

Educación emocional y habilidades sociales

Núria Pérez Escoda

Universidad de Barcelona

Gemma Filella Guiu

Anna Soldevila Benet

Universidad de Lleida

Resumen

Se presenta el análisis de las relaciones existentes entre la competencia emocional y la competencia social en estudiantes universitarios de Educación Social, Magisterio (Educación Infantil y Educación Primaria), Pedagogía y/o Psicopedagogía de las Universidades de Barcelona, de la Universidad de Lleida y de la Universidad del País Vasco en los cursos 2007-08 y 2008-09. Para ello se ha utilizado el Cuestionario de Desarrollo Emocional para Adultos (QDE-A) y la Escala de Habilidades Sociales (EHS). La muestra está formada por 597 estudiantes, 86,4% mujeres y 13,6 hombres de 22 años de media de edad. La técnica de análisis de datos utilizada ha sido la correlación de Pearson entre las puntuaciones de ambos cuestionarios. Los resultados indican que la correlación que presentamos nos ayuda a comprobar la validez de constructo convergente. QDE-A corrobora la correlación entre competencia emocional y competencia social.

Palabras clave

Educación Emocional, Habilidades Sociales, Competencias.

Emotional Education and Social Skills

Abstract

This paper presents an analysis of the links that can be established between emotional competence and social competence in undergraduates of Social Education, Teacher Training (Primary Education and Early Childhood), Pedagogy and Psychopedagogy of the University of Barcelona, the University of Lleida and the University of the Basque Country of the academic years 2007-08, 2008-09. For the purposes of this research the Survey on Adult Emotional Development (QDE-A) and the Social Skills Ladder (EHS) have been used. Data has been obtained

from 597 students, of which 86.4% are women and 13.6% are men, 22 years old being the average age. Pearson's correlation between the results of the two surveys has been used as the analysis technique. The results show that the correspondence we are presenting here helps to validate the convergent construct. QDE-A confirms the correspondence between emotional and social competences.

Keywords

Emotional Education, Social Skills, Competences.

Introducción

El marco teórico que relaciona las competencias emocionales y las habilidades sociales es muy extenso. De todas formas ampliar las investigaciones en este sentido siempre aporta riqueza, por este motivo presentamos un estudio de la relación que existe entre competencias emocionales y habilidades sociales que nos ayuda a validar el Cuestionario de Desarrollo emocional (QDE-A) de Pérez Escoda, Bisquerra, Filella, Soldevila, 2009 (pendiente de publicación en REOP).

En primer lugar y tras una lectura de la literatura científica sobre habilidades sociales se observa que cabe diferenciar entre competencia social y habilidades sociales o interpersonales. Monjas (1994) aclara la diferencia describiendo la competencia como una generalización evaluativa y la habilidad como una conducta específica que puede aprenderse básicamente, a través del autoreforzamiento o del reforzamiento social. Así, la competencia social incluye capacidades que pueden clasificarse en competencia socioafectiva, sociocognitiva y conducta social (Trianes, 1996). Las habilidades sociales hacen referencia a este último aspecto.

No existe un consenso unánime en la comunidad científica sobre cuál es la mejor medida disponible y el mejor procedimiento para analizar las habilidades emocionales de un individuo (Extremera y Fernández-Berrocal, 2007).

De ahí que actualmente se esté investigando en el diseño de distintos métodos, instrumentos, pruebas, tests, etc. para medir y evaluar las competencias socioemocionales que parten de distintos modelos teóricos. Entre los científicos uno de los debates más polémicos es si la inteligencia emocional es un rasgo o es una habilidad. Centrándose básicamente en la medida de la conciencia emocional y la regulación emocional.

Para ello se han revisado distintos instrumentos de IE. La gran mayoría se basan en autoinformes, por ejemplo, el Trait Meta-Mood Scale (TMMS) de Peter Salovey; el Spanish Modified Version of the Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) de Pablo Fernández-Berrocal; el Schutte Self Repairot Inventory (SSRI) de Nicola Schutte; el Modified Schutte EI Escala (EIS) de Elisabeth Austin y; el Wong and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS) de Chi-Sum Wong, que medían la percepción de la persona sobre sus propias capacidades emocionales intra e interpersonales.

También existen instrumentos que utilizan métodos 360°, por ejemplo, el Workgroup Intelligence Profile (WEIP) de Petern Jordan; el Sweinburne University Emotional Intelligence Test (Workplace SUEIT) de Ben Palmer; el Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i) de Reuven Bar-ON; el Emotional Competence Inventory (ECI) de Reuven Bar-ON y; el Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) de Petrides, es decir, informes de observadores externos sobre las habilidades emocionales del sujeto.

