emocionales cognitivas. Su forma de medición al igual que el modelo de rasgo lo realiza mediante autoinforme. Los autores más representativos en este enfoque son Goleman, Bar-On y Boyatzis.

2.3.1.3 Modelo teórico de inteligencia emocional por Mayer, Salovey & Caruso

El presente estudio se realizará tomando como base teórica el modelo de cuatro ramas de la inteligencia emocional diseñado por Mayer, Salovey & Caruso. Los autores definieron la inteligencia emocional como la habilidad para supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas y usar esta información para guiar el procesamiento y las acciones de uno mismo. Pero no fue sino hasta 1997 que expusieron el modelo de las cuatro ramas de la inteligencia emocional que tiene en cuenta la habilidad para percibir las emociones, utilizar las emociones para facilitar el pensamiento, comprender y regular las emociones. (Brackett y Salovey, 2007)

La percepción, la comprensión y el manejo de las emociones implican razonamiento, mientras que utilizar las emociones para facilitar el pensamiento mejora el razonamiento, como lo señalan Mestre & Fernández (2007), en la siguiente tabla:

Tabla 1

Modelo de las cuatro ramas de inteligencia emocional

<i>Denominación de la dimensión</i>	<i>Las habilidades que incluye</i>
Rama N° 1 Percepción de la emoción	Habilidad identificar emociones de sí mismo y de quienes interactúa, incluyendo objetos referentes al arte la música o la historia. En cuanto a él mismo el individuo logra tener una mayor conciencia emocional y en su relación con otras personas desarrolla una mayor sensibilidad afectiva ya sea al dar o al recibir afecto.
Rama N° 2 Utilización de la emoción para facilitar el pensamiento	Habilidad para desarrollar y comunicar emociones, además de utilizar estas en procesos cognitivos, que le permite guiar su accionar, por ejemplo se beneficia de las emociones para tener un mejor razonamiento, toma de decisiones, resolución de problemas, comunicación, entre otras.
Rama N° 3 Comprensión de las emociones	Habilidad para entender la información relacionada con las emociones y como se presentan en la interacción con otros, además de comprender el significado de cada emoción inclusive cuando se presenta simultáneamente o de manera contradictoria. Esta habilidad permite a las personas colocarse en el lugar de otra que está pasando por un mal momento, así como identificar que la persona con quien esta interactuando está pasando por un mal momento.
Rama N° 4 Regulación de las emociones	Habilidad para aceptar y ajustar las emociones a la propia vida, como resultado de su comprensión, que promueva el crecimiento interpersonal e intrapersonal. Los individuos con dicha capacidad pueden observar, diferenciar y rotular sus emociones, entienden que pueden trabajar en ellos y mejorarlos o modificarlos, generan estrategias para que los sentimientos aporten a su bienestar.

Fuente: Caruso, Salovey y Mayer, por Brackett y Salovey (2007)

2.3.1.4 Modelo de Extremera y Fernández-Berrocal

Siguiendo la línea de Meyer y Salovey, Extremera y Fernández-Berrocal realiza una versión reducida del TMMS-48, en este caso consta de 24 ítems y es designada como TMMS-24, evaluando tres dimensiones: atención a los sentimientos, claridad emocional, reparación de las emociones. Estos autores definen la primera dimensión como la capacidad que tiene los individuos para dar atención a sus estados emocionales; en cuanto a la segunda dimensión se refiere a como las personas creen percibir sus emociones; en la tercera y última dimensión señala como los individuos tiene la capacidad para interrumpir y regular los estados emocionales negativos y prolongar los positivos.

2.3.1.5 Inteligencia emocional y género

Mestre, Guil y Araujo (s.f.) realizan un análisis teórico de la inteligencia emocional desde la perspectiva de Meyer, Caruso y Solovey y su modelo de cuatro ramas y la relación con la variable género. Estos autores abordaron los siguientes teóricos, que a su vez expusieron lo expresado en la siguiente tabla:

Tabla 2

Inteligencia emocional y género

Rama de Inteligencia Emocional	Autor y fecha	Diferencias de género
	Babchuk, Hames, y Thompson, 1985; Kirouac y Doré, 1985; Rotter y Rotter, 1988.	A partir de los 3 años las niñas tienen mayor habilidad para percibir las emociones.
Percepción, valoración y expresión de las emociones	Según Blanck, Rosenthal, Snodgrass, DePaulo y Zuckerman (1981) Mufson y Nowicki (1991)	En la adolescencia ambos géneros tienen dificultad a la hora de expresar los sentimientos. Los hombres reconocen las emociones con menor exactitud que las mujeres.

	Hall (1984)	Las mujeres observan más frecuentemente a los otros, lo que les permite analizar más las expresiones no verbales, para que pueda decodificar la información.
Facilitación emocional de las actividades cognitivas	Mestre, Guil y Araujo (<i>SF</i>)	La mayoría de los estudios no marca una diferencia en cuanto a la utilización de la emoción para facilitar el pensamiento, ya sea en hombres o mujeres. Algunos autores sugieren un uso diferente en los procesos emocionales.
	Gladue y Bailey, (1995)	Argumentan que los varones adolescentes son más agresivos y menos empáticos que las mujeres, sin embargo no se puede afirmar lo mismo en hombres adultos, lo que dificulta el pensamiento.
	Adams, Kuebli, Boyle y Fivush (1995) y Fivush (1993)	Los estudios de estos investigadores mostraron que madres hablan más de emociones con sus hijas que con sus hijos, esto puede presentarse por una diferencia en la conciencia emocional entre hombres y mujeres.
Compresión de las emociones	Barrett, Lane, Sechrest y Schwartz (2000)	Realizaron una investigación para reconocer la conciencia emocional entre varones y mujeres, dando como resultado una mayor puntuación en las mujeres a la hora de ser conscientes de las emociones. Por su lado los hombres mostraron una menor conciencia emocional y una menor capacidad para comprender emociones y usar el conocimiento emocional.
Regulación de las emociones	Saarni (1984).	Las niñas tienden más a enmascarar las emociones.
	Saarni (2000),	No se han explorado lo suficientemente los factores para reconocer si los varones regulan bien o mal las emociones.

Fuente: Mestre, Guil y Araujo (s.f.).

2.3.2 Regulación emocional

Para Bisquerra (2017) la regulación emocional es un componente emocional que capacita al individuo en el manejo adecuado de sus emociones, interactuando la forma de comportarse, los sentimientos, la cognición, la autorregulación, entre otras dimensiones. Para este autor la regulación se lleva a cabo mediante la expresión adecuada de los sentimientos, regulación de los sentimientos, las habilidades de afrontamiento y las competencias para autogenerar emociones positivas. Ben-Ze'ev (citado por Martínez, Retana y Sánchez, 2009) refiere que la regulación emocional es la influencia que cada persona tienen en sí mismo para generar emociones, precisar cuándo tenerlas y cuándo expresarlas. Por su parte Silva (2005) define la regulación emocional como las estrategias para suprimir, mantener o aumentar un estado emocional. Para Gumora y Arsenio (2002) la regulación emocional es importante para lograr distinguir las situaciones emocionales relevantes o como lo menciona López (2016) la no regulación emocional hace que surjan efectos negativos que incapaciten a la persona en su quehacer cotidiano es decir en su rol laboral, familiar, etc.

Gross (2002) sustenta que las emociones son atendidas desde el aspecto fisiológico, la experiencia y la conducta lo que lleva la persona a responder ante los retos y desafíos individuales. Para él la regulación emocional centra su objetivo en la capacidad que el individuo tiene en el momento de modificar la respuesta emocional, mediante la reevaluación o la supresión de las emociones, habiendo un efecto directo en la conducta, en la respuesta fisiológica y en la experiencia por el aprendizaje. Para este autor no siempre las emociones deben ser suprimidas o reevaluadas, existen eventos dentro de la cotidianidad que generan emociones que pueden ser expuestas con naturalidad, por ejemplo el ver un juego de Fútbol donde participa el equipo favorito y mientras el evento se presentan momentos de euforia, alegría o desanimo, propios del momento

que no trascienden en el tiempo. Sin embargo cuando las emociones deben ser reguladas se debe entender que la supresión de las emociones requiere de una acción correctiva mediante autocontrol en el mismo momento en el que se experimenta las emociones, además de un monitoreo que le permita ejercer cambios. Por su parte cuando se ejerce la reevaluación es un ejercicio que al cabo del tiempo se vuelve innato y no requiere de un esfuerzo constante de autoregulación.

En ambos sentidos se requiere de la atención de las emociones, dado que la evitación emocional según Manrique y Aguado (2006) inhabilita para manejar las emociones negativas y puede generar prácticas maladaptativas, además los individuos dejan de utilizar la comunicación, la motivación y la información del proceso adaptativo emocional, al igual que al dejar de atender las emociones negativas las personas optan por ejercer acciones evidentes o secretas nocivas, por ejemplo el consumo de sustancias psicoactivas, descontrol alimenticio o el dejar de realizar una actividad cotidiana o gratificante.

2.3.2.1 Regulación emocional por Meyer y Salovey

Una de las ramas de inteligencia emocional propuesta por Salovey Meyer (2007) es regulación reflexiva de las emociones para promover el crecimiento intelectual y emocional, para ellos las emociones deben ser bien recibidas independiente de que sean agradables o desagradables, solo si se aceptan puede llegar a identificarlas y a manejarlas. En el proceso de desarrollo el individuo va aprendiendo que sus emociones pueden ser controladas, ya que los padres van enseñado de forma rudimentaria que se puede cambiar de la ira a una sonrisa o que debe respirar profundo cuando se siente ofuscado, en una edad más avanzada el individuo no solo logra identificar sus emociones sino que puede reflexionar sobre ellas e impulsar una conducta determinada. Moza, Mestre y Núñez (2007) refiriéndose a la propuesta de Salovey, Mayer y Caruso tiene un inicio cuando la

persona percibe sus emociones y las comprende para luego darles un manejo de adaptación al contexto.

2.3.2.2 Proceso de regulación de las emociones

Para Moza, Mestre y Nuñez (2007) las emociones son un sistema de sentimientos complejos de manejar, el adecuado manejo consiste en la flexibilidad que se brinda al experimentar determinada carga emocional, por ejemplo se debe permitir fluir y prestar atención a las emociones pero no todo el tiempo porque el exceso sería inadecuado. Los autores ejemplifican la regulación emocional con la metáfora del grifo de agua, donde las emociones son el agua y la regulación la damos al abrir o cerrar la llave. Cuando no se abre el grifo se pierde el beneficio del agua, pero cuando se abre demasiado el grifo se tiende a perder el control del agua mojándose o mojando lugares que no se requería. Para el individuo es necesario experimentar las emociones retenerlas mucho tiempo puede en algún momento generar una explosión indeseada, por lo tanto es preciso abrir la llave o grifo, pero si se abre demasiado se puede perder el control de las emociones, es decir regular las emociones es identificar el momento preciso para dejarlas fluir, la proporción adecuada de dicho proceso e incluso si abrir o no abrir el caudal emocional. Aprender a manejar las emociones no es algo que se aprenda fácilmente por el contrario es algo que requiere de práctica, constancia, tiempo y esfuerzo pero sobre todo querer hacerlo.

2.3.2.3 Aspectos Psicoevolutivos y Psicosociales de la regulación de las emociones

Mestre, Núñez y Guil (2007) indican que la regulación emocional comienza desde los primeros años de vida, donde participan aspectos intrínsecos como factores neurofisiológicos y extrínsecos como la socialización con sus cuidadores, con sus iguales y en los diferentes contextos sociales. Inicialmente el proceso de regulación de las emociones se da por aspectos biológicos el individuo aprende a exhibir o inhibir las emociones de forma innata, luego en una etapa más avanzada las personas desarrollan autoreflexión que los lleva a la autoregulación. Los autores indican que la evolución se puede observar analizando que un bebe simplemente llora para alcanzar un objetivo, un niño que camine puede buscar a su cuidador y dar a entender lo que solicita, pero un adolescente habla de sus sentimientos y como los experimenta, más aun un adulto puede generar formas con mayor complejidad a la hora de manejar sus emociones, estas independientemente pueden ser adaptativas o no.

En los aspectos psicosociales la familia juega un papel importante a la hora de desarrollar habilidades de regulación emocional. Mestre, Núñez y Guil (2007) señalan que las estrategias de regulación aprendidas en el entorno familiar son las que se implementan primero y sirven como eje que direcciona las acciones en esta área, en especial el comportamiento de los padres es copiado consciente o inconscientemente por el niño quien aprende a regular sus emociones de acuerdo a lo observado o escuchado en conversaciones. Así que para promover un manejo adecuado de las emociones es necesario que los padres adopten primero una regulación adecuada de las mismas, que sirva de ejemplo para sus hijos.

2.3.2.4 Entrenamiento para la regulación emocional

Lopes, Cote y Salovey (2007) proponen una serie de estrategias para aprender a regular las emociones de forma adaptativa, es decir que generen crecimiento personal e interpersonal:

- Si existe un problema que genere frustración es mejor atenderlo que mantener el sentimiento de frustración.
- Realizar una escucha activa y atender las situaciones problemáticas de otros puede ayudar a gestionar soluciones futuras y ser aplicadas a la propia experiencia.
- Tener una visión positiva de las situaciones difíciles, tomarla como una posibilidad de crecimiento, permite obtener un significado diferente de la situación.
- Ocuparse en actividades gratificantes para sortear por un momento la situación problemática que le genera emociones negativas.
- Hablar con otros sobre las emociones.
- Aumentar la actividad física.
- Realizar actividades de relajación.

Gross (citado por Lopes, Cote y Salovey, 2007) formula dos maneras importantes para regular las emociones, regulación centrada en los antecedentes y regulación centrada en las respuestas, la primera se refiere a que el individuo puede identificar que hacer antes que la emoción aparezca, por ejemplo al enfrentar la crítica las personas pueden optar por tomarlo como parte de crecimiento personal, como un reto profesional, etc., quien utiliza la regulación de la emoción centrada en la respuesta maneja su emoción en el momento que aparece.

2.3.3 Conflicto

Vinyamata (2003) menciona que el conflicto tiene diferentes perspectivas, sin embargo se debe aprender a visualizar como un factor positivo dentro de las relaciones interpersonales. Él indica que el conflicto no es bueno ni malo, simplemente es inherente a todas las relaciones humanas, por eso existe la necesidad de contemplar este fenómeno de manera positiva que posibilite el cambio y el crecimiento personal e interpersonal, pero esto dependerá de la manera como se regule. Simmel (citado por Meza, 2010), en este sentido refiere que el conflicto es la resolución de partes contrarias entre dos individuos que favorece la unidad y el cuidado de la relación. Para Meza el conflicto está en cualquier interacción social y su significado depende de los ojos de quien observa, y se interpreta de acuerdo a las perspectivas teóricas de las diferentes disciplinas.

Coser (1956) expone que a mayor intimidad en una relación es más intenso el conflicto, esto se debe a la participación e interacción frecuente de las partes, quienes a su vez se sienten amenazados en su identidad y buscan sobre guardarla. Para Coser, la ausencia de conflicto no es considerada como estabilidad en una relación, por el contrario la ausencia total del conflicto indica que los participantes están dejando de ser parte de la relación.

Señalando a Coser, Meza (2010) divide el origen de los conflictos en realistas y no realistas. Los realistas son típicos de la frustración que genera no cumplir con las demandas propias de una relación, donde las partes buscan adquirir las ganancias que proviene de la interacción con la otra parte. Los no realistas apuntan a la liberación de la tensión de alguna de las partes, no tiene un fin específico. En cuanto a la estrategia esta puede ser coercitiva o no coercitiva; la coercitiva emplea la violencia física o simbólica para presionar y debilitar al oponente y la no coercitiva busca persuadir a la otra parte mostrando las ventajas de optar por lo sugerido. Finalmente se encuentra la clasificación del conflicto por resultados, estos pueden ser destructivos cuando se ha ejercido

estrategias coercitivas violentas, ejerciendo hostilidad y daño al otro; se dan resultados constructivos cuando se emplea la persuasión, porque se da una iteración e intercambio de ideas donde los participantes pueden llegar acuerdos que les genere satisfacción mutua.

2.3.4 Conflicto de pareja

Para Zabala (2009) es importante recalcar que en toda relación de pareja, por su grado de cercanía, son inevitables los conflictos, independiente de su cultura, principios, hábitos, se verán enfrentados a circunstancias que los movilizaran para fortalecer o debilitar la relación. Lo anterior es confirmado por Méndez, Aragón, Loving y Lagunes (2015), cuando mencionan que el conflicto en sí mismo no es negativo en una relación, en ocasiones es necesario porque conduce a cambios que involucran una reorganización que beneficia y enriquece las interacciones de la pareja.

Los autores señalando a Dhir y Markman (1984) refieren que el conflicto en pareja ocurre cuando la solución alcanzada ante un problema no satisface a la pareja, por consiguiente, resulta de las fallas en las estrategias de solución del problema; de tal manera que al conflicto se le asigna un rol central en la disolución de la relación y es la ventana para a través de la cual se puede observar el cierre de la relación. Al prevalecer el conflicto en la pareja, son comunes las descalificaciones, las malas interpretaciones, y el culpar al otro. La presencia de conflicto es una señal de que las estrategias maritales deben ser ajustadas y a partir de las acciones elegidas, su solución se puede asumir como un proceso constructivo que conlleva a la posibilidad de crecimiento.

2.3.4.1 Características del conflicto de pareja

Daly y Wilson (mencionados por Méndez et al. 2015) refieren que al interior del matrimonio se reproducen y desarrollan obligaciones, contexto en el cual la alianza marital es la relación que determina o legitima, la transferencia generacional de recursos materiales y sociales heredables; sin embargo, en la medida en que la armonía marital se convierte en discrepancia derivada de distintos factores que se oponen, puede surgir el conflicto. Este se puede caracterizar por ser:

- **Constructivo:** ofrece oportunidad de crecimiento personal y en pareja, además de profundizar en la relación con el otro, predice satisfacción marital, y refleja el compromiso, el afecto, el estado de ánimo y la disculpa.
- **Destructivo:** demuestra la incapacidad de alcanzar una solución que lo beneficie, se caracteriza por componer hostilidad y alejamiento, lo que dificulta la sincronización de la interacción de pareja y su compromiso como unidad.

2.3.4.2 Componentes del conflicto marital

Méndez et al. (2015) mencionan seis componentes del conflicto marital:

- Resistencia.
- Tener el control.
- Temor a desencadenar sentimientos de cólera, ira o rechazo.
- Ganar a toda costa.
- Motivación de los logros en pareja.
- Comunicación de manera positiva o negativa.

2.3.4.3 Teorías sobre el conflicto conyugal

Méndez et al., (2015) refiere que existen diversas teorías, sin embargo resalta las siguientes:

Tabla 3

Teorías sobre el conflicto marital

DEFINICIÓN	
<p>Teoría del conflicto (Vodde, 2011)</p>	<p>Este autor toma lo trabajado por Pierre Bourdieu de la teoría crítica y el constructivismo para plantear que los efectos de la economía, la moral, la educación, género y religión influye en una relación marital. Menciona que las disciplinas, instituciones, organizaciones, grupos, familias e individuos no existen de forma aislada, sino que forman parte de relaciones donde existen individuos dominantes y subordinados. En toda relación marital se da un desequilibrio en el poder, presentándose roles jerárquicos.</p>
<p>Modelo Territorial (Andrey 1966) (Dyson y Smith 1978) (Orathinkal y Vansteen 2006)</p>	<p>Proviene de la teoría evolutiva y observa a los seres humanos como luchan por preservar su territorio y entran en la defensa de su libertad, privacidad, autonomía. Cuando ese territorio no es defendido con asertividad, se reacciona con hostilidad hacia los otros y hacia si mismo, concluyendo en relaciones humanas pobres y baja autoestima. Los territorios importantes en una relación de pareja son: la necesidad de atención, la necesidad de comunicar pensamientos y sentimientos, la privacidad, objetos personales, ser dueño de su propio cuerpo.</p>
<p>Teoría de la valoración de la distorsión y el conflicto. (Whiting 2008)</p>	<p>Se refiere a la actitud y la percepción que el individuo tiene hacia su cónyuge y como este está abierto y receptivo a la realidad de su pareja. Para este autor existen cuatro aspectos relacionales: control, indiferencia, franqueza y cuidado-interés; estos interactúan dándole sentido a la relación delimitados por dos dominios: distorsión y autenticidad. La distorsión se refiere a la negación de la realidad, valores o evento, racionalización minimizando o exagerando la realidad, además de inventar evidencias. La autenticidad apunta a la claridad, responsabilidad, compromiso y valores.</p>
<p>Modelo de Inversión (Rusbult y Van Lange2003) (Cox, Gaines, Wexler y Rusbult 1997) (Agnew, Van Lange, Rusbult y Langston 1998)</p>	<p>Tiene su base en la teoría de la interdependencia y explica que en la relación de pareja la diada se ve afectada por su interacción. Para esta teoría el compromiso en las relaciones íntimas donde se comprende los sentimientos, el apego y la intención de permanecer en los buenos y malos momentos de la relación. El compromiso se fortalece mediante los altos niveles de satisfacción, calidad de alternativas, y la magnitud del compromiso; “el compromiso y la satisfacción</p>

correlacionan de manera positiva con la recompensa” (Méndez et al., 2015).

Rusbult y Zembrodt señalan cuatro categorías de respuesta en el conflicto de pareja:

- Salida
- Expresión
- Lealtad
- Negligencia

Modelo Biopsicosocial de conflictos disolución marital y la salud física de los hijos. (Cummings y Davies, 2002) (Troxe y Matthews, 2004)

Estos autores indican que los conflictos maritales no regulados adecuadamente afectan notoriamente los aspectos emocionales, fisiológico y cognitivos de la pareja y de sus hijos. Por tal motivo se presentan problemas como la depresión, ansiedad, angustia, pobres habilidades sociales, dificultad para procesar la información, desconfianza entre otros. Todas estas afectaciones desencadenan en efectos corporales nocivos que van evolucionando dependiendo de la desregulación del conflicto.

Fuente: Méndez et al. (2015)

Costa y Serrat (1998) Señalan que “a poco de comenzar a vivir juntos surge el choque entre las expectativas y la realidad. Cuando ese choque es significativo comienza a intercambiarse cierta dosis de estimulación aversiva y la tasa de intercambios reforzantes sufre un decremento” (pp.41).

Estos autores refieren que el conflicto avanzará o no, dependiendo de las siguientes características:

- Déficit de habilidades en la comunicación o resolución de problemas.
- Deficiencias en el control de los estímulos.
- Cambios en el entorno, como por ejemplo la aparición de un amante, la pérdida de trabajo, discrepancia ideológica, ampliación del círculo social, el desarrollo de la autonomía de la mujer y otros reforzamientos alternativos a la relación.
- Preferencias discrepantes en cuanto al grado de intimidad deseada.

Por su lado Pereyra (2003), señala que los resultados del conflicto son los que determinan si este es malo o bueno, es decir la manera como son afrontados por la pareja. Este autor menciona que existen varias alternativas para que las parejas resuelvan sus conflictos:

- Negociación
- Arbitraje
- Conciliación
- Mediación
- Reconciliación.

2.3.4.4 Conflicto marital desde la teoría del vínculo de Bowlby

Vargas e Ibáñez (2006) señalan que las relaciones interpersonales son complejas y más cuando se dan en ámbitos de convivencia, por lo que se requiere de habilidades especiales que se ponen a prueba cuando aparece el conflicto. Por lo general, este malestar brota cuando uno de los miembros de la pareja hace o deja de hacer cosas que al otro le parecen adecuadas o inadecuadas y de alguna manera ve amenazada su valía personal.

En un conflicto marital se responde con cierta carga emocional y esto responde al tipo de vínculo que se haya desarrollado dentro de la relación, pues este es el impulsor del individuo para mantenerse unido a la familia, amigos y sobre todo la pareja. Según Bowlby, es un aspecto instintivo del individuo que se da al nacer, dependiendo del tipo de vínculo que el niño cree con la madre, padre o hermanos mayores así mismo establecerá sus relaciones cuando salga a diferentes espacios de socialización (Vargas e Ibáñez, 2006).

Para Bowlby (citado por Vargas e Ibáñez, 2006) la necesidad más importante del individuo es la de vincularse con otros, este aspecto se observa cuando el individuo va en busca de una pareja,

en dicho proceso inconscientemente el sujeto buscará aquella que pueda satisfacer sus necesidades de acuerdo a la crianza que se le haya dado en su familia de origen, es decir entablará relación de pareja con aquella persona que satisfaga sus necesidades de acuerdo al vínculo parental o fraternal con el cual se haya desarrollado. Quienes deciden entablar una relación de pareja vienen de distintas familias así que por más que inconscientemente se hayan escogido de acuerdo a su aprendizaje de vínculo, ellos mismos irán estableciendo uno que les proporcione bienestar mediante diferentes ajustes en su interacción.

Para Vargas e Ibáñez (2006) las relaciones maritales se dan en proceso de cercanía o alejamiento. Cercanía podría ser intentar tener relaciones sexuales, besar, acaricias, dar regalos, decir un “te amo” o palabras que validen al cónyuge; por otro lado al hablar de alejamiento se señalan comportamientos como el rehusarse a colaborar o acompañar, guardar silencio cuando se requiere hablar, ignorar las fechas importantes. En cualquiera de las situaciones, quien determina si la relación es de cercanía o de lejanía es el sujeto que lo percibe o lo define como tal. Cuando la lejanía es constante la pareja cae en un círculo conflictivo que deteriora la relación, es decir existe un desbalance negativo que lleva a los cónyuges a enfrentarse individualmente y entre ellos, aspectos como la autoestima se comienzan a deteriorar y esto a su vez los lleva a vivir ansiosos por la falta de seguridad para lograr satisfacer sus necesidades vinculares. Para Bowlby las personas con un vínculo seguro tienen menos problemas para regular las emociones y generan mayores alternativas de solución que las que tiene un vínculo ansioso o de evitación.

Las parejas que se encuentran en un desbalance en su relación toman como medida enviar mensajes directos e indirectos para que el otro pueda cambiar su comportamiento y se logre alcanzar nuevamente el equilibrio de acercamiento y alejamiento. Sin embargo la técnica más utilizada es los enfrentamientos indirectos, que dan menos resultados que los directos, porque no

se habla claro sobre el problema, este tipo de afrontamiento o manejo del conflicto es poco razonable y por lo tanto no provee solución eficiente a la situación negativa.

2.3.4.5 Manejo del conflicto

Arnaldo (2001) tuvo en cuenta los siguientes aspectos teóricos a la hora de establecer un instrumento que midiera las estrategias de manejo de conflictos.

Tabla 4

Estrategias de manejo de conflictos

Estrategia	Definición
Comunicación durante el conflicto	Karen, Carlton y Shaw refieren cuatro aspectos de comunicación verbal y análoga que las parejas manejan al momento de enfrentarse a un conflicto, como lo son la crítica, las preguntas, la sensibilidad y las propuestas de solución. Por su parte Ting Toomey menciona que el sistema marital utiliza tres comportamientos verbales: interrogativo, desintegrativo y descriptivo. Las parejas que enfrentan el conflicto con una comunicación inadecuada se sumergen en una dinámica relacional insatisfactoria como lo presenta Cahn (1992) por lo general se caracteriza por presentar afecto negativo, conductas coercitivas y/o controladoras, reciprocidad negativa, rigidez y rigidez
Conflicto constructivo y conflicto destructivo	Noller, Feeney, Sheenan y Peterson refieren que las parejas manejan o dan solución a sus conflictos de una manera constructiva usan una comunicación asertiva que se caracteriza por discutir abiertamente, las partes se involucran en la solución, buscan satisfacer las necesidades de los dos.
Intensidad y amenazas	Peterson se refiere al asunto como generalización de los temas, atribución de la culpa a otra persona, ataque personal, demandas intensificadas y amenazas. Este tipo de situaciones constantes llevan a la pareja a sentirse atrapadas como resultado de un inadecuado manejo de la comunicación y el estrés.
Demanda retirada	Según Christensen y Heavey este patrón consiste en el que uno de los miembros de la pareja se acerca para hablar de determinado problema y el otro por su parte

evade la situación y se retira para no enfrentarlo, estos mencionan además que con mayor frecuencia son las mujeres quienes gestionan las demandas.

Negociación y acomodación

La negociación es una aproximación a la solución del problema, donde la pareja de ambos lados exponen sus necesidades y expectativas y ambos trabajan para una solución.

Rusbult, Veretle, Whitney, Slovik y Lipkus mencionan que la acomodación se da cuando uno de los miembros de la pareja actúa de una manera destructiva y el otro inhibe el impulso de responder destructivamente y en su lugar, reacciona de manera constructiva

Enfrentando el conflicto

Existen cuatro tipos de parejas según Gottman a la hora de enfrentar el conflicto: volubles, validadores, evitantes y hostiles.

Formas de terminar el conflicto

- Separación
- Dominación
- Compromiso
- Acuerdos integrales
- Mejora estructural

Estilos de negociación

- Acomodación
- Evitación
- Contender
- Colaboración
- Compromiso

Fuente: Arnaldo (2001).

2.3.4.6 Estrategias de manejo de conflictos conyugales

Arnaldo (2001) presenta un modelo de siete estrategias que las parejas utilizan a la hora de manejar sus conflictos.

2.3.4.6.1 Negociación/comunicación

Abarca establecer dialogo con la pareja, implementado la escucha asertiva y que a la vez las partes expresen sus sentimientos y deseos, con el fin de llegar acuerdos donde los dos queden satisfechos. Para Karen, Carlton y Show (citados por Arnaldo, 2001) las parejas establecen cuatro

tipos de categorías en su lenguaje verbal y no verbal: propuestas de solución o argumentos del hecho, crítica o comentarios críticos, preguntas que les permitan reconocer los hechos o sentimientos del otro y sensibilidad frente a los sentimientos del otro. La comunicación como estrategia de solución de un conflicto permite la confrontación del mismo sin dar lugar a la evitación, que según Duck (citados por Arnaldo, 2001) este último lleva la relación a un deterioro, pues al no abordarse los temas de conflicto las dudas y desconfianza entre los cónyuges comienzan a suscitarse, lo que conduce a la relación a una ruptura. Por otra parte Flores (2011) refiere que el uso de los estilos de comunicación positivos genera relaciones que se caracterizan por la comprensión, el respeto y un sentido de responsabilidad en la toma de decisiones de pareja.

2.3.4.6.2 Automodificación

Es la capacidad que tiene cada individuo de controlarse y reconocer su responsabilidad dentro del conflicto. Para Arnaldo (2001) esta estrategia le permite a la pareja ser paciente, prudente y considerado por el bien de la relación, desarrolla la empatía, la simpatía y lo hace consiente de realizar cambios en sus comportamientos negativos. Para Alegría (2007) la automodificación es una estrategia que emplea más los hombres que las mujeres, pero para Antonio (2015) las mujeres utilizan la automodificación y es un indicador de su satisfacción marital.

2.3.4.6.3 Afecto

En esta estrategia las expresiones de afecto cumple el objetivo de hacer sentir a la pareja que es importante para el otro, mediante caricias, besos, abrazos comunica su sentir al ser amado. Para López, Moral de la Rubia, Díaz y Cienfuegos (2013) entre las estrategias de afrontamiento de conflictos para evitar la violencia se encuentra el afecto, dicho de otra manera la ausencia de demostraciones de afecto predice la violencia en la pareja, y que las mujeres prefieren dar muestras de afecto y no agredir, y cuando son agresoras prefieren no dar muestras de afecto. Esto a su vez

confirmado por Méndez y García (2014). Entretanto para Arnaldo (2001) el afecto suaviza la situación mediante actos cariñosos, es una de las estrategias más eficaces para dar fin a los conflictos.

2.3.4.6.4 Evitación

Una esfera de esta estrategia es la evasión del conflicto, como lo menciona Sillar, Pike, Jones y Redmond (Citado por Arnaldo, 2001) la evitación es un mecanismo para mostrarse indiferente ante el conflicto. Cahn (citados por Arnaldo, 2001) refiere que la negación del conflicto es la evitación, empleando cambios en el tema, haciendo afirmaciones contradictorias del conflicto, estableciendo conversaciones que alejen el tema del conflicto y exponiendo afirmaciones indirectas carentes de compromiso frente al problema. Las personas que evitan el conflicto presentan baja preocupación y compromiso ante la relación, dicho de otra manera expresan negligencia en su manera de actuar y aunque la evitación se observa como una acción pasiva, reduce la interdependencia, que a su vez va generando ruptura en la relación. Lin-Shi (1999) expone que los estudios empíricos indican que la participación en el conflicto está asociada a una mayor satisfacción conyugal, mientras que la evitación o la obstrucción del conflicto están asociada con la insatisfacción matrimonial. Para este autor las personas manejan el conflicto evitándolo refleja una baja preocupación por su autosatisfacción y un bajo trabajo de auto reflexión.

2.3.4.6.5. Acomodación

Se acepta los errores cometidos, asumiendo la culpa de del problema cediendo a la persuasión de la pareja y a sus exigencias. Para Levinger y Pietromonaco (Mencionado por Arnaldo, 2001) quien utiliza esta estrategia tiene alta preocupación por el otro e intenta satisfacer las necesidades de su pareja para sobre guardar la relación. Arnaldo citando a Rusbult y asociados (1991) indica

que “la acomodación es un proceso recíproco, cuando un miembro de la pareja se acomoda tiende a incrementar la confianza y las disposición en el otro de hacer lo mismo. A largo plazo la acomodación recíproca resultaría en un incremento en la calidad del funcionamiento de la pareja”.

2.3.4.6.6. Separación/Tiempo

Incluye el tomarse un tiempo para que las cosas se calmen y permitir que su pareja tenga el espacio para reflexionar y así hablar en el momento adecuado. Alegría (2007) expone que tanto hombres como mujeres, aún más frecuentemente los hombres, tratan de darse un tiempo para resolver el conflicto y les gusta esperar a que las cosas se calmen. Para Carrillo (2004) las personas amistosas y tolerantes emplean la separación o tiempo como estrategia para en el manejo de los conflictos, ya que les permite mantener relaciones más estables. Más aun cuando en un conflicto las emociones negativas son intensas, es necesario darse un tiempo para lograr controlarlas, como también buscar el momento adecuado para comunicar las molestias. (Instituto Complutense de Mediación y Gestión de conflictos, s.f.).

2.4. Marco teórico referente a la población estudio

2.4.1 La mujer en la sociedad colombiana

Atehortúa y Rojas (2005) señalan que hasta mediados de siglo XX la educación para la mujer colombiana se reducía al aprendizaje ligado a las labores hogareñas como lavar, coser o cocinar, no fue hasta finales del mismo siglo que se le permitió acceder a educación básica. En 1957 se les otorga la oportunidad de sufragar, pero tal como lo menciona Caputto (2007), Colombia fue uno de los últimos países latinoamericanos en alcanzar esta meta de equidad. Este fue el primer paso para empoderar a la mujer en la lucha contra el machismo que domina esta sociedad, además de comenzar a empoderar a esta población para luchar en favor de sus derechos, mediante diferentes

movimientos feministas que buscaban optimizar las condiciones de las mujeres y posibilitar la ayuda entre ellas mismas.

Vásquez (referido por Caputto, 2007) menciona que la sociedad colombiana a través de la historia había permanecido dividida entre las actividades que se señalan propias del hombre y las que debería desempeñar la mujer, pero ha sido notorio el favorecer al hombre en aspectos sociales, políticos, económicos y familiar, opacando la función de la mujer. Vásquez señala lo siguiente:

La mujer se muestra subordinada al hombre como producto de las costumbres, la cultura y la ideología que no cambió durante muchos siglos, hecho que se ve reflejado en la constitución de 1886, en la que la mujer no tenía libertad alguna, no era considerada una ciudadana, sólo un ser ni más, ni menos importante que los animales o los criados; menos aún era tenida en cuenta su opinión o participación, además de la falta de libertad para cubrir sus necesidades básicas. (pp. 114)

Sin embargo en la constitución de 1991 se otorgó los mismos derechos y deberes a hombres y mujeres abriendo una puerta para que esta población se pudiera apropiarse de espacios de socialización como lo es la educación, la economía, la política y salir de la familia como espacio unitario que durante décadas se le concedió.

2.5 Definición de términos

2.5.1 Relación de pareja

Para Maureira (2011) la relación de pareja es una dinámica relacional y se rige por parámetros estipulados por la sociedad en la que se permanece, sus miembros actuarán de acuerdo a las pautas socioculturales de origen. Para este autor existen cuatro componentes vitales de una relación de pareja clasificados de la siguiente manera:

1. Componente biológico: el amor
2. Los componentes sociales: intimidad, compromiso y romance.

2.5.2. Ciclo de vida de la pareja

Al igual que la familia la pareja tiene su propio ciclo vital y como lo menciona Quintero (referido por Biscotti, 2006) estos dos funcionan como sistema único, pero a la vez mantiene su individualidad. El ciclo vital es un proceso evolutivo o de desarrollo que se da en el individuo y e influye naturalmente en el relacionamiento con los miembros de su familia, en el desarrollo de la pareja se involucran factores externos e internos y se correlaciona con la evolución familiar.

2.6. Hipótesis de la investigación

2.6.1 Hipótesis general

La regulación emocional guarda relación significativa con el manejo de conflictos conyugales en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

2.6.2 Hipótesis específicas

1. La regulación emocional guarda relación significativa con el factor reflexión – comunicación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
2. La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de afecto en el manejo de conflictos conyugales en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
3. La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de tiempo en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
4. La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de evitación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

5. La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de automodificación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
6. La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de acomodación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

CAPITULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1 Diseño y tipo de investigación

Se llevó a cabo una investigación cuantitativa con la recopilación de los datos a través de los instrumentos psicométricos, TMMS-24 de inteligencia emocional de Fernández Berrocal y Extremera (2004) y la escala de estrategias de manejo de conflictos de Arnaldo (2001) en la versión corta de Cienfuegos (2011), aplicados a la muestra de estudio. Además fue de corte descriptivo correlacional porque se especificó propiedades, características y rasgos importantes de dos variables como son inteligencia emocional y manejo de conflictos maritales (Hernández, Fernández y Batista, 2010). Así mismo, el tipo de investigación fue no experimental porque no se llevó a cabo ninguna manipulación deliberada de las variables, también fue un estudio transversal pues analizó la relación o grado de asociación de la regulación emocional con el manejo de conflictos en un momento específico.

3.2 Variables de la investigación

3.2.1 Regulación emocional

Fernández- Berrocal y Extremera (2002) siguen la línea de Meyer y Salovey y refieren que regulación emocional “consiste en la manera como se perciben, y vivencian los estados afectivos sin ser abrumado o avasallado, de forma que no llegue a nublar la forma de razonar” (pp. 4-5). De esta manera se puede utilizar las emociones con claridad y eficacia, sin permitir que los impulsos

lo manejen y genera emociones positivas que le genere bienestar. Una regulación emocional adecuada le permite al individuo afrontar la frustración con mayor tranquilidad y tener un buen afrontamiento ante metas propuestas concibiendo automotivación.

3.2.2 Manejo de conflictos maritales

Moral y López (2011) definen las estrategias de manejo de conflictos como la modalidad de afrontamiento contingente a determinada situación incómoda, que despliega esfuerzos dirigidos a la fuente de estrés para modificarla o eliminarla. Para Arnaldo (2001) el manejo de conflictos es la manera en que las parejas afrontan sus conflictos y dependiendo de dicho despliegue se ve afectada y reflejada su relación. Con el fin de evaluar los conflictos de pareja Arnaldo desarrollo la *Escala de Estrategias de Manejo de Conflictos (EEMC)*, para evaluar el modo de manejo de los conflictos en pareja, donde se consideran los factores de reflexión – comunicación, afecto, tiempo, evitación, automodificación y acomodación.

3.2.3 Operacionalización de las variables

Tabla 5

Operacionalización de las variables de investigación

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos	Valoración
Regulación de las Emociones	Regulación de las Emociones: Soy capaz de regular los estados emocionales correctamente.	Capacidad de controlar y manejar las emociones.	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24.	La TMMS-24 está basada en Trait Meta-Mood Scale(TMMS) del grupo de investigación de Salovey y Mayer y desarrollado (Fernández Berrocal y Extremera, 2005a).	1. Nada de acuerdo 2. Algo de acuerdo. 3. Bastante de acuerdo. 4. Muy de acuerdo 5. Totalmente d acuerdo.

Manejo de conflictos	Reflexión y Comunicación	Utiliza la reflexión y la comunicación como estrategia para manejar el conflicto.	2, 6, 12, 18, 19, 22, 26, 33		
	Afecto	Utiliza las demostraciones de afecto como estrategia en el manejo de conflictos.	2, 9, 16, 20, 29.		
	Tiempo	Capacidad para tomarse un tiempo como pauta para solucionar el conflicto.	7, 15, 24, 25, 28, 30.	Escala de estrategias de manejo de conflictos de 34 Ítems (EEMC; Arnaldo, 2001; Cienfuegos, 2011)	Escala de Likert 1 - nunca. 2 - con poca frecuencia. 3 -con frecuencia. 4 - mucha frecuencia. 5 - Siempre.
	Evitación	Utiliza la evasión como estrategia para manejar el conflicto.	4, 8, 14, 23, 34.		
	Automodificación	Reconoce su responsabilidad en el conflicto y modifica la conducta negativa.	1, 10, 11, 17, 32.		
	Acomodación	Utiliza la acomodación como estrategia para manejar el conflicto.	5, 13, 21, 27, 31.		

Fuente: Fernández y Extremera (2005), Cienfuegos (2011).

3.3 Delimitación geográfica y temporal

El presente estudio se llevó a cabo en el mes de agosto del año 2017 en la Unión Colombiana del Sur, de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, la cual se encuentra conformada por seis asociaciones y tres misiones, ubicadas en los departamentos Colombianos de Boyacá, Arauca, Casanare, Caldas, Risaralda, Quindío, Valle, Tolima, Cundinamarca, Vichada, Meta, Huila, Cauca, Caquetá, Nariño, Putumayo, Guaviare, Guainía, Vaupés y Amazonas.

3.4 Población y Muestra

3.4.1 Población

La población que se escogió para realizar este estudio está conformada por 3890 mujeres casadas que pertenecen a la IASD de la Unión Colombiana del Sur, que asistieron al encuentro de parejas realizado en la ciudad de Bogotá en agosto del año en curso.

