

## **Competencia emocional según sexo: análisis de la inteligencia emocional, regulación emocional y empatía en estudiantes de secundaria**

Selenia María Martínez Martínez<sup>1</sup>, María Cristina Sánchez López.  
IES Ruiz de Alda

### **Resumen**

En este proyecto, se ha llevado a cabo un estudio del nivel de regulación emocional, inteligencia emocional y empatía de los estudiantes del IES Ruiz de Alda de San Javier (Murcia) según el sexo de dichos estudiantes. Los participantes del análisis son 790 estudiantes de los que 410 son mujeres, 369 hombres y 11 personas de género no binario. Los instrumentos utilizados para la recogida de información fueron la Escala de Inteligencia Emocional Wong-Law (WLEIS) para medir la Inteligencia emocional (IE), Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) para medir la regulación emocional e Interpersonal Reactivity Index (IRI) para medir la empatía. Los resultados de la investigación muestran que existen diferencias estadísticamente significativas en función del sexo en empatía, inteligencia emocional y regulación emocional.

Palabras clave: competencia emocional, inteligencia emocional, regulación emocional, empatía.

---

<sup>1</sup> seleniamartinezmartinez@gmail.com <https://www.iesruizdealda.com/>

Este trabajo es resultado del proyecto realizado en el programa del Bachillerato de Investigación de centro y presentado en el XIV Congreso Regional de Investigadores Junior organizado por la Universidad de Murcia.

# **Gendered emotional competence: analysis of emotional intelligence, emotional regulation and empathy in secondary school students**

## **Abstract**

In this project, a research has been carried out on the level of emotional regulation, emotional intelligence and empathy of the students of IES Ruiz de Alda de San Javier (Murcia) according to their gender. The participants in the analysis are 790 students, of whom 410 are female, 369 are male and 11 are non-binary gender people. The instruments used for data collection were the Wong-Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS) to measure emotional intelligence (EI), Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) to measure emotional regulation and Interpersonal Reactivity Index (IRI) to measure empathy. The results of the investigation show that there are statistically significant gender differences in empathy, emotional intelligence and emotional regulation.

Keywords: emotional competence, emotional intelligence, emotional regulation, empathy.

## Introducción

Actualmente, tras la pandemia provocada por la Covid-19, la población en general ha sufrido un aumento de sus estados emocionales negativos. En este contexto, se hace favorable potenciar la competencia emocional (Martínez-Saura et al., 2021) de los estudiantes.

El origen científico de los conceptos relacionados con la competencia emocional e inteligencia emocional (IE), en la ciencia psicológica, marcó 30 años el pasado 2020 (Martínez-Saura, et al., 2021). Por tanto, a pesar de ser un concepto actual, la competencia emocional no es un concepto nuevo.

Según Goleman, (2010) “Para mí, ha sido muy gratificante la acogida que han tenido adaptaciones de este concepto (inteligencia emocional) al ámbito educativo en forma de programas sobre "aprendizaje social y emocional" [Social and Emotional Learning o SEL]. En el año 1995, sólo había unos pocos programas que se ocupaban de enseñar a los niños las habilidades de la inteligencia emocional, pero, diez años más tarde, son decenas de miles las escuelas diseminadas por todo el mundo que brindan a sus alumnos la posibilidad de seguir este tipo de programas [...] del mismo modo que los alumnos deben alcanzar un cierto nivel de competencia en matemáticas y lenguaje, también deben lograr un cierto dominio de estas habilidades tan esenciales para la vida.”

Conocer el nivel de inteligencia emocional, regulación emocional y empatía de los estudiantes aporta mejoras en el ámbito educativo. Además, es de gran relevancia dar visibilidad a la temática de la competencia emocional por su gran importancia en la actualidad, tanto a nivel de sociedad, como desde el punto de vista pedagógico.

Las personas actúan respecto a sus emociones y, si estas no son beneficiosas para uno mismo, tampoco lo serán para el resto. Por tanto, conocer el estado emocional de nuestros actuales estudiantes nos permitirá tomar medidas educativas. Razón por la cual esta investigación es meramente una parte de un gran futuro proyecto social que estimamos de gran relevancia, como es mejorar la formación emocional en el ámbito educativo.

La finalidad de este estudio es tener, en un futuro, la oportunidad de proponer diferentes actividades, entre ellas charlas didácticas, para concienciar y dar visibilidad e importancia a la temática de esta investigación.

## **Marco teórico**

### ¿Para qué sirven las emociones?

Como dice Goleman (2010), en su obra literaria *“Inteligencia emocional”*: Nuestra especie debe gran parte de su existencia a la importante influencia de las emociones en los asuntos humanos. El poder de las emociones es extraordinario. Desde el punto de vista del intelecto las emociones actúan de manera irracional, pero desde el punto de vista del corazón actuar siguiendo ciertas emociones es la única opción posible.

Los sociobiólogos al tratar de explicar el importante papel de las emociones en el psiquismo humano, no dudan en resaltar el predominio que tiene el corazón sobre la cabeza en los momentos realmente cruciales. Son, pues, las emociones las que nos permiten afrontar situaciones demasiado difíciles.

Cada emoción nos predispone de un modo diferente a la acción; cada una de ellas nos señala una dirección que, en el pasado, permitió resolver adecuadamente los innumerables desafíos a que se ha visto sometida la existencia humana. En este sentido, nuestra experiencia emocional tiene un extraordinario valor de supervivencia y esta importancia se ve confirmada por el hecho de que las emociones han terminado integrándose en el sistema nervioso en forma de comportamiento innato y automáticas de nuestro corazón.

### La competencia emocional

Según Bisquerra y Pérez (2007) se entiende que las competencias emocionales como el conjunto de conocimientos son capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.

Se reconoce que las competencias emocionales desempeñan un papel crucial en la ciudadanía efectiva y responsable. Su dominio no solo facilita una adaptación más efectiva al entorno, sino que también mejora la capacidad para superar las circunstancias de la vida con mayores posibilidades de éxito. Las

competencias emocionales benefician diversos aspectos, como los procesos de aprendizaje, las relaciones interpersonales, la resolución de problemas, así como la obtención y el mantenimiento de un empleo, entre otros.

Desde 1997, el GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica) se ha dedicado a la educación emocional, en investigación y docencia, con el propósito de contribuir al desarrollo de las competencias emocionales. Entendemos que éstas pueden agruparse en cinco bloques: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, inteligencia interpersonal y habilidades de vida y bienestar.

### La regulación emocional

Según Bisquerra y Pérez (2007) la regulación emocional implica la habilidad para gestionar de forma apropiada las emociones. Esto incluye ser consciente de cómo las emociones, el pensamiento y el comportamiento se relacionan entre sí, emplear estrategias eficaces de afrontamiento, y tener la capacidad para autogenerarse emociones positivas, entre otros aspectos.

- Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento:

Los estados emocionales influyen en el comportamiento y estos en la emoción; ambos pueden ser regulados por la cognición, es decir, por el razonamiento y la conciencia.

- Expresión emocional:

La capacidad de expresar las emociones de manera apropiada implica comprender que el estado emocional interno no siempre coincide con la expresión externa. A niveles más avanzados de madurez, se incluye la comprensión del impacto de la expresión emocional propia en los demás y la facilidad para considerarlo al presentarse tanto a uno mismo como a los demás.

- Regulación emocional:

Los propios sentimientos y emociones a menudo deben ser regulados. Esto implica: la regulación de la impulsividