

## Inteligencia Emocional en Estudiantes Universitarios de Licenciatura en Idiomas Próximos a Egresar

**Karla Adriana Pérez Gaspar<sup>1</sup>**

[karla.adriana.perezgaspar@gmail.com](mailto:karla.adriana.perezgaspar@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0003-3405-9123>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco  
Villahermosa – México

**Mtro. Eleazar Morales Vázquez**

[eleazarmove@gmail.com](mailto:eleazarmove@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0003-1596-5043>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco  
Villahermosa – México

**M.T.E. Rubén Zapata Díaz**

[ruben.zapata@ujat.mx](mailto:ruben.zapata@ujat.mx)

<https://orcid.org/0000-0002-5891-787X>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco  
Villahermosa – México

### RESUMEN

El estudio de la Inteligencia Emocional (IE) ha planteado que esta es fundamental para favorecer y facilitar la consecución de las metas de los seres humanos en todos los ámbitos de sus vidas. Especialmente, se ha demostrado que esta competencia puede influir de forma significativa en el desempeño académico de los estudiantes. Por esta razón, en este artículo se presentan los resultados de un estudio realizado con estudiantes de la Licenciatura en Idiomas de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, en el que se aplicó un instrumento para medir la IE. Este se complementó con un cuestionamientos sobre sus percepciones acerca de su estado emocional durante la carrera y el impacto en su rendimiento académico.

**Palabras clave:** desempeño académico; coeficiente emocional; salud mental

---

<sup>1</sup> Autor principal

Correspondencia: [karla.adriana.perezgaspar@gmail.com](mailto:karla.adriana.perezgaspar@gmail.com)

# **Emotional Intelligence in University Students with a Bachelor's Degree in languages Close to Graduating**

## **ABSTRACT**

The study of Emotional Intelligence (EI) has suggested that it is essential to promote and facilitate the achievement of the goals of human beings in all areas of their lives. Especially, it has been shown that this competence can significantly influence the academic performance of students. For this reason, this article presents the results of a study carried out with students of the Bachelor's Degree in Languages at the Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, in which an instrument was applied to measure EI. This was complemented with questions about their perceptions of their emotional state during their studies and the impact on their academic performance.

**Keywords:** academic performance; emotional quotient; mental health

*Artículo recibido 15 noviembre 2023*

*Aceptado para publicación: 20 diciembre 2023*

## INTRODUCCIÓN

Uno de los campos que ha generado mayor interés en los últimos tiempos es el de los factores afectivos y su impacto en los procesos cognitivos del ser humano. Uno de los aspectos investigados ha sido la Inteligencia Emocional (IE) y su papel durante el desarrollo integral de un estudiante e incluso del profesionalista ya insertado en el mundo laboral.

De forma general, las investigaciones acerca del tema han planteado que la IE es fundamental como una competencia en las personas que favorecerá y facilitará la consecución de sus metas en todos los ámbitos de la vida humana, ya que la IE contempla una interacción adecuada entre cognición y emoción. Esta mancuerna permite que los individuos logren adaptarse a su medio y, por ende, lograr el éxito (Salovey y Grewal, 2005). En otras palabras, la gestión adecuada de los aspectos emocionales propicia un desenvolvimiento óptimo en el mundo.

Esta idea radica en la naturaleza teórica de la que parten los modelos sobre IE. Por un lado, el modelo de Mayer y Salovey (1997) considera que la IE comprende habilidades de procesamiento de información emocional básicas. Por otro lado, los modelos mixtos como el de Goleman (1995) plantean la IE como rasgos de personalidad y competencias específicas que pueden influir en las vidas de las personas.

En el caso de Salovey y Mayer (1990), los autores iniciaron el estudio del papel de las habilidades emocionales en el aprendizaje a partir de los hallazgos anteriores de Gardner (1983), mismos que fueron publicados en su trabajo *Estructuras de la mente*, en el que el autor defiende su postura de que la inteligencia no es como tal una sola, sino un conjunto de fenómenos cognitivos específicos. Así, Salovey y Mayer (1990) plantean el término que hoy conocemos como IE en la literatura académica. En 1997, Mayer y Salovey definieron la IE de la siguiente forma:

La inteligencia emocional implica la habilidad de percibir, valorar y expresar emociones con precisión; la habilidad de acceder y generar sentimientos para facilitar el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y conocimiento emocional; la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento intelectual y emocional. (p. 4)

Si bien la denominación del término como se usa en la actualidad corresponde a Salovey y Mayer (1990), no fue sino hasta el estudio de Goleman (1995) que se difundió profusamente el concepto a través de su trabajo que iba dirigido al mundo empresarial con el fin de cambiar las creencias comunes sobre el coeficiente intelectual como el factor clave para éxito humano, arguyendo que hay aspectos mucho más significativos.

De este modo, la IE pasó a entenderse en las investigaciones como una metahabilidad que se categoriza en cinco competencias: 1) conocimiento de las emociones propias; 2) capacidad para controlar las emociones; 3) capacidad de motivarse a sí mismo; 4) reconocimiento de las emociones ajenas y; 5) control de las relaciones (Trujillo y Rivas, 2005).

Pero ¿qué ha impulsado las investigaciones sobre la IE como un factor clave para la educación? Anteriormente, para predecir el éxito académico se tomaban en cuenta factores como la memoria, la habilidad analítica, el razonamiento abstracto, la habilidad espacial, la aptitud verbal, el factor numérico, entre otros (Fernández, 2013). Este conjunto de aspectos se consideraba como la inteligencia académica y la que tenía más impacto en el éxito integral, idea que precisamente fue refutada por Goleman (1995).

De este modo, dado que los estudios que utilizaban test para medir el éxito académico y que únicamente tomaban en cuenta los aspectos recién mencionados no solían arrojar resultados concluyentes, paulatinamente, se empezó a indagar en otros aspectos relevantes para el ser humano, siendo uno de estos el factor emocional. Desde entonces, múltiples estudios han abordado la importancia de la salud mental en la educación, en donde se plantea que una condición libre de estrés académico y con suficiente apoyo social es indispensable para procurar el rendimiento académico óptimo de un estudiante.

Un ejemplo de ello es el trabajo de Feldman et al. (2008), cuyos resultados indican que las condiciones favorables de salud mental son inherentes a un estrés académico bajo y un alto apoyo social, ya sea de familiares o amigos cercanos. De este modo, dado que los estudiantes suelen enfrentar una gran cantidad de desafíos, exigencias y retos, necesitan de recursos físicos y psicológicos variados para sobrellevarlos. Y es precisamente en este punto donde la IE tiene cabida.

De acuerdo con Ahumada (2011), niveles altos de IE se relacionan con bienestar emocional y salud mental, mientras que, por lo contrario, niveles bajos de IE están relacionados con problemas

emocionales, mayor ansiedad, depresión, estrés, problemas de personalidad y tendencia a conductas adictivas. En este sentido, si se asume la IE como una competencia que el estudiante puede desarrollar, se estaría planteando que esta puede entrenarse y por ende enseñarse como una forma de potencializar las capacidades académicas, así como las sociales, profesionales, entre otras.

Estudios como los de Fernández-Berrocal y Extremera (2002); Extremera y Fernández-Berrocal (2003) han argumentado que el conjunto de habilidades relacionadas con el procesamiento emocional que conforman lo que se conoce como IE es determinante dentro y fuera del contexto escolar.

Otros estudios como el de Anadón (2006) y más recientemente el de Páez y Castaño (2017) enfatizan que la Inteligencia Emocional está estrechamente vinculada con el rendimiento académico y el aprendizaje.

En añadidura, Extremera y Fernández-Berrocal (2004) resumen cuatro áreas fundamentales en las que la ausencia de IE ocasiona problemas en los estudiantes:

1. Bajos niveles de bienestar y ajuste psicológico.
2. Menor cantidad y calidad de las relaciones interpersonales.
3. Bajo rendimiento académico.
4. Conductas disruptivas y consumo de sustancias adictivas.

Trabajos como el de Rodríguez y Quiñones (2012) plantean que para cubrir las necesidades de ayuda emocional que tienen los estudiantes, los servicios de consejería y atención de salud mental pueden ser una opción para contribuir al mejoramiento del estado mental de los alumnos.

Sin embargo, es necesario señalar que un estado de agotamiento emocional crónico en los estudiantes debido a un afrontamiento poco eficiente de los eventos adversos en su vida académica y de fallos en su regulación de expresión emocional, puede llevar a un *burnout* académico, para lo que no siempre son efectivas las estrategias de regulación emocional (Domínguez-Lara, 2016).

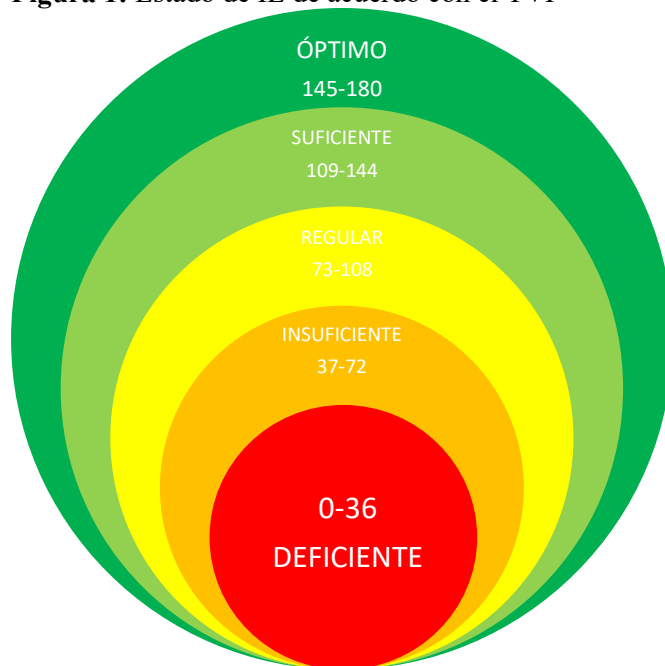
Por ello, no sólo es importante implementar programas educativos que pretendan desarrollar la IE o las competencias emocionales, sino que también es preciso evaluar estas intervenciones, tanto para contar con datos empíricos acerca de su mayor o menor grado de validez como para detectar aquellos aspectos de tales intervenciones que sean susceptibles de mejora (Pérez-González, 2008).

Por esta razón, en este artículo se presentan los resultados de un estudio realizado con estudiantes de la Licenciatura en Idiomas de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, en el que se aplicó un instrumento para medir la IE. Este se complementó con un cuestionamientos sobre sus percepciones acerca de su estado emocional durante la carrera y el impacto en su rendimiento académico.

## METODOLOGÍA

El enfoque de esta investigación fue mixto, ya que se empleó un cuestionario con escala Likert para medir aspectos relacionados con la IE. Este consistió en una serie de 45 preguntas sobre el conocimiento de las emociones y la gestión de estas en diferentes situaciones. Las opciones de la escala fueron: Nunca, Casi nunca, Algunas veces, Casi siempre y Siempre, cuyos valores numéricos asignados fueron 0, 1, 2, 3 y 4 respectivamente. Así, el Total de Valores Positivos (TVP) fue equivalente a un puntaje de IE, el cual fue de utilidad para contrastar los resultados entre los participantes, considerando que el TVP máximo que se podía obtener por individuo era de 180. Tomando esto en consideración, se estableció la siguiente jerarquía para determinar el estado general de IE de los estudiantes:

**Figura 1:** Estado de IE de acuerdo con el TVP



Nota. Elaboración propia

Posteriormente, se incluyó en el instrumento una serie de preguntas abiertas con el objetivo de recolectar información sobre la perspectiva de los estudiantes respecto a su IE y a su desempeño durante la carrera.

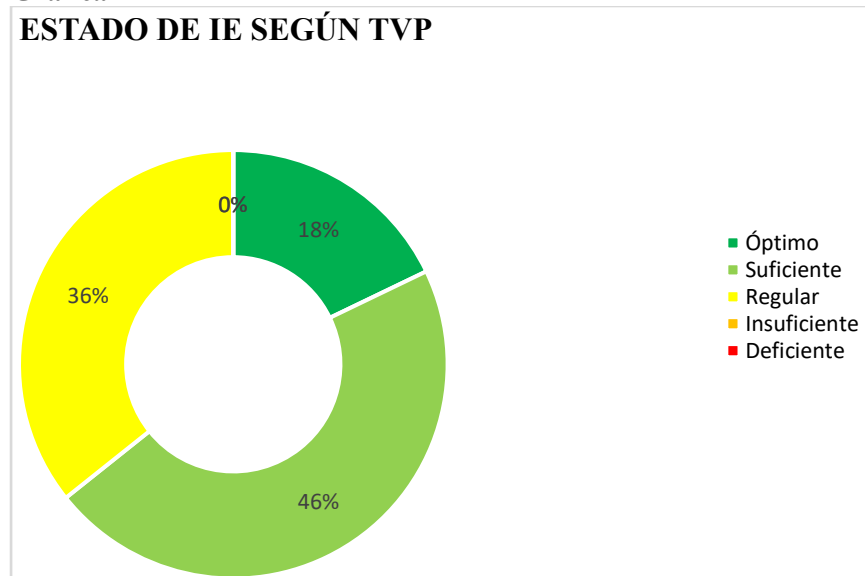
De acuerdo con Sampieri et al. (2010), el cuestionario permite recolectar datos mediante un conjunto de preguntas sobre una o más variables, por lo que se consideró práctico para este estudio.

Al determinar la población, se tomó en cuenta la definición de Monje (2011), en la que se indica que se trata de un grupo de elementos que comparten una característica o condición común que se investiga. Así, esta consistió en estudiantes de la Licenciatura en Idiomas de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. Debido a las características mixtas del estudio, se optó por seleccionar una muestra, basado en la percepción de Sabino (1996), quien indica que la selección de una muestra se realiza con el objetivo de obtener resultados similares a aquellos que se obtendrían al investigar a la población completa. Los criterios para seleccionarla fueron los siguientes: estudiantes de la Licenciatura en Idiomas que se encontraran cursando el 8° semestre, el cual es el último considerado en el flujo ideal del Plan de Estudios de la carrera. En total, se obtuvo la participación de 28 estudiantes con una media de edad de 23 años.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En primer lugar, se muestra en la Gráfica 1 el recuento en porcentajes de alumnos que clasificaron dentro de las diferentes categorías respecto a la jerarquía de estado de IE.

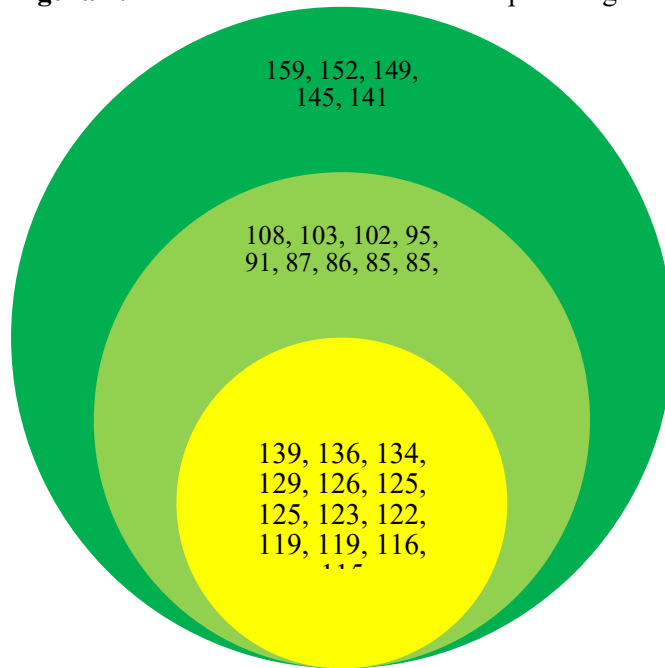
**Gráfica 1**



Nota. Elaboración propia

Como se puede notar, no hubo participantes que clasificaran dentro de las categorías Insuficiente ni Deficiente. En la Figura 2 se puede apreciar mejor la distribución de puntajes obtenidos del total de participantes clasificados por categoría de IE.

**Figura 2:** Distribución de TVP obtenidos por categoría de IE



Nota. Elaboración propia

De esta manera, los resultados indican que, si bien la mayoría de los estudiantes cuenta con un estado Regular de IE, hubo una cantidad considerable de participantes que se clasificaron dentro de las categorías Suficiente y Óptimo. Además, cabe destacar que no hubo resultados que indiquen un estado de alerta para los participantes, como sería el caso de las categorías Insuficiente y Deficiente.

No obstante lo anterior, al indagar más en el estado de IE de cada participante mediante las preguntas abiertas, se pudo detectar que todos los participantes consideran que no han tenido una adecuada IE a lo largo de la carrera, puesto que han tenido dificultades emocionales, principalmente situaciones de estrés excesivo y ansiedad, que no han sabido manejar en el ámbito académico y que han repercutido negativamente en su desempeño en clases.

La mayoría de los estudiantes expresó que la IE debería ser un tema abordado dentro del plan de estudios de su carrera, ya que es necesario conocerse a uno mismo para poder dar lo mejor en la vida diaria, tomar decisiones de forma adecuada y mejorar el estado de salud mental en general.

Al respecto, los alumnos indicaron que la instrucción sobre IE debería implementarse de manera funcional y real mediante talleres o capacitaciones, especialmente en el primer semestre de la carrera para que se analice el estado emocional de los alumnos y se les pueda apoyar en su progreso curricular, así como sugieren Rodríguez y Quiñones (2012).



Algunos estudiantes indicaron que la IE es esencial, dado que si no saben cómo manejar las emociones no sabrán tampoco cómo enfrentar los desafíos de la carrera de forma óptima, así como no podrían centrarse en estudiar y obtener mejores resultados, lo que concuerda con el planteamiento de Salovey y Grewal (2005) sobre la importancia de la IE para adaptarse al medio y desenvolverse para lograr el éxito.

Si bien la mayoría consideró que la formación respecto a la IE es necesaria en la carrera, una mínima parte de los participantes expresó que no lo considera necesario porque "no tiene nada que ver con la carrera" y porque "ya hay demasiadas materias de relleno", lo que indica el desconocimiento sobre la importancia de la IE, incluso más que el coeficiente intelectual.

Sin embargo, algunos estudiantes comentaron que la estabilidad emocional es vital para el desarrollo de las cuatro habilidades de los idiomas, así como para desenvolverse adecuadamente en las relaciones interpersonales, lo cual es fundamental para la licenciatura. Además, cabe mencionar que diversos estudios como los de Díaz et al. (2017), Méndez (2016) y Madrigal y Vargas (2014) señalan que la influencia de las emociones en el campo formativo de idiomas es alta, debido a que el estudiante debe encontrarse todo el tiempo en interacciones sociales, cuyo éxito depende en gran medida de las habilidades emocionales.

De este modo, aunque en los resultados cuantitativos la mayoría mostró un buen estado de IE, la información recabada cualitativamente permite sugerir que los alumnos no son capaces de aplicar la IE en el ámbito académico, por lo que resulta necesaria la formación académica realista que sea práctica durante el trayecto curricular.