3.4.2 Muestra

La muestra se estimó utilizando una calculadora de tamaño de muestras, desde el servicio público de Creative Research Systems. De este modo, de una población total de 3890, con un intervalo de confianza de 4, se determinó que 520 mujeres casadas, era la cantidad de personas se deberían encuestar para obtener resultados representativos de la población objetivo.

Se realizó muestreo no probabilístico, tipo por conveniencia, puesto que se accedió a la muestra en un congreso que convocó a parejas de esposos adventistas, y se solicitó la participación voluntaria a las mujeres que en ese momento estuvieron dispuestas a responder las escalas.

3.4.2.1 Criterios de inclusión y exclusión

Tabla 6

Pautas para la inclusión y la exclusión

INCLUSIÓN	EXCLUSIÓN
Ser mujer	No ser capaz de entender las instrucciones o indicaciones para desarrollar adecuadamente los instrumentos.
Casada.	Desarrollo incompleto de los instrumentos.
Aceptar la participación en el estudio.	No aceptar el consentimiento informado.
Saber leer y escribir.	
Feligrés de la IASD.	

3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.5.1 Instrumentos de recolección de datos

3.5.1.1 Regulación emocional

Como se mencionó anteriormente para esta investigación se usó la dimensión regulación emocional de la escala de Trait Meta-Mood Scale – 24 desarrollada por Fernández-Berrocal y Extremera (2004), esta dimensión cuenta con 8 ítems (preguntas 17-24) y su calificación se da en una escala de Likers de 1-5, donde 1 es nada de acuerdo y 5 totalmente de acuerdo, la escala cuenta con una fiabilidad en el componente regulación emocional con 0.86. Los creadores de este instrumento refieren que esta prueba tiene adecuados índices de consistencia interna y validez convergente, permitiendo evaluar procesos emocionales consientes, además es de fácil administración y calificación. Presenta índices de validez predictiva mayor en una gran cantidad de variables relacionados con la vida cotidiana y evalúa comportamientos típicos relacionados con diferentes capacidades emocionales.

Este instrumento se ha utilizado en diferentes investigaciones colombianas como son:

- La inteligencia emocional de los estudiantes del grado once de una Institución Educativa de Envigado, por Castañeda, Ramírez, Rivera y Merchán (2014), con un intervalo de confianza de 95%.
- El perfil psicosocial de los estudiantes de medicina de la universidad de Manizales Colombia y su relación con el rendimiento académico, por Castaño et al. (2011). Se utilizó el TMMS para medir la inteligencia emocional encontrando una confiabilidad del 95%.
- Inteligencia emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá, por Cerón, Ibáñez y Pérez, (2010), con una confiabilidad del 95%.
- Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios, universidad de Magdalena, Colombia, por Ávila, Amaya y Argota (2001), indicando un nivel de confianza de 99%.

Se puede acceder al instrumento en anexos.

3.5.1.2 Escala de estrategias de manejo conflictos

Se aplicó la escala de estrategias de manejo de conflictos (EEMC) de Arnaldo (2001), en su versión de 34 ítems propuesta por Cienfuegos (2011) México, consta de 34 ítems, su calificación es en escala de Likert de 1 a 5 donde 1 es nunca y 5 es siempre. Se compone de seis dimensiones: Reflexión-comunicación, afecto, tiempo, evitación, automodificación y acomodación. La escala obtuvo índices de consistencia interna alpha de Cronbach superiores a .70, con una varianza explicada total de 53.48%. Este instrumento ha sido aplicado en diferentes investigaciones relacionadas a los contextos familiares, como lo son:

- Estrategias de manejo de conflicto, satisfacción sexual y tiempo de casados como predictores de la satisfacción marital en mujeres morelenses en México por Antonio

(2015). En este estudio se utilizó la escala original de 79 ítems y siete dimensiones, obtuvo un $\alpha = 0.56$ de Alpha de Cronbach de consistencia interna.

- Relación entre las estrategias de manejo del conflicto y la percepción de la violencia situacional en la pareja, por Méndez y García en México, 2014. Se obtuvieron los siguientes valores: en el factor de reflexión/comunicación 10 reactivos $\alpha = .724$, en evitación 8 reactivos $\alpha = .710$, en afecto 5 reactivos $\alpha = .641$, en tiempo 6 reactivos $\alpha = .774$ y en acomodación 5 reactivos $\alpha = .74$.
- Diferencias de género en afrontamiento y violencia en la pareja por Moral et al. (2011), donde la consistencia interna de los estilos de afrontamiento pasivo, es alta de un $\alpha = .73$ y el estilo de afrontamiento enfocado a resolver el conflicto es de $\alpha = .86$.

Cabe mencionar que para lograr aplicar este último instrumento fue necesario realizar validación de contenido por criterio de jueces, puesto que no se había aplicado anteriormente en Colombia. Los jueces consideraron que el instrumento mantenía una instrucción clara, precisa y suficiente, además evaluaron positivamente el orden de las preguntas y estas se expresan en palabras fáciles de entender, así como el estilo de calificación es apropiado. En general el contenido del instrumento es adecuado para aplicar a una población colombiana y no requería de cambios en la estructura del mismo. (Se anexa formatos diligenciados por los jueces)

3.6 Proceso de recolección de datos

Los datos se recolectaron de la siguiente manera:

1. Se solicitó el permiso para realizar la aplicación de los instrumentos en el encuentro de parejas organizado por la Unión Colombiana del Sur de la IASD, que se llevó a cabo el 19 de agosto de 2017, (Ver en anexos carta de autorización), donde se convocaron 5000 parejas de toda la Unión, con el objetivo de capacitar, instruir y fortalecer a las parejas

asistentes mediante seminarios y charlas expuestas por personal capacitado en el área. Se contó con la presencia del presidente mundial de la IASD, el Pr. Ted Wilson y su esposa Nancy Wilson, el Dr. Willie Oliver y su esposa Elaine Oliver directores del ministerio de familia de la conferencia general, también el Dr. Pedro Iglesias y su esposa Cecilia Iglesias como directores del ministerio de la familia de la División Interamericana, además el Dr. Armando Barriguete y el Dr. Javier Donate especialistas en consejería y vida familiar, que abordaron temas relacionados con la comunicación asertiva, salud mental familiar, fortalecimiento del vínculo conyugal, manejo de conflictos conyugales, vida sexual en pareja, entre otros.

2. Se capacitó al personal días antes del evento para la aplicación de los instrumentos.
3. Se aplicaron los instrumentos a 700 mujeres asistentes al evento en la fecha y el evento anteriormente mencionado, se tomaron en cuenta 520 que cumplían con los criterios de inclusión del estudio y que conformaban la muestra de la población.

3.7 Procesamiento y análisis de los datos

Con la sistematización de los datos se procedió al análisis estadístico pertinente a los objetivos e hipótesis de la investigación, a través del paquete de SPSS versión 22.0 para Windows. Para determinar el grado de correlación de las variables se empleó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para análisis no paramétricos.

3.8 Consideraciones éticas

3.8.1 Consentimiento informado

Se anexa formato de consentimiento informado necesario para la participación de las mujeres que desean ser parte del estudio de manera voluntaria, además señala que de ninguna manera se le está pagando por participar en el mismo y que se le ha informado y explicado la manera correcta

de diligenciar los instrumentos. También este formato hace relación a la privacidad y confidencialidad de dicha participación.

CAPÍTULO V

RESULTADO Y DISCUSIÓN

4.1. Análisis descriptivo de los datos

Como se aprecia en la tabla 7, la muestra final de estudio estuvo constituida por 520 mujeres que nacieron en diferentes lugares. Se puede apreciar que 208 mujeres nacieron en la ciudad de Bogotá, equivaliendo a un 40% del total de la muestra.

Tabla 7

Lugar de nacimiento de las integrantes de la muestra en estudio

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Antioquia	12	2,3	2,3	2,3
Arauca	5	1,0	1,0	3,3
Atlántico	6	1,2	1,2	4,4
Barranquilla	1	,2	,2	4,6
Bogotá	208	40,0	40,0	44,6
Bolívar	5	1,0	1,0	45,6
Boyacá	46	8,8	8,8	54,4
Caldas	6	1,2	1,2	55,6
Caquetá	5	1,0	1,0	56,5
Casanare	6	1,2	1,2	57,7
Cauca	4	,8	,8	58,5
Cesar	6	1,2	1,2	59,6
Choco	3	,6	,6	60,2
Córdoba	2	,4	,4	60,6
Cúcuta	1	,2	,2	60,8
Cundinamarca	21	4,0	4,0	64,8

Huila	13	2,5	2,5	67,3
Magdalena	2	,4	,4	67,7
Meta	18	3,5	3,5	71,2
Nariño	3	,6	,6	71,7
Norte de Santander	19	3,7	3,7	75,4
Quindío	4	,8	,8	76,2
Risaralda	4	,8	,8	76,9
San Andrés	1	,2	,2	77,1
Santander	49	9,4	9,4	86,5
Sucre	2	,4	,4	86,9
Tolima	50	9,6	9,6	96,5
Valle	17	3,3	3,3	99,8
Vichada	1	,2	,2	100,0
Total	520	100,0	100,0	

En la tabla 8 se muestra la edad agrupada de las participantes, teniendo en cuenta que la mínima edad fue de 15 años y la máxima de 71 años con intervalos de agrupación de 5 años.

Tala 8

Edad de las integrantes de la muestra en estudio

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	15 a 19 años	16	3,1	3,1
	20 a 24 años	46	8,8	8,8
	25 a 29 años	73	14,0	14,0
	30 a 34 años	88	16,9	16,9
	35 a 39 años	92	17,7	17,7
	40 a 44 años	66	12,7	12,7
	45 a 49 años	52	10,0	10,0
	50 a 54 años	33	6,3	6,3
	55 a 59 años	29	5,6	5,6
	60 a 64 años	15	2,9	2,9
	65 a 71 años	10	1,9	1,9
	Total	520	100,0	100,0

En la tabla 9 se muestra el tiempo de matrimonio expresado en intervalos de 5 años, siendo 1 mes (0.083 años) el tiempo mínimo de casadas y 49 años fue el tiempo máximo de matrimonio de las integrantes de la muestra; el grupo de mayor concentración fue el intervalo de 0 a 5 años de casadas con un número de participantes de 165 que equivale al 31,7 de la muestra.

Tabla 9

Años de casadas intervalo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	De 0 a 5 años	165	31,7	31,7	31,7
	De 6 a 10 años	105	20,2	20,2	51,9
	De 11 a 15 años	81	15,6	15,6	67,5
	De 16 a 20 años	55	10,6	10,6	78,1
	De 21 a 25 años	38	7,3	7,3	85,4
	De 26 a 30 años	23	4,4	4,4	89,8
	De 31 a 35 años	26	5,0	5,0	94,8
	De 36 a 40 años	18	3,5	3,5	98,3
	De 41 a 45 años	7	1,3	1,3	99,6
	De 46 a 50 años	2	,4	,4	100,0
	Total	520	100,0	100,0	

En la tabla 10 se puede observar que de entre las 520 integrantes de la muestra el número de hijos oscila entre los 0 y 7 hijos, además se observa que 184 mujeres tienen 2 hijos, lo que equivale un 20% de la muestra, mientras que solamente 3 mujeres casadas tienen 7 hijos semejante a un 6% de la muestra. Otro resultado considerable es que 106 de las mujeres casadas que pertenecen a la muestra reportan no tener hijos.

Tabla 10

Número de hijos de las integrantes de la muestra en estudio

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	0	106	20,4	20,4	20,4
	1	93	17,9	17,9	38,3
	2	184	35,4	35,4	73,7
	3	90	17,3	17,3	91,0
	4	34	6,5	6,5	97,5
	5	6	1,2	1,2	98,7
	6	4	,8	,8	99,4
	7	3	,6	,6	100,0
	Total	520	100,0	100,0	

En la tabla 11 se puede apreciar que 177 de mujeres casadas de la muestra en estudio tienen estudios de nivel de bachillerato, lo que equivale a un 34% de la muestra, mientras que el menor número de ellas (21) posee un nivel académico de posgrado, es decir un 4%.

Tabla 11

Nivel educativo de las integrantes de la muestra.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bachiller	177	34,0	34,0	34,0
	Postgrado	21	4,0	4,0	38,1
	Primaria	65	12,5	12,5	50,6
	Técnico	67	12,9	12,9	63,5
	Tecnología	36	6,9	6,9	70,4
	Universitario	154	29,6	29,6	100,0
	Total	520	100,0	100,0	

Las tablas 12 y 13 muestran los estadísticos descriptivos de las variables correlacionadas en este estudio

Tabla 12

Análisis descriptivo de la variable regulación emocional

Regulación emocional	
Media	29,46
Desviación estándar	6,165
Mínimo	8
Máximo	40

Tabla 13

Análisis descriptivo de la variable manejo de conflictos

	Reflexión y Comunicación	Afecto	Tiempo	Evitación	Automodificación	Acomodación
Media	27,41	15,86	18,08	11,47	14,50	14,42
Desviación estándar	6,135	4,979	3,811	3,397	2,920	3,619
Mínimo	12	5	6	5	6	5
Máximo	40	25	30	23	23	25

4.2. Prueba de hipótesis: correlación de las variables de estudio

En la tabla 14 se puede apreciar que los puntajes directos de la dimensión regulación emocional y las dimensiones de la escala de manejo de conflictos conyugales no presentan distribución normal ($p < .01$) al ser evaluados por la prueba de Kolmogorov-Smirnov ($n > 50$), lo cual sirve para sustento para realizar análisis no paramétricos para las pruebas hipótesis.

Tabla 14

Pruebas de normalidad de las variables

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Regulación emocional	,085	520	,000
Reflexión y Comunicación	,078	520	,000
Afecto	,073	520	,000
Tiempo	,095	520	,000
Evitación	,086	520	,000
Automodificación	,102	520	,000
Acomodación	,088	520	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

La tabla 15 presenta los resultados de la correlación entre los puntajes obtenidos a partir de la dimensión de regulación emocional y cada una de las dimensiones de la escala de manejo de conflictos, en base al coeficiente de correlación rho de Spearman, debido a que los datos no presentan distribución normal.