Finalmente otros autores consideran necesaria la inclusión de tareas de ejecución emocional que revelen la habilidad potencial del individuo para poner en práctica su conocimiento afectivo y las estrategias y destrezas emocionales más eficaces por ejemplo, el Multifactor Emotional Intelligence Scale (MEIS) de Jonh Mayer y el Mayer, Salovey, Caruso

y; el Emotional Intelligence test (MSCEIT) de Mayer, Salovey y Caruso.

La evidencia científica relaciona los constructos de Inteligencia emocional (IE) y Habilidades sociales (HS), y se está en condiciones de afirmar que existe un consenso en que ambas competencias correlacionan positivamente tanto en adolescentes como en adultos aportando una mayor calidad en las relaciones sociales (Barchard y Hakstian, 2004, Extremera y Fernández-Berrocal, 20004, Gil-Olarte, Palomera y Brackett, 2006, Lopes, Salovey y Straus, 2003, Lopes, Brackett, Nezlek, Shutz, Sellin y Salovey, 2004, Mestre, Guil, Lopes y Salovey, 2006, Zavala, Valadez, Vargas, 2008, entre otros.). Es evidente que reconocer mejor las emociones de los demás, es decir, la empatía, la sensibilidad interpersonal propicia una relación más amistosa y menos agresiva.

Fernández González y Barraca (2005) afirman: "resulta muy interesante comprobar cómo al claridad respecto a las emociones es el aspecto más correlacionado con factores de adaptación y que, en particular, aparece como el mejor predictor de no sufrir depresión, tener una buenas relaciones, confianza en uno mismo y un buen a juste clínico. Estos resultado suponen el aval más claro a la relación entre adaptación e IE", refiriéndose a estudiantes de Bachillerato, también Gilar, Miñano, Castejón, (2008), llegan a al misma conclusión con estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria.

Cuadro 1. Dimensiones de la competencia emocional.

	DIMENSIÓN	DESCRIPCIÓN
COMPETENCIA EMOCIONAL	Conciencia emocional	Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado.
	Regulación emocional	Capacidad para utilizar las emociones de forma adecuada. Supone el tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de "enfrentamiento", capacidad para autogenerarse emociones positivas.
	Autonomía emocional	La autonomía emocional incluye un conjunto de características relacionadas con la autogestión emocional, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva en la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia personal.
	Competencias sociales	Las competencias sociales se refieren a la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales básicas, comunicación efectiva, respeto, actitudes pro-sociales, asertividad, etc.
	Competencias para la vida y el bienestar	Capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para la solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales, orientados hacia la mejora del bienestar de vida personal y social.

A partir del análisis de los instrumentos de evaluación de la Inteligencia Emocional y observar que incluyen en menor medida la competencia socioemocional se ha apostado por elaborar y validar un Cuestionario de Desarrollo Emocional para Adultos (QDE-A) que contiene las cinco dimensiones de la Educación Emocional defendidas desde el Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica (GROP). Las competencias que recoge el QDE-A son: Conciencia emocional, Regulación emocional, Autonomía emocional, Competencia social y Competencias para la vida y el bienestar, tal como resume el siguiente cuadro (Bisquerra y Pérez, 2007).

Método

Participantes

La muestra está formada por 597 estudiantes, 86,4% mujeres y 13,6 hombres de 22 años de media de edad (desv. Típ.: 3,6) de las titulaciones de Educación Social, Magisterio (Educación Infantil y Educación Primaria), Pedagogía y/o Psicopedagogía de las Universidades de Barcelona, de la Universidad de Lleida y de la Universidad del País Vasco en los cursos 2007-08 y 2008-09.

Instrumentos

1. *El Cuestionario de desarrollo emocional de adultos (QDE-A)* (Pérez-Escoda, Bisquerra, Filella, y Soldevila, 2009).

Consta de 48 ítems distribuidos en cinco dimensiones: conciencia emocional (7 elementos), regulación emocional (13), inteligencia interpersonal (12 elementos), autonomía personal (7 elementos),

y competencias para la vida y el bienestar (9 elementos). Una vez elaborada la prueba definitiva, se procedió a su informatización para que pudiese ser respondida “on-line” y aplicada de forma extensa para que permitiera la realización de un estudio consistente de las características técnicas del instrumento.

2. *La escala de habilidades sociales (EHS)* (Gismero, 2000).

Evalúa la aserción y las habilidades sociales en adolescentes y adultos. Este cuestionario compuesto por 33 elementos explora la conducta habitual del sujeto en situaciones concretas y valora hasta qué punto las habilidades sociales modulan a esas actitudes. El cuestionario mide 6 factores: Factor 1: autoexpresión en situaciones sociales; Factor 2: defensa de los propios derechos como consumidor; Factor 3: expresión de enfado o disconformidad; Factor 4: decir no y cortar interacciones; Factor 5: hacer peticiones y Factor 6: iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Resultados

Existe una correlación significativa (**p < 0,01) entre cada una de las cinco dimensiones de la competencia emocional medida a partir del QDE-A y el total de las competencias sociales medidas a partir del EHS.

Destaca la correlación (r=0,617), entre la *dimensión competencia social del QDE-A* y el total del EHS.

Al analizar las correlaciones de la *dimensión competencia social del QDE-A* con cada uno de los factores evaluados con el EHS, observamos que to-

Tabla 1. Estadísticos descriptivos.

	N	Media	Desv. Típ.
TOTAL QDEA	6,2337	,99621	706
CONCIENCIA	6,9067	1,16484	706
REGULACIÓN	5,4541	1,23713	706
COMPETENCIA SOCIAL	6,2875	1,23159	706
AUTONOMÍA EMOCIONAL	5,7355	1,37985	706
HABILIDADES DE VIDA	7,1637	1,15864	706
PD-I	22,88	4,439	616
PD-II	13,78	2,757	618
PD-III	11,80	2,549	620
PD-IV	16,51	3,527	619
PD-V	14,16	2,723	616
PD-VI	12,94	2,975	618
PD-Global	92,09	13,179	597

das son significativas, y especialmente altas las establecidas con:

- El *factor I* ($r=0,637$) que identifica la autoexpresión en situaciones sociales, la capacidad de expresarse de forma espontánea y sin ansiedad, en distintos tipos de situaciones sociales.
- El *factor VI* ($r=0,460$) relacionado con la habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto y de poder hacer espontáneamente un cumplido, un halago, hablar con alguien que resulta atractivo.

La dimensión competencia social del QDE-A es la que tiene un nivel de correlación mayor con la puntuación total del EHS, en consecuencia podemos decir que dicha dimensión del QDE-A evalúa correctamente la aserción y las habilidades sociales en adolescentes y adultos.

Por otro lado también observamos que todas las dimensiones del QDE-A correlacionan con las habilidades sociales medidas en el EHS, especialmente la dimensión autonomía emocional y competencias de vida y bienestar.

Conclusiones

Los resultados obtenidos partir del análisis estadístico corrobora el marco teórico sobre el tema, es de-

cir, la persona competente a nivel emocional también lo es a nivel social.

La correlación que presentamos nos ayuda a comprobar la validez de constructo convergente el QDE-A del bloque de competencia social.

No hay diferencias significativas cuando nos referimos a la variable sexo, y en este sentido estaríamos corroborando otras investigaciones como las de Vorbach y Foster (2003) y Zavala (2008:334) cuando afirman: "es comprensible que las puntuaciones de hombres y mujeres que se encuentran en los niveles superiores de IE tiendan a aproximarse".

Hay que tener en cuenta que ambos constructos fueron evaluados con instrumentos de autoinforme por lo que es difícil evitar sesgos de deseabilidad social de los participantes, de autopercepción, creencias entre otros. Resultaría interesante complementar estos instrumentos con otros en los que se tuviera en cuenta la opinión de los padres, amigos, etc., incluso con instrumentos de habilidades emocionales como el MESCEIT de Salovey, Mayer y Caruso.

En resumen nuestro trabajo consolida los resultados obtenidos en otros trabajos empíricos con muestras diferentes.

Tabla 2. : correlación de Pearson.

		TOTALQDE APROMITJA T	CONCIÈNCIA APROMITJA T	REGULACI ÓPROMITJ AT	RELINTERP ERSPROMI TJAT	AUTONOMI APROMITJA T	HABVIDAPR OMITJAT
PD-I	Correlación de Pearson	,576(**)	,382(**)	,352(**)	,637(**)	,489(**)	,455(**)
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	616	616	616	616	616	616
PD-II	Correlación de Pearson	,306(**)	,163(**)	,205(**)	,326(**)	,318(**)	,209(**)
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	618	618	618	618	618	618
PD-III	Correlación de Pearson	,283(**)	,209(**)	,136(**)	,325(**)	,250(**)	,239(**)
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,001	,000	,000	,000
	N	620	620	620	620	620	620
PD-IV	Correlación de Pearson	,427(**)	,257(**)	,355(**)	,369(**)	,397(**)	,316(**)
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	619	619	619	619	619	619
PD-V	Correlación de Pearson	,271(**)	,173(**)	,190(**)	,268(**)	,256(**)	,198(**)
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	616	616	616	616	616	616
PD-VI	Correlación de Pearson	,449(**)	,314(**)	,274(**)	,460(**)	,387(**)	,387(**)
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	618	618	618	618	618	618
PD-Global	Correlación de Pearson	,590(**)	,379(**)	,387(**)	,617(**)	,530(**)	,467(**)
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	597	597	597	597	597	597