## **CONCLUSIONES**

Los resultados del presente estudio permiten concluir que, aunque la mayoría de los participantes encuestados que se encuentran próximos a egresar mostraron niveles aceptables de IE, en el ámbito académico no han sido capaces de aplicar sus habilidades emocionales, lo cual ha repercutido negativamente a lo largo de su carrera. Asimismo, se pudo determinar que los estudiantes sí tienen claro que una adecuada IE es indispensable para encontrarse en un estado de salud mental adecuado que les permita enfrentarse a los retos de la etapa universitaria, debido a lo estresante y demandante que puede llegar a ser.

Por otro lado, el estudio permitió determinar que los alumnos de la Licenciatura en Idiomas consideran oportuno que durante la formación académica se brinde educación emocional, ya sea mediante orientaciones, talleres, charlas informativas o inclusive una asignaturas especializadas para el desarrollo de la IE y su aplicación en el ámbito académico. Esto permitiría que la educación integral de los estudiantes también contemplara los aspectos afectivos, y no solamente los cognitivos, como se ha implementado a lo largo de los años en la educación tradicional y que no ha logrado resultados óptimos en el desempeño y aprendizaje de los individuos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahumada, F. (2011). LA RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SALUD MENTAL. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Anadón Revuelta, O. (2006). Inteligencia emocional percibida y optimismo disposicional en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 9(1), 1-13.
- Díaz, N., Quiroga, E., Buadas, C. y Lobo, P., (2017). Construcción del autoconcepto en alumnos universitarios de ESP, *Revista de Lenguas Modernas*, (19), 259-270.
- Domínguez-Lara, S. A. (2016). Agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios: ¿cuánto influyen las estrategias cognitivas de regulación emocional? *Educación Médica*, 19(2), 96-103.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, 332.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6(2). Consultado el día de mes de año en: <http://redie.uabc.mx/vol6no2/contenido-extremera.html>
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N. y De Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitas Psychologica*, 7(3), 739-751.

- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29, 1- 6.
- Fernández Rodríguez, M. (2013). La inteligencia emocional. *Revista de Claseshistoria*, (377).
- Gardner, H. (1983). *Estructuras de la Mente. La teoría de Las Inteligencias Múltiples*. New York: Basic Books, Harper Collins Publisher Inc.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Madrigal Villegas, V. y Vargas Barquero, V. (2014). Implementación de estrategias de la comunicación no violenta y la educación emocional en el aprendizaje de un segundo idioma. *Revista de Lenguas Modernas*, (20), 323-334.
- Mayer, J. D., y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). Nueva York: Basic Books.
- Méndez López, M. G. (2016). Las emociones en el aprendizaje de una lengua extranjera: su impacto en la motivación. *Revista Internacional de Lenguas Extranjeras*, (5), 27-46.  
<http://doi.org/10.17345/rile201627-46>
- Monje Álvarez, C. A. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica*, (217). Universidad Surcolombiana.
- Páez Cala, M. L. y Castaño Castrillón, J. J. (2017). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32(2), 268-285.  
<http://dx.doi.org/10.14482/psdc.32.2.5798>
- Pérez-González, J. C. (2008). Propuesta para la evaluación de programas de educación socioemocional. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(15), 523-546.
- Rodríguez, Y. R. y Quiñones Berrios, A. Q. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5(1), 7-17.
- Sabino, C. A. (1996). *El proceso de investigación*. Editorial LUMEN HVMANITAS.
- Salovey, P. y Grewal, D. (2005). The Science of emotional intelligence. *Currents Directions in Psychological Science*, 14, 281-285.

- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence: Imagination, Cognition and Personality (pp. 185-211). New York: Basic Books.
- Sampieri, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación Científica (5ª ed.). Editorial Mc Graw Hill.
- Trujillo Flores, M. M. y Rivas Tovar, L. A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. INNOVAR, Revista de ciencias administrativas y sociales, 9-24.