Tabla 15

Análisis de correlación entre regulación emocional y cada una de las dimensiones de la escala de manejo de conflictos

		Regulación emocional
Reflexión y Comunicación	Coeficiente de correlación (r_s)	,399**
	Sig. (bilateral)	,000
Afecto	Coeficiente de correlación (r_s)	,332**
	Sig. (bilateral)	,000
Tiempo	Coeficiente de correlación (r_s)	,376**
	Sig. (bilateral)	,000
Evitación	Coeficiente de correlación (r_s)	-,088*
	Sig. (bilateral)	,046
Automodificación	Coeficiente de correlación (r_s)	,372**
	Sig. (bilateral)	,000
Acomodación	Coeficiente de correlación (r_s)	,276**
	Sig. (bilateral)	,000

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

En la tabla 15 se presentan el análisis individual de las correlaciones entre la regulación emocional y cada una de las dimensiones de la escala de manejo de conflictos. En ella puede observarse las correlaciones descritas seguidamente.

La regulación emocional posee una correlación positiva y altamente significativa con dimensión “Reflexión y Comunicación” ($r_s = .399$, $p < .01$), y una relación significativa con “Afecto” ($r_s = .332$, $p < .01$), “Tiempo” ($r_s = .376$, $p < .01$), “Automodificación” ($r_s = .372$, $p < .01$) y “Acomodación” ($r_s = .276$, $p < .01$). Se aprecia también que la regulación emocional presenta una correlación negativa y significativa con “Evitación” ($r_s = -.088$, $p < .05$), aunque en un nivel correlacional bajo.

4.3. Discusión de resultados

Al realizar el análisis de correlaciones, se tuvo en cuenta la naturaleza de ambos instrumentos, encontrándose que la escala de resolución de conflictos conyugales requiere un tratamiento especial, tal como lo sostienen Moral de la Rubia y López (2011), quienes consideran que no es conveniente considerar los resultados de la escala completa para el estudio del comportamiento de esta variable, por lo cual en el presente trabajo de investigación se considera conveniente analizar solamente las correlaciones entre la regulación emocional y cada una de las dimensiones de la escala de resolución de conflictos conyugales.

La regulación emocional demuestra estar correlacionada de forma altamente significativa con la reflexión y comunicación ($r_s = .399, p < .01$), siendo la correlación más alta obtenida en el presente estudio. Esto implicaría que cuando las mujeres casadas muestran un mayor desarrollo de la regulación emocional, entonces harían también un mayor uso de la reflexión y la comunicación como estrategias de resolución de conflictos. Estos resultados concuerdan con lo afirmado por Moral de la Rubia y López (2011) quienes obtuvieron correlaciones más altas en comunicación y afecto. Igualmente Alegría (2007) menciona que las mujeres prefieren ante un conflicto hablar y escuchar a su pareja, expresando como se sienten y buscando la solución al problema. Esto es a la vez apoyado por Flores (2011) quien refiere que el uso de los estilos de comunicación positivos genera relaciones que se caracterizan por la comprensión, el respeto y un sentido de responsabilidad en la toma de decisiones de pareja. Finalmente Arnaldo (2001) hablando del factor negociación/comunicación, indica que hay una disminución de los conflictos que enfrentan las mujeres cuando emplean esta estrategia. Lo anterior confirma lo descrito por Bisquerra y Pérez (2007) quienes mencionan que la comunicación efectiva es una competencia de la inteligencia emocional, aquellas personas que practican la comunicación receptiva y expresiva reciben mensajes verbales y no

verbales con mayor precisión, además pueden iniciar y mantener conversaciones donde se expresan los sentimientos claramente, idea que sustenta Bisquerra (2017) cuando indica que la regulación emocional capacita al individuo para que pueda expresar sus emociones adecuadamente. Dicho brevemente se puede asegurar que la regulación emocional, en este caso, le permite a la mujer establecer una comunicación más asertiva con su pareja, pudiendo expresar sus sentimientos de forma apropiada, además también estas dos variables pueden retroalimentarse, ya que como lo dice Lopes, Cote y Salovey (2007) una manera de aprender a regular las emociones es hablando con otros sobre las mismas, factor que puede no solo ayudar a manejar adecuadamente los conflictos en una pareja sino que además puede generar confianza mutua.

La correlación significativa entre la regulación emocional y la el afecto ($r_s = .332, p < .01$) indica que cuando la regulación emocional es mayor en las mujeres casadas de la muestra en estudio, ellas utilizarán con mayor frecuencia las demostraciones de afecto como estrategia en el manejo de conflictos. Esto corroboraría los resultados obtenidos por Méndez y García (2014) quienes mencionan que el factor afecto es una de las estrategias de manejo de conflictos más utilizadas, siendo ésta un predictor negativo de la violencia, premisa que sustenta López *et, al* (2013) cuando mencionan que el afecto es una estrategias de afrontamiento para evitar la violencia y cuando ésta se ausenta se puede predecir la agresión. Con relación a lo mencionado Gardner (1963) en su teoría de inteligencia interpersonal indica que las personas que desarrollan este tipo de inteligencia tienen facilidad a la hora de expresar actos afectuosos, sentimientos y emociones, además de implementar la resolución de conflictos progresivos y pacíficos.

La correlación significativa entre la regulación emocional y tiempo ($r_s = .376, p < .01$) ponen de manifiesto que cuando las mujeres casadas de la muestra en estudio muestran una mayor regulación emocional, entonces también será mayor su capacidad para tomarse un tiempo como

pauta para solucionar los conflictos que se presenten en la vida en pareja. Esto muestra coincidencia con lo descrito por Alegría (2007) quien refiere que tanto hombres como mujeres, aún más frecuentemente los hombres, tratan de darse un tiempo para resolver el conflicto y les gusta esperar a que las cosas se calmen; lo que permite proteger la relación y mantener su estabilidad (Carrillo, 2004). ICMGC (s.f.) señala que los momentos en los que no se logren controlar las emociones negativas que se suscitan en un conflicto, es prudente darse un tiempo para controlar dichas emociones y posteriormente poder expresar las molestas e inconformidades por las cuales se dio el conflicto. Fernández-Berrocal y Extremera (2005) mencionan que una de las habilidades de la inteligencia emocional es regular las emociones propias y de otros, en el caso de tomarse un tiempo para reflexionar podríamos concluir que estas mujeres regulan sus emociones con el fin de abordar los conflictos en el momento oportuno. En este caso se aplicaría lo expuesto por Gross (2002) cuando indica que para la regulación emocional es necesario atender la emoción mediante la reevaluación o la supresión, acciones que se ejercen cuando el individuo se da tiempo para el autocontrol. Así mismo se podría considerarse la influencia que la religión ejerce sobre estas mujeres, si bien no se ha indagado directamente, la espiritualidad es un factor que lleva a las personas a ser más calmadas y pacientes, en el caso del cristianismo la biblia ofrece varios textos donde indica que ésta es una buena actitud como lo señala Santiago 1:19 “Recuerden esto, queridos hermanos: todos ustedes deben estar listos para escuchar; en cambio deben ser lentos para hablar y para enojarse” o Mateo 11:29 “Acepten el yugo que les pongo, y aprendan de mí, que soy paciente y de corazón humilde; así encontrarán descanso”.

La regulación emocional y la evitación muestran una correlación significativa, pero negativa ($r_s = -.088, p < .05$) lo que indica que cuando la regulación emocional es mayor, entonces, es mucho menos probable que las mujeres casadas de la muestra en estudio hagan uso de la evitación como

estrategia para manejar el conflicto. Arnaldo (2001) refiere que en cuanto más se presenta la evitación como estrategia para manejar el conflicto, este último aumenta en su frecuencia. También Antonio (2015) corrobora estos resultados quien en su estudio empírico demostró que a mayor uso de la estrategia evitación menor satisfacción marital; asimismo Méndez y García (2014) y Moral et al. (2011) afirman que la evitación es una de las estrategias que predicen la violencia en pareja, cuanto mayor es la evitación se reporta más violencia. En la misma línea Moral de la Rubia y López (2011) confirmaron que la evitación es un estilo pasivo de afrontamiento del conflicto lo que genera resentimiento en la pareja. Para Alegría (2007) la evitación y los estilos de comunicación negativos se emplean simultáneamente, el individuo opta comportamientos como ser seco, frío, serio, amenazante, agresivo, atacante, inquisitivo, insolente e hiriente, lo que confirma Ramos (2014) señalando que la estrategia de evitación y el estilo pasivo tiene una correlación más alta con la violencia ejercida, en este caso son las mujeres en cuanto hacen más uso de la esta estrategia más sufren violencia por parte de su pareja, sin responder a la misma. Por su parte Martínez, Piqueras e inglés (s.f.) refieren que:

“los niveles bajos de inteligencia emocional interfieren en la capacidad de utilizar estrategias de afrontamiento adaptativas ante las emociones negativas o el estrés y estarán basadas en la inhibición activa, la evitación y la rumiación cognitiva, perjudicando la salud mental y física”.
(p.2)

El abordar o no un conflicto en sí es una decisión que implica atender o no atender las emociones tal como lo señala Meyer y Salovey (2007) al referir que es necesario abordar las emociones sin importar la naturaleza de las mismas, ya sean estas emociones agradables o desagradables, solo en el momento en que las emociones son aceptadas y entendidas se las puede regular adecuadamente. Volviendo a la metáfora expresada por Moza, Mestre y Núñez (2007) y poniéndola en relación con este estudio, la mujer tiene la posibilidad de abrir o cerrar el grifo de sus emociones, abrirlo

demasiado y sin control puede resultar negativo, al igual que cerrarlo y no dejarlo fluir puede resultar nocivo, pues puede desencadenar en violencia de pareja como lo dice Méndez y García (2014). Además Lopes, Cote y Salovey (2007) señalan que la regulación emocional debe desarrollarse con el fin de generar bienestar que le permita a la mujer ejercer acciones adaptativas en los espacios de socialización, así mismo es mejor atender determinada emoción negativa desencadenada de un conflicto marital que vivir lidiando con la frustración constante por no abordar el conflicto. También es importante mencionar que evitar las emociones puede desencadenar en esquemas maladaptativos como lo mencionan Manrique y Aguado (2006) al señalar que al dejar de utilizar la información brindada por la emoción se deja de ejercer otras estrategias como la comunicación y la motivación necesarias para la adaptación emocional, que en este caso podría dificultar los cambios en aspectos relacionados con el conflicto de pareja, más aun el no atender las emociones puede llegar a desencadenar acciones nocivas como consumo de sustancias psicoactivas o el deterioro de actividades cotidianas o el rechazo a asuntos que generen satisfacción.

La regulación emocional correlaciona con la automodificación ($r_s = .372$, $p < .01$) de forma significativa, lo que indicaría que a mayor regulación emocional en las mujeres casadas de la muestra en estudio, mayor será la utilización de la automodificación como estrategia para manejar los conflictos que se presenten en pareja. En la investigación hecha por Antonio (2015) la automodificación mostró una correlación positiva con la satisfacción marital, a mayor uso de esta estrategia mayor es la satisfacción en pareja. López et al (2013) refieren que fomentar la automodificación en la pareja se convierte en un método para prevenir la violencia de familia. En este caso Suarez y Mendoza (2008) mencionan que una de las capacidades del individuo que tiene inteligencia interpersonal e intrapersonal está la discriminación de comportamientos adecuados, la

autocrítica, reconocimiento de los propios errores y valoración de la propia actuación. En este caso Ben-Ze'ev (citado por Martínez, Retana y Sánchez, 2009) refiere que la regulación emocional es la influencia que cada persona tienen en sí mismo para generar emociones, precisar cuándo tenerlas y cuándo expresarlas, lo que indica que la mujer tiene la capacidad de ejecutar cambios inclusive en su estado emocional o como lo menciona Gross (citado por Lopes, Cote y Salovey, 2007) cada persona decide que hacer antes que aparezca la emoción, es decir es la manera como la mujer puede ver la situación como indicador de aprendizaje o crecimiento personal e incluso la manera como puede ese evento fortalecer su relación de pareja y como al modificar sus propias emociones negativas que puede evitar deterioro en sí misma o en su matrimonio, y por el contrario causar un efecto positivo.

La correlación significativa entre la regulación emocional y la acomodación ($r_s = .276, p < .01$) muestra que cuando la regulación emocional es mayor, entonces, es mucho más probable que las mujeres casadas de la muestra en estudio hagan uso de la acomodación como estrategia para manejar el conflicto., es decir, acepten sus errores, asuman la culpa del problema y cedan a la persuasión de la pareja y a sus exigencias. Arnaldo (2001) encontró que la acomodación es más utilizada por los hombres que por las mujeres, cediendo a lo que la pareja exige para no agudizar el conflicto y dar fin con mayor rapidez al conflicto; sin embargo Alegría (2007) encontró que los hombres hacen lo que sus parejas desean, pero son las mujeres quienes ceden sin importar quien se equivocó y son ellas quienes utilizan más esta estrategia. Por su parte Méndez y García (2014) indican que la estrategia de acomodación, es un predictor positivo de la violencia en pareja, lo que podría significar que hay una aparente regulación emocional, pero que en el fondo acomodarse podría poner a las mujeres en situación de vulnerabilidad para ser maltratadas. Se debe tener en cuenta que el objetivo de la regulación emocional no es suprimir las emociones a tal grado que

ponga en riesgo el bienestar personal se trata de hacer un manejo adecuado de las emociones tal como lo menciona Moza, Mestre y Núñez (2007) se debe mantener una flexibilidad que permita mantener una determinada carga emocional, es abrir, cerrar o dejar fluir el caudal emocional y que esto genere satisfacción personal.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

En consonancia con los resultados obtenidos en la presente investigación, que busca verificar la correlación existente entre la regulación emocional y el manejo de conflictos en las mujeres casadas de la muestra constituida por mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur, de la Iglesia Adventista del Séptimo día, 2017, se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- Respecto al objetivo general, debido a las características de la escala de manejo de conflictos, se considera que la regulación emocional muestra correlación altamente significativa con la dimensión reflexión - comunicación de la escala de manejo de conflictos, además las dimensiones afecto, tiempo, acomodación y autoregulación guardan una relación significativa con la regulación emocional, en cuanto a la correlación con la dimensión evitación se presentó de forma significativa pero negativa.
- Respecto al primer objetivo específico, se comprobó que la regulación emocional posee una correlación directa y altamente significativa con la dimensión reflexión-comunicación.
- Respecto al segundo objetivo específico, se comprobó que existe una correlación significativa entre regulación emocional y el afecto en el manejo de conflictos conyugales.