Referencias

- Austin, ElJ., Saklofscke, D.HI y McKenny, D. (2004). Measurement of emotional intelligence- testing and cross-validating a modified version of Schutte et al's (1998). *Personality and Individual Differences*, 36, 555-562.
- Barchard, K. A. y Hakstian, A. (2004). The nature and measurement of emotional Intelligence abilities: Basic dimensions and their relations with other cognitive ability and personality variables. *Educational and Psychological Measurement*, 64, (3), 437-462.
- Bar-On, R. (1997). Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-I): Technical manual. Toronto, Canadá: Multi-Health Systems.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXL*. 10. 61-82.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clínica y Salud*, 15 (2), 117-137.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2007). Una guía práctica de los instrumentos actuales de evaluación de la inteligencia emocional. En J. M. Mestre y Fernández-Berrocal, P. (Coords). *Manual de Inteligencia Emocional*. Madrid: Psicología Pirámide.
- Fernández-Berrocal, P.; Extremera, N. y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish Modified Versio of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94, 751-755.
- Fernández González, A. y Barraca, J. (2005). Inteligencia emocional, empatía y competencia social: Una investigación empírica con estudiantes de bachillerato. En J. Romay, R. García y J. E. Real, (Eds). *Psicología social y problemas sociales*, 5, 335-342.
- Gilar, R., Miñano, P. y Castejón, J.L. (2008). Inteligencia emocional y empatía: Su influencia en la competencia social en ESO. *SUMMA Psicológica*, 5, (1), 21-32.
- Gil-Olarte, P., Palomera, R. y Brackett, N. A. (2006). Relating emocional intelligence to social competence and academic achievement in high school students. *Psicothema*, 18, 118-123.
- Gismero, E. (2000). *EHS.Escala de Habilidades Sociales*. TEA Ediciones.
- Jordan, P.J., Ashkanasy, N.M., Härtel, C.E.J. y Hooper, G.S. (2002). Workgroup emocional intelligence: Scale development and relationship to team process effectiveness and goal focus. *Human Resource Management Review*, 12, 195-214
- Lopes, P.N., Salovey, P., Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality and the perceived quality of social relationships. *Personality and individual differences*, 35, (3), 641-658.
- Lopes, P.N., Brackett, M.A., Nezlek, J.B., Schütz, A., Sellin, I. & Salovey, P. (2004). Emotional intelligence and social interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1018-1034.
- Mayer, J.D.; Caruso, D.R. y Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets tradicional standars for an intelligence. *Intelligence*, 27, 267-298.
- Mayer, J.DI, Salovey, P. y Caruso, D. (2001). Technical Manual for the MSCEIR v.2.0. Toronto. Canadá: MHS Publishers.
- Mestre, J. M., Guil, R., Lopes, P. N. y Salovey, P. (2006). Emotional intelligence and social and academic adaptation to school. *Psicothema*, 18, 112-117.
- Monjas, I. (1994). Evaluación de la competencia social y las habilidades sociales en la edad escolar. En M. A. Verdugo et al. (Eds). *Evaluación curricular*. Madrid: Siglo XXI.
- Palmer, B.R. y Stough, C. (2001). *Swinburne University Emotinal Intelligence Test: Interim technical manual*. Melbourne: Organisational Psychology Research Unit, Swinburne University of Techology (unpublished).
- Petrides, K.V. y Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioural validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality*, 17, 39-57.
- Salovey, P., Mayer, J.D, Goldman, S.L., Turvey, C. y Palfai, T.P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, Disclosure and Health* (pp. 125-151). Whashington: American Psychological Association.
- Shutte, N.S., Malouff, J.MI, Hall, L.E., Haggerty, D., Cooper, J.T., Golden, C. y Dornheim, L. (1998). Development and validation of a

- measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 187-177.
- Trianes, M. V. (1996). *Educación y competencia social. Un programa en el aula*. Málaga: Aljibe
- Wong, C.S. y Law, K.S. (2002). The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: An exploratory study. *The Leadership Quarterly*, 13, 243-274.
- Zavala, M. A., Valadez, M. D. y Vargas, M. C. (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6, (2), 319-338.