- Respecto al tercer objetivo específico, se comprobó que existe una correlación significativa entre regulación emocional y el tiempo en el manejo de conflictos conyugales.
- Respecto al cuarto objetivo específico, se comprobó que existe una correlación significativa pero negativa entre regulación emocional y la evitación en el manejo de conflictos conyugales.
- Respecto al quinto objetivo específico, se comprobó que existe una correlación significativa entre regulación emocional y la automodificación en el manejo de conflictos conyugales.
- Respecto al sexto objetivo específico, se comprobó que existe una correlación significativa entre regulación emocional y la acomodación en el manejo de conflictos conyugales.

5.2 Recomendaciones

Considerando los resultados obtenidos para esta población se recomienda:

1. Realizar investigaciones con una población masculina con la misma confesión religiosa donde se midan las variables del presente estudio, con el fin de determinar si existen diferencias entre mujeres y varones.
2. Realizar otros estudios de validez y confiabilidad de pruebas que midan las variables estudiadas en el presente trabajo de investigación así como otras variables teóricamente relacionadas, teniendo en cuenta las poblaciones con profesión religiosa Adventista del Séptimo Día u otras denominaciones.
3. Realizar estudios comparativos en parejas de diferentes confesiones religiosas, considerando la regulación emocional y el manejo de conflictos en sus diferentes dimensiones.

4. Realizar estudios comparativos en diferentes grupos religiosos y no religiosos en relación a las variables analizadas en el presente estudio.
5. Sabiendo que la regulación emocional tiene mucha relación con el manejo de conflictos, se recomienda trabajar programas de regulación emocional y de manejo de conflictos conyugales en las parejas de las iglesias de donde se tomó la población estudio.
6. Realizar réplicas de esta investigación teniendo en cuenta la utilización de otros instrumentos que midan las mismas variables, en otros contextos religiosos o geográficos para poder ampliar los resultados obtenidos.

REFERENCIAS

Alegría, M. (2007). *Estilos de comunicación manejo de conflictos en el noviazgo del estudiante de la facultad de Psicología de la Universidad Veracruzana Zona Xalapa*. (Tesis de grado, Universidad Veracruzana Zona Xalapa). Recuperado de cdigital.uv.mx/bitstream/123456789/37001/1/alegriadelangelmanoella.pdf

Antonio, E. (2015). *Estrategias de manejo de conflicto, satisfacción sexual y tiempo de casados como predictores de la satisfacción marital en mujeres morelenses*. (Tesis de maestría, Universidad de Montemorelos). Recuperado de <http://dspace.biblioteca.um.edu.mx/jspui/bitstream/123456789/446/1/Tesis%20Elsi%20Antonio.pdf>

Ardila, A. (2013). *Inteligencia emocional y variables relacionadas con enfermería*. (Tesis de maestría, Universidad de Barcelona). Recuperado de http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/119774/ARADILLA_TESIS.pdf;jsessionid=1C406DA836F2182E093B77BF08AC93F3?sequence=1

Arnaldo, O (2001). *Construcción y validación de un instrumento de conflicto para parejas Mexicanas*. (Tesis de grado) Universidad Autónoma de México.

Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día (AGIASD, 2015) *Salud mental para la mujer, entrenamiento. ¡Piensa bien, vive bien!* Recuperado de <http://iasdmetro.org.mx/?sermon=ministerio-de-la-mujer-dia-de-enfasis>

Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día (AGASD, 2010). Los dirigentes y la organización de la iglesia local. En *Manual de la iglesia*. (p.p. 86-88), Miami: Asociación publicadora interamericana APIA.

Asociación sur de Bogotá de los adventistas del séptimo día. (ASBASD, 2015) ¿Qué es quiero vivir sano? Recuperado en: <http://www.asosurbogota.org/vivir-sano/>

Atehortúa, A. & Rojas, D. (2005). Mujer e historia. *Centro de investigaciones y desarrollo científico*. (p. 11). Recuperado de <http://cidc.udistrital.edu.co/investigaciones/documentos/revistacientifica/rev7/Unidad%2013R%20pags%20269-293.pdf>

Ávila, U., Amaya, A. & Pineda, A. (2011). Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Psicogente*; 14 (26), pp.310-320. Recuperado en <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/1834>

Biscotti, O. (2006) *Terapia de pareja, una mirada sistémica*. Proceso vital de la pareja moderna. Buenos Aires, Argentina. Grupo editorial Lumen – Hvmánitas.

Bisquerra, R. (2017). Regulación emocional. Recuperado en <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/regulacion-emocional.html>

Bisquerra, A. & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, (pp.61-82). Recuperado en <http://www.redalyc.org/pdf/706/70601005.pdf>

- Blázquez, M. Moreno, J. & Baamonde, M. (2009). Inteligencia emocional como alternativa para la prevención del maltrato psicológico en la pareja. *Revista Anales de psicología*; 25(2), pp.250-260. Recuperado en http://www.um.es/analesps/v25/v25_2/07-25_2.pdf
- Brackett, M. & Salovey, P. (2007). La evaluación de la inteligencia emocional con Mayer, Salovey y Caruso, Emotional Intelligence Test (MSCEIT). En J, Mestre y P, Fernández –Berrocal (eds.), *Manual de inteligencia emocional*. (pp. 69-80) Madrid: Pirámide.
- Buitrago, D & Herrera C. (2014). *La inteligencia emocional y el tratamiento de las conductas disruptivas en el aula de clase*. (Tesis maestría), Universidad del Tolima, Colombia. Recuperado de <http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1488/1/RIUT-BHA-spa-2015-La%20inteligencia%20emocional%20y%20el%20tratamiento%20de%20las%20conductas%20disruptivas%20en%20el%20aula%20de%20clase.pdf>
- Carrillo, L. (2004). *Relación entre estilos de comunicación, manejo de conflicto y satisfacción en la relación de pareja*. (Tesis de grado), Universidad de las Américas, Puebla, México. Recuperado de http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/carrillo_m_l/
- Castañeda, O., Ramírez, S., Rivera, B. & Merchán, V. (2014). La inteligencia emocional de los estudiantes del grado once de una Institución Educativa de Envigado. *Revista Psicoespacios*, 8(13), pp.179-201. DOI <http://dx.doi.org/10.25057/21452776.327>

Castaño, J., Florido, J., Galvis, J., Maya, D., Paneso, L., Torres, J., & Vivas, L. (2011). El perfil psicosocial de los estudiantes de medicina de la universidad de Manizales Colombia y su relación con el rendimiento académico. *Revista Archivos académicos* 12(1), pp.62-72
Recuperado de <http://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/viewFile/798/904>

Caracol Radio (3 de Agosto de 2011). Conflictos de pareja, principal razón de suicidios en Colombia. Recuperado de http://caracol.com.co/radio/2011/08/03/nacional/1312330380_525486.html

Cerón, D., Pérez, I. & Ibáñez, M. (2010) Inteligencia emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 40(1). Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502011000100006

Child Trends (2014). Los cambios en la familia y su impacto en el bienestar de la niñez. En Mapa Mundial de la familia. Recuperado en https://www.childtrends.org/wp-content/uploads/2013/05/Mapa_mundial_familia_2013.pdf

Cienfuegos, M. (2011). *Violencia en la relación de pareja: una aproximación desde el modelo Ecológico*. (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Mexico.

Contreras, F. Barbosa, D. & Espinosa, J. (2010). Personalidad, inteligencia emocional y afectividad en estudiantes universitarios de áreas empresariales. Implicaciones para la formación de líderes. *Revista Diversitas - Perspectivas en psicología* vol. 6(1), pp.65-79.
Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982010000100006

- Coser, L. (1956). Las funciones del conflicto social. *Fondo de Cultura Económica*. Recuperado de http://theomai.unq.edu.ar/Conflictos_sociales/COSER%20Lewis_Las%20Funciones%20del%20Conflicto%20Social%20_Resumen_.pdf
- Costa, M. & Serrat, C. (1998). Modelo conceptual del desarrollo del conflicto de pareja. *Terapia de parejas, un enfoque conductual*. (p.p. 41). Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502011000100006
- Creative Research Systems. (2006). Calculadora de Tamaño de Muestras. Recuperado de <http://www.surveysoftware.net/sscalce.htm>
- Cruz, G. (2013) *Fomento de la inteligencia emocional y habilidades de negociación como factores protectores ante la violencia marital*. En memorias del 3º congreso internacional de psicología (pp.197- 217). Recuperado de <http://www.facico-uaemex.mx/2014-2018/descargas/memoriascongreso.pdf>
- De Sousa, B. (s.f.) *Competencias emocionales y resolución de conflictos interpersonales en el aula*. (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Barcelona, España. Recuperado en <http://www.observatorioperu.com/2015/Junio/Tesis%20Doctoral-Competencias%20emocionales%20y%20resoluci%2B%C2%A6n%20de%20%20conflictos%20interpersonales.pdf>
- Díaz, M. (2014) Un tercer gran Modelo de Inteligencia emocional: Reuven Bar-On. Recuperado de <http://miguelangeldiaz.net/el-tercer-gran-modelo-de-inteligencia-emocional-reuven-bar-on/>

- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., Mestre, J. & Guil, R. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(2), pp.209-228. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/805/80536203/>
- Fernández-Berrocal, P., Ramos, N., & Extremera, N. (2001). Inteligencia emocional, supresión crónica de pensamientos y ajuste psicológico. *Boletín de Psicología*, 70, pp79-95. Recuperado de http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF13supresion_cronica_de_pensamientos.pdf
- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación* 29(1), pp.1-6. Recuperado de https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5385/repercusiones7.pdf
- Fernández- Berrocal, P. & Extremera, N. (2004). El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional. Ventajas e inconvenientes con respecto a las medidas de auto-informe. *Boletín de Psicología*, 80. Recuperado de <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N80-3.pdf>
- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2005) La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de formación de profesorado*, 19(3), pp.63-93. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Flores, M. (2011). Comunicación y conflicto: ¿Qué tanto impacta en la satisfacción marital? *Psychological Research Records*, 1(2). Recuperado de

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358933579003>

Gardner, H. (1983). *Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples*. Recuperado de

https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=Y9nDDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=estructuras+de+la+mente+%2B+libro&ots=5VYcqMNGvD&sig=VOXPTme6ey_HZMtkAU0f-qmrT1g#v=onepage&q=estructuras%20de%20la%20mente%20%2B%20libro&f=false

García, L., Bolaños, I., Garrigos, S., Gómez, F., Hierro, M. & Tejedor, M. (s.f.). *Como resolver los conflictos familiares*. Recuperado de

http://eprints.ucm.es/10994/1/Guia_CM_Como_resolver Iso_conflictos_FF.pdf

Garrido, M., Extremera N. & Rey, Y. (2011). El papel de la inteligencia emocional percibida en la resolución de problemas sociales en estudiantes adolescentes. *REOP*, 22(1), pp.69-79.

Recuperado de <http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/15-Pena2011Papel.pdf>

Gartzia, L., Aritzeta, A., Balluerka, N. & Barberá, E. (2012). Inteligencia emocional y género: más allá de las diferencias sexuales. *Anales de psicología*, 28(2), pp.567-575. DOI

<http://dx.doi.org/10.6018/analesps.28.2.124111>

Gross, J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychopathology journal*, 39, pp.281–291. Recovered from

<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.603.2887&rep=rep1&type=pdf>

Gumora, G. & Arsenio, W. (2002). Emotionality, Emotion Regulation, and School Performance in Middle School Children. *Journal of School Psychology, 40(5)*, pp.395 – 413. Recovered from

[file:///C:/Users/OYD/Downloads/Emotionality Emotion Regulation and School Perform.pdf](file:///C:/Users/OYD/Downloads/Emotionality%20Emotion%20Regulation%20and%20School%20Performan.pdf)

Hernández, S. Fernández, C. & Bastidas, P. (2010). *Metodología de la investigación*. 5ª Ed. McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

Lin-Shi, B. (1999). *Conflict resolution in romantic relationships: An examination of adult attachment and early attachment experience*. (Master's Thesis), Texas Tech University, United States. Recovered from <https://ttu-ir.tdl.org/ttu-ir/bitstream/handle/2346/17156/31295013744163.pdf?sequence=1>

López, M. (24 de septiembre de 2013). No deje que las peleas de pareja se alarguen. El Tiempo. Recuperado de <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-13079865>

López, S. (2016). *Regulación emocional y género: Un estudio exploratorio con estudiantado de grados feminizados*. (Tesis pregrado). Recuperado en [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/161877/TFG Lopez%20Usero%2C%20Sandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/161877/TFG_Lopez%20Usero%2C%20Sandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

López, F. Moral de la Rubia, J. Díaz, R & Cienfuegos, M. (2013). Violencia en la pareja. Un análisis desde una perspectiva ecológica. *Ergo Sum, 20(1)*, pp.6-16. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10425466009>

- Lopes, P. Cote, S. & Salovey, P. (2007). Un modelo de habilidad de la inteligencia emocional: implicaciones para la evaluación y para el entrenamiento. En J, Mestre y P, Fernández – Berrocal (eds.), *Manual de inteligencia emocional*. (p.144) Madrid: Pirámide.
- Manrique, E. & Aguado, H. (2006). Esquemas emocionales, evitación y procesos de cambio en terapia cognitivo conductual. *Revista de Psiquiatría y salud mental Hermilio Valdizan*, 7(1), pp.11-32. Recuperado de <http://www.hhv.gob.pe/revista/2006/2%20ESQUEMAS%20EMOCIONALES%20%20EVITACION%20EMOCIONAL.pdf>
- Martínez, A., Piqueras, J. & Ingles, C. (sf). *Relaciones entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés*. (Tesis de maestría), Universidad Miguel Hernández, Elche (Alicante), España. Recuperado en: <http://www.javiercastilloformacion.com/wp-content/uploads/2016/11/Relaciones-entre-Inteligencia-Emocional-y-Estrategias.pdf>
- Martínez, M., Retana, B. & Aragón, R. (2009). Identificación de las Estrategias de Regulación Emocional del Miedo en Adultos de la Ciudad de México. *Revista Psicología Iberoamericana*, 17(2), pp.49-59. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1339/133912609007.pdf>
- Maureira, F. (2011). Los cuatro componentes de la relación de pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* 14(1). Recuperado en <file:///C:/Users/OYD/Downloads/24815-44667-1-PB.pdf>

- Méndez, M. del P. & García, M. (2014). Relación entre las estrategias de manejo del conflicto y la percepción de la violencia situacional en la pareja. *Revista Colombiana de Psicología*, 24(41439), pp.99-111. Recuperado de <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/41439>
- Mestre, J. Guil, R. & Araujo, A. (Sf). *Genero e inteligencia emocional*. Recuperado de www.aecid.co.cu/download.asp?filetype=PUB&fileName=libro2_cap7.pdf
- Mestre, J. Comunian, A. & Comunian, M (2007). Inteligencia emocional: una revisión a sus primeros quince años y un acercamiento conceptual desde los procesos psicológicos. En J, Mestre y P. Fernández –Berrocal (eds.), *Manual de inteligencia emocional*. (pp.45-66) Madrid: Pirámide.
- Mestre, J. & Fernández-Berrocal, P. (2007). *Manual de Inteligencia emocional*. Ediciones pirámide, grupo Anaya S.A. Madrid, España.
- Mestre, J., Núñez I. & Guil, R. (2007). Aspectos Psicoevolutivos de la inteligencia emocional. En J, Mestre y P. Fernández –Berrocal (eds.), *Manual de inteligencia emocional*. (pp.165-170) Madrid: Pirámide.
- Meza, M. (2010). *Estereotipos de violencia en el conflicto de pareja*. (Tesis Doctoral), Universidad autónoma de Barcelona, España. Recuperado de <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/5478/mem11de1.pdf;sequence=1>
- Meyer, J. & Salovey, J. (2007) ¿Qué es inteligencia emocional? En J, Mestre y P, Fernández – Berrocal (eds.), *Manual de inteligencia emocional*. (pp. 36-37) Madrid: Pirámide.

- Moral de la Rubia, J. & López, R. (2011) Escala de estrategias de manejo de conflictos de 34 ítems: propiedades psicométricas y su relación con violencia en la pareja. *Revista Peruana de Psicometría* 4(1). Recuperado de <http://www.rppsicometria.com.pe/articulos/vol4.art.1.pdf>
- Moral de la Rubia, J., López R., Díaz L., R. & Cienfuegos M., Y, I. (2011). Diferencias de género en afrontamiento y violencia en pareja. *Revista CES Psicología*, 4(2), pp.29-46. Recuperado en: <http://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1502>
- Moza, M., Mestre, J. & Núñez, I. (2007). Inteligencia emocional y cerebro. En J, Mestre y P, Fernández –Berrocal (eds.), *Manual de inteligencia emocional*. (pp.144) Madrid: Pirámide.
- Muñoz, C. (2007). Inteligencia emocional el secreto de una familia feliz. Una guía para aprender a conocer y gestionar nuestros sentimientos. *Dirección General de la familia*. Recuperado de <http://psicopedia.org/wp-content/uploads/2013/07/GUIA-INTELIGENCIA-EMOCIONAL.pdf>
- Pereyra, M. (2003). Métodos de resolución de conflictos. *Reconciliación, como reparar los vínculos dañados*. (p.p.45-46). Publicaciones universidad de Montemorelos.
- Perles, F. Martín, J. & Canto, J. (2011) Inteligencia emocional, celos, tendencia al abuso y estrategias de resolución de conflicto en la pareja. *Revista Escritos de Psicología*, 4(1), pp.34-43. Recuperado de http://www.escritosdepsicologia.es/descargas/revistas/vol4num1/vol4num1_5.pdf

- Ramírez, U., Amaya, & A., Argota, A. (2011). Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26), pp.310-320. Recuperado de <http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/ojs/index.php/psicogente/article/view/File/388/385>
- Ramos, S. (2014). *Violencia sufrida y ejercida en la pareja desde una perspectiva ecológica*. (Tesis de maestría), Universidad Autónoma de Nuevo León, Monterrey, Mexico. Recuperado de <http://cdigital.dgb.uanl.mx/te/1080253668.PDF>
- Sánchez, Fernández, Montañés & Latorre (2008). ¿Es la Inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 6(15), (p.p. 455-474). Recuperado de: http://investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/15/espanol/Art_15_253.pdf
- Sánchez & Méndez (2014). Relación entre la estrategia de manejo del conflicto y la percepción de la violencia situacional de la pareja. *Revista colombiana de psicología*. 24(1), pp.99-111. Doi: <https://doi.org/10.15446/rcp.v24n1.41439>
- Silva, J. (2005). Regulación emocional y psicopatología: el modelo de: vulnerabilidad / resiliencia. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 43(3), pp.201-209 recuperado en <http://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v43n3/art04.pdf>
- Suárez, P. & Mendoza, B. (2008). Desarrollo de la inteligencia emocional y de la capacidad para establecer relaciones interpersonales e intrapersonales. *Revista de educación Laurus*, 14(27), pp.76-95. Recuperado en: <http://www.redalyc.org/pdf/761/76111892005.pdf>

Sycom Training Systems S.L (s.f.). *Inteligencia emocional. Sensibilización y formación básica en inteligencia emocional en el ámbito familiar*. Recuperado en: [http://axular.net/download/files/orientacion/escuela_padres/68_La_inteligencia_emocional_en_la_familia\(I\).pdf](http://axular.net/download/files/orientacion/escuela_padres/68_La_inteligencia_emocional_en_la_familia(I).pdf)

Suárez, Y., Restrepo, D. & Caballero, C. (2016). Ideación suicida y su relación con la inteligencia emocional en universitarios colombianos. *Revista de la Universidad Industrial de Santander*. 48(4). Recuperado de <http://revistas.uis.edu.co/public/journals/2/docs/ideacionsuicida-texto.pdf>

Trujillo, M. & Rivas, L. (2005) Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *INNOVAR, revista de ciencias administrativas y sociales*, 10. Recuperado en <http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v15n25/v15n25a01.pdf>

Universidad del Rosario (2009). *Universidad ciencia y desarrollo*. Localidad de Ciudad Bolívar. Bogotá, Colombia. Recuperado en <http://www.urosario.edu.co/Universidad-Ciencia-Desarrollo/ur/Fasciculos-Anteriores/Tomo-IV-2009/Fasciculo-3/ur/Localidad-de-Ciudad-Bolivar/>

Vázquez, F. (2008). Inteligencia emocional en alumnos, docentes y personal administrativo de una universidad privada de Barranquilla. *Psicogente*, 11(20), pp.164-18. Recuperado en <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/2698>

Vinyamata E. (2003). La conflictología: Un aprendizaje positivo de los conflictos. Aprender del conflicto. Conflictología y educación. Universidad abierta del conflicto. *Convergencia*

Revista de Ciencias Sociales, 10(33), p.p.315-328. Recuperado en <http://www.redalyc.org/pdf/105/10503315.pdf>

White, E. (1956). La Espiritualidad de la Ley. En *discurso maestro de Jesucristo*. (p.62). Illinois, Estados Unidos. Ed. Pacific Pres Publishing Association.

White E. (1979). El hogar Cristiano. (p.p.21-23,97). California, Estados Unidos. Ed. Publicaciones interamericanas.

White E. (1991). Pautas para la salud mental y espiritualidad. En *Mente Carácter y personalidad* (p.p.126-131). Buenos Aires Argentina. Ed. Asociación casa editora sudamericana.

Zabala (2010). ¿Son buenos o malos los conflictos en el matrimonio? *A pesar de nuestras diferencias me casaría de nuevo contigo*. Asociación publicadora interamericana, GEMA editores. México D.F.

ANEXOS

Anexo 1

Matriz de Consistencia

TITULO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	DISEÑO Y TIPO DE INVESTIGACIÓN
Relación entre la regulación emocional y el manejo de los conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la	¿Cuál es la relación que existe entre regulación emocional y el manejo de conflictos conyugales en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá 2017?	Determinar la relación entre regulación emocional y el manejo de conflicto conyugales en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.	La regulación emocional guarda relación significativa con el manejo de conflictos en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.	Investigación cuantitativa Correlacional no experimental.
a del Sur de la	PREGUNTAS ESPECÍFICAS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECIFICAS	

IASD, Bogotá 2017.	¿Cuál es la relación entre regulación emocional y el factor reflexión – comunicación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?	Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor reflexión – comunicación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017. .	La regulación emocional guarda relación significativa con el factor reflexión – comunicación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
	¿Cuál es la relación entre regulación emocional y el factor de afecto en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?	Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de afecto en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.	La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de afecto en el manejo de conflictos conyugales en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
	¿Cuál es la relación entre regulación emocional y el factor de tiempo en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?	Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de tiempo en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la	La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de tiempo en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas

	Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.	de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
¿Cuál es la relación entre regulación emocional y el factor de evitación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?	Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de evitación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.	La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de evitación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.
¿Cuál es la relación entre regulación emocional y el factor de automodificación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?	Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de automodificación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.	La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de automodificación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

¿Cuál es la relación entre regulación emocional y el factor de acomodación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017?

Determinar la relación que existe entre regulación emocional y el factor de acomodación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

La regulación emocional guarda relación significativa con el factor de acomodación en el manejo de conflictos conyugales, en mujeres casadas de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

Anexo 2

Instrumentos



Ministerio de la *Familia*

Unión Colombiana del Sur

MIDE TU REGULACIÓN EMOCIONAL

Lugar de nacimiento: _____

Edad: _____

Tiempo de casada: _____

N° de hijos: _____

Nivel educativo: _____

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.

Nº	ITEMS	Nada de acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.					
2	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.					
3	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.					
4	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal					
5	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.					
6	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.					
7	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.					
8	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo					

MANEJANDO EL CONFLICTO EN PAREJA

Nº	ÍTEMS	Nunca	Con poca frecuencia	Con frecuencia	Con mucha frecuencia	siempre
1	Analizo las razones de cada uno					
2	Me muestro amorosa					
3	Hablo con mi pareja					
4	Cambio de tema					
5	Termino cediendo sin importar quién se equivocó					
6	Acepto mis errores					
7	Espero a que las cosas se calmen					
8	Me alejo					
9	Utilizo palabras cariñosas					
10	Procuro ser prudente					
11	No discuto nada inmediatamente					
12	Le pido que entre los dos lleguemos a una solución					
13	Acepto que quien está mal soy yo					
14	No le hablo					
15	Trato de darle tiempo					
16	Lo acaricio					

17	Trato de mantenerme calmada					
18	Reflexiono sobre los motivos de cada uno					
19	Le doy una explicación de lo que sucedió					
20	Soy cariñosa					
21	Cedo en algunas ocasiones					
22	Hablo las cosas abiertamente					
23	Me muestro indiferente					
24	Soy paciente					
25	Le pido que me dé tiempo					
26	Discuto el problema hasta llegar a una solución					
27	Acepto que yo tuve la culpa					
28	Dejo pasar un tiempo					
29	Le hago sentir que lo amo					
30	Espero el momento oportuno para hablar					
31	Hago lo que mi pareja quiere					
32	Hago cosas que molestan a mi pareja					
33	Busco las causas de las discusiones					
34	Me alejo de él					

INSTRUCCIONES: Cuando tiene conflictos con su pareja usualmente ¿qué hace? Señale con una X la frecuencia de las siguientes conductas durante sus conflictos con su pareja actual o previa.

Anexo 3

Carta de autorización para aplicar los instrumentos por la Unión Colombiana del Sur



IGLESIA
ADVENTISTA
DEL SEPTIMO DIA

Unión Colombiana del Sur
No. 900.514.319-5

Bogotá, agosto 10 de 2017

Carrera 45A No. 94 - 31 La Castellana
Teléfono: 745 61 10 - Cel: 313 484 40 85
info@unionscolombianadelosur.org
www.unionscolombianadelosur.org
Bogotá, D.C., Colombia

Señores:

Unidad de Posgrado de Psicología
Universidad Peruana Unión

Cordial saludo;

Mediante la presente se autoriza a la señora Maryeli Guiza Gamboa identificada con cedula de ciudadanía N° 52.750847 de Bogotá, aspirante al grado de Maestría en Ciencias de la Familia con Mención en Terapia Familiar y que actualmente se encuentra realizando tesis final, para que aplique los instrumentos psicométricos de inteligencia emocional y escala de estrategias de manejo de conflictos conyugales a las mujeres casadas que hacen parte de la feligresía de la Unión Colombiana del Sur de la Iglesia Adventista del Séptimo Día.

Atentamente,

Joel Hernández Campos

Director Vida Familiar

Unión Colombiana del Sur

Anexo 4

Formato de consentimiento informado

Mi nombre es **Maryeli Güiza Gamboa**, soy estudiante de la Maestría en Ciencias de la Familia de la Universidad Peruana Unión y actualmente estoy haciendo la tesis final.

El objetivo de la tesis es determinar la relación entre inteligencia emocional y el manejo de conflicto conyugales en mujeres de la Unión Colombiana del Sur de la IASD, Bogotá, 2017.

Los resultados adquiridos en este estudio orientaran el desarrollo de estrategias metodológicas y de intervención a la salud mental, emocional y social de las mujeres a dicha unión.

La participación es anónima y se tendrá mucho cuidado en proteger la identidad de los participantes, asegurándonos de que ninguno sea reconocido al finalizar la investigación y de ese modo se conserve la confidencialidad. Asimismo tenga en cuenta que puede retirar su consentimiento en cualquier momento sin dar explicación.

Si tiene interés en conocer los resultados finales de esta investigación por favor póngase en contacto conmigo por correo electrónico a maryeliguizag@yahoo.es

Al marcar "Acepto" y firmar en el cuadro, indica que ha leído y entendido el procedimiento descrito anteriormente y voluntariamente acepta participar en la investigación.

Atentamente,

Ts. Maryeli Güiza Gamboa
Candidata a magíster en Ciencias de la Familia
Universidad Peruana Unión

ACEPTO

Firma

Anexo 5

Validación por criterio de jueces para la Escala de Estrategias de Manejos de Conflictos.

INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO

(JUICIO DE EXPERTOS)

Instrucciones

El presente instrumento tiene como finalidad determinar las estrategias de manejo de conflictos en mujeres que se encuentran casadas.

La evaluación requiere de la lectura detallada y completa de cada uno de los ítems propuestos a fin de cotejarlos de manera cuantitativa con los criterios propuestos relativos a estrategias de: reflexión y comunicación, afecto, tiempo, evitación, automodificación y acomodación en el momento de manejar un conflicto de índole conyugal.

Juez N° 1 Fecha actual: 28 Mayo 2017

Nombres y Apellidos del Juez: Cala Evelin Porta

Institución donde labora: Consultorio - Independiente

Años de experiencia profesional o científica: 7 años

CRITERIOS GENERALES PARA VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

DICTAMINADO POR EL JUEZ

1) ¿Está de acuerdo con las características, forma de aplicación (instrucciones para el examinado) y estructura del instrumento?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

Explicar lo de "pareja previa"

2) A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

3) ¿Existe dificultad para entender las preguntas del instrumento?

SI ()

NO (X)

Observaciones y/o sugerencias:

CRITERIOS GENERALES PARA VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

DICTAMINADO POR EL JUEZ

1) ¿Está de acuerdo con las características, forma de aplicación (instrucciones para el examinado) y estructura del instrumento?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

Explicar lo de "pareja previa"

2) A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

3) ¿Existe dificultad para entender las preguntas del instrumento?

SI ()

NO (X)

Observaciones y/o sugerencias:

4) ¿Existen palabras difíciles de entender en los ítems o reactivos del instrumento?

SI ()

NO (X)

Observaciones y/o sugerencias:

5) ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

6) Los ítems del instrumento ¿tienen correspondencia con la dimensión al que pertenece en el constructo?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

Firma

Carla Evelyn Portal
Psicóloga
T.P. 129.134

ESCALA DE ESTRATEGIAS DE MANEJO DEL CONFLICTO

INSTRUMENTO PARA FINES ESPECIFICOS DE LA VALIDACION DE CONTENIDO (JUICIO DEL EXPERTO)

Nº	Bloques e ítems	Claridad		Congruencia		Contexto		Dominio del constructo		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
Reflexión y comunicación										
1	3. Hablo con mi pareja	x		x		x		x		
2	6. Acepto mis errores	x		x		x		x		
3	12. Le pido que entre los dos lleguemos a una solución	x		x		x		x		
4	18. Reflexiono sobre los motivos de cada uno	x		x		x		x		
5	19. Le doy una explicación de lo que sucedió.	x		x		x		x		
6	22. Hablo las cosas abiertamente.	x		x		x		x		
7	26. Discuto el problema hasta llegar a una solución.	x		x		x		x		
8	33. Busco las causas de las discusiones	x		x		x		x		
Afecto										
9	2. Me muestro amorosa.	x		x		x		x		
10	9. Utilizo palabras cariñosas.	x		x		x		x		
11	16. Lo acaricio.	x		x		x		x		
12	20. Soy cariñoso.	x		x		x		x		
13	29. Le hago sentir que lo amo.	x		x		x		x		
Tiempo										
14	7. Espero a que las cosas se calmen.	x		x		x		x		
15	15. Trato de darle tiempo.	x		x		x		x		
16	24. Soy paciente.	x		x		x		x		
17	25. Le pido que me dé tiempo.	x		x		x		x		
18	28. Dejo pasar un tiempo.	x		x		x		x		
19	30. Espero el momento oportuno para hablar.	x		x		x		x		
Evitación										
20	4. Cambio de tema.	x		x		x		x		
21	8. Me alejo.	x		x		x		x		
22	14. No le hablo.	x		x		x		x		
23	23. Me muestro indiferente.	x		x		x		x		
24	34. Me alejo de él.	x		x		x		x		

Automodificación										
25	1. Analizo las razones de cada uno.	x		x		x		x		
26	10. Procuro ser prudente.	x		x		x		x		
27	11. No discuto nada inmediatamente.	x		x		x		x		
28	17. Trato de mantenerme calmada	x		x		x		x		
29	32. Hago cosas que molestan a mi pareja.	x		x		x		x		
Acomodación										
30	5. Termino cediendo sin importar quien se equivocó.	x		x		x		x		
31	13. Acepto que quien está mal soy yo.	x		x		x		x		Agregar: aunque no siempre sea así
32	21. Cedo en algunas ocasiones.	x		x		x		x		
33	27. Acepto que yo tuve la culpa.									Es igual al ítem 13
34	31. Hago lo que mi pareja quiere.	x		x		x		x		

- Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem.
- Congruencia: El ítem tiene relación con el constructo
- Contexto: Existe en el ítem alguna palabra que no es usual en nuestro contexto
- Dominio del constructo: El ítem evalúa el componente o dimensión específica del constructo (bloques).

Firma 

Carla Evelyn Portal
Psicóloga
T.P. 129.134

INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO

(JUICIO DE EXPERTOS)

Instrucciones

El presente instrumento tiene como finalidad determinar las estrategias de manejo de conflictos en mujeres que se encuentran casadas.

La evaluación requiere de la lectura detallada y completa de cada uno de los ítems propuestos a fin de cotejarlos de manera cuantitativa con los criterios propuestos relativos a estrategias de: reflexión y comunicación, afecto, tiempo, evitación, automodificación y acomodación en el momento de manejar un conflicto de índole conyugal.

Juez N°: 2 Fecha actual: 17 mayo 2017

Nombres y Apellidos del Juez: Joel Hernández Campos

Institución donde labora: Unión Colombiana del Sur – Iglesia Adventista del séptimo día.

Años de experiencia profesional o científica: 21 años

CRITERIOS GENERALES PARA VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

DICTAMINADO POR EL JUEZ

1) ¿Está de acuerdo con las características, forma de aplicación (instrucciones para la examinada) y estructura del instrumento?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

La instrucción es clara, precisa y suficiente.

El instrumento es una escala consistente y muestra evidencias de validez según prueba realizada por Moral y López 2011. Su estructura es adecuada al objeto de investigación.

2) A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

3) ¿Existe dificultad para entender las preguntas del instrumento?

SI ()

NO (X)

Observaciones y/o sugerencias:

La adaptación es adecuada para la comprensión y dialecto de la población objeto del presente estudio.

4) ¿Existen palabras difíciles de entender en los ítems o reactivos del instrumento?

SI ()

NO (X)

Observaciones y/o sugerencias:

5) ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

La escala de Likert es de comprobada graduación y se adapta muy bien al instrumento en cuestión.

6) Los ítems del instrumento ¿tienen correspondencia con la dimensión al que pertenece en el constructo?

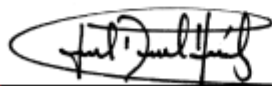
SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

Se encuentra consistente correspondencia entre los ítems y las diferentes dimensiones.

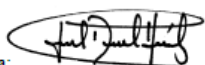
Firma



ESCALA DE ESTRATEGIAS DE MANEJO DEL CONFLICTO

INSTRUMENTO PARA FINES ESPECIFICOS DE LA VALIDACION DE CONTENIDO (JUICIO DEL EXPERTO)

N°	Bloques e ítems	Claridad		Congruencia		Contexto		Dominio del constructo		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
Reflexión y comunicación										
1	3. Hablo con mi pareja	X		X			X	X		Podría decir "Hablo con mi esposo".
2	6. Acepto mis errores	X		X		X		X		
3	12. Le pido que entre los dos lleguemos a una solución.	X		X		X		X		
4	18. Reflexiono sobre los motivos de cada uno.	X		X		X		X		
5	19. Le doy una explicación de lo que sucedió.	X		X		X		X		
6	22. Hablo las cosas abiertamente.	X		X		X		X		
7	26. Discuto el problema hasta llegar a una solución.	X		X		X		X		
8	33. Busco las causas de las discusiones.	X		X		X		X		
Afecto										
9	2. Me muestro amorosa.	X		X		X		X		
10	9. Utilizo palabras cariñosas.	X		X		X		X		
11	16. Lo acaricio.	X		X		X		X		
12	20. Soy cariñoso.	X		X			X	X		Debe decir "Soy cariñosa".
13	29. Le hago sentir que lo amo.	X		X		X		X		
Tiempo										
14	7. Espero a que las cosas se calmen.	X		X		X		X		
15	15. Trato de darle tiempo.	X		X		X		X		
16	24. Soy paciente.	X		X		X		X		
17	25. Le pido que me dé tiempo.	X		X		X		X		
18	28. Dejo pasar un tiempo.	X		X		X		X		
19	30. Espero el momento oportuno para hablar.	X		X		X		X		
Evitación										
20	4. Cambio de tema.	X		X		X		X		
21	8. Me alejo.	X		X		X		X		
22	14. No le hablo.	X		X		X		X		
23	23. Me muestro indiferente.	X		X		X		X		
24	34. Me alejo de él.	X		X		X		X		
Automodificación										
25	1. Analizo las razones de cada uno.	X		X		X		X		
26	10. Procuo ser prudente.	X		X		X		X		
27	11. No discuto nada inmediatamente.	X		X		X		X		
28	17. Trato de mantenerme calmada.	X		X		X		X		
29	32. Hago cosas que molestan a mi pareja.	X		X			X	X		Podría decir "Hago cosas que molestan a mi esposo"
Acomodación										
30	5. Termino cediendo sin importar quién se equivocó.	X		X		X		X		
31	13. Acepto que quien está mal soy yo.	X		X		X		X		
32	21. Cedo en algunas ocasiones.	X		X		X		X		
33	27. Acepto que yo tuve la culpa.	X		X		X		X		
34	31. Hago lo que mi pareja quiere.	X		X			X	X		Podria decir "Hago lo que mi esposo quiere"
<p>1 Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem.</p> <p>2 Congruencia: El ítem tiene relación con el constructo</p> <p>3 Contexto: Existe en el ítem alguna palabra que no es usual en nuestro contexto</p> <p>4 Dominio del constructo: El ítem evalúa el componente o dimensión específica del constructo (bloques).</p>										

Firma: 
Mg. Joel D. Hernández C.

INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO

(JUICIO DE EXPERTOS)

Instrucciones

El presente instrumento tiene como finalidad determinar las estrategias de manejo de conflictos en mujeres que se encuentran casadas.

La evaluación requiere de la lectura detallada y completa de cada uno de los ítems propuestos a fin de cotejarlos de manera cuantitativa con los criterios propuestos relativos a estrategias de: reflexión y comunicación, afecto, tiempo, evitación, automodificación y acomodación en el momento de manejar un conflicto de índole conyugal.

Juez N°: Heg. Juan Carlos García Fecha actual: _____

Nombres y Apellidos del Juez: Juan Carlos García Díaz

Institución donde labora: Iglesia Adventista del Séptimo Día

Años de experiencia profesional o científica: 11 Años

CRITERIOS GENERALES PARA VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

DICTAMINADO POR EL JUEZ

1) ¿Está de acuerdo con las características, forma de aplicación (instrucciones para el examinado) y estructura del instrumento?

SI (X)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

2) A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?

SI (✓)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

3) ¿Existe dificultad para entender las preguntas del instrumento?

SI ()

NO (✓)

Observaciones y/o sugerencias:

4) ¿Existen palabras difíciles de entender en los ítems o reactivos del instrumento?

SI ()

NO (x)

Observaciones y/o sugerencias:

Observo que la encuesta está dirigida a mujeres, por la naturaleza de la pregunta, sin embargo si es abierto a ambos géneros, debería incluirlos. Ej. N° 20. "Soy cariñosa (o)".
N° 16. "LO Acorázio" (Ld).

5) ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?

SI (x)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:


6) Los ítems del instrumento ¿tienen correspondencia con la dimensión al que pertenece en el constructo?

SI (x)

NO ()

Observaciones y/o sugerencias:

Firma



Q.C. 19002.157

INSTRUMENTO PARA FINES ESPECIFICOS DE LA VALIDACION DE CONTENIDO (JUICIO DEL EXPERTO)

N°	Bloques e Ítems	Claridad		Congruencia		Contexto		Dominio del constructo		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
Reflexión y comunicación										
1	3. Hablo con mi pareja	X		X		X		X		
2	6. Acepto mis errores	X		X		X		X		
3	12. Le pido que entre los dos lleguemos a una solución	X		X		X		X		
4	18. Reflexiono sobre los motivos de cada uno.	X		X		X		X		
5	19 Le doy una explicación de lo que sucedió	X		X		X		X		
6	22 Hablo las cosas abiertamente.	X		X		X		X		
7	26. Discuto el problema hasta llegar a una solución.	X		X		X		X		
8	33. Busco las causas de las discusiones.	X		X		X		X		
Afecto										
9	2. Me muestro amorosa.	X		X		X		X		
10	9. Utilizo palabras cariñosas.	X		X		X		X		
11	16. Lo acaricio.	X		X		X		X		
12	20. Soy cariñoso.	X		X		X		X		
13	29. Le hago sentir que lo amo.	X		X		X		X		
Tiempo										
14	7. Espero a que las cosas se calmen.	X		X		X		X		
15	15. Trato de darle tiempo.	X		X		X		X		
16	24. Soy paciente.	X		X		X		X		
17	25. Le pido que me dé tiempo.	X		X		X		X		
18	28. Dejo pasar un tiempo.	X		X		X		X		
19	30. Espero el momento oportuno para hablar.	X		X		X		X		
Evitación										
20	4. Cambio de tema.	X		X		X		X		
21	8. Me alejo.	X		X		X		X		
22	14. No le hablo.	X		X		X		X		
23	23. Me muestro indiferente.	X		X		X		X		
24	34. Me alejo de él.	X		X		X		X		
Automodificación										
25	1. Analizo las razones de cada uno.	X		X		X		X		
26	10. Procuo ser prudente.	X		X		X		X		
27	11. No discuto nada inmediatamente.	X		X		X		X		
28	17. Trato de mantenerme calmada.	X		X		X		X		
29	32. Hago cosas que molestan a mi pareja.	X		X		X		X		
Acomodación										
30	5. Termino cediendo sin importar quién se equivocó.	X		X		X		X		
31	13. Acepto que quien está mal soy yo.	X		X		X		X		
32	21. Cedo en algunas ocasiones	X		X		X		X		
33	27. Acepto que yo tuve la culpa.	X		X		X		X		
34	31. Hago lo que mi pareja quiere.	X		X		X		X		
<p>1 Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem.</p> <p>2 Congruencia: El ítem tiene relación con el constructo</p> <p>3 Contexto: Existe en el ítem alguna palabra que no es usual en nuestro contexto</p> <p>4 Dominio del constructo: El ítem evalúa el componente o dimensión específica del constructo (bloques)</p>										

Firma


C.C. 19002.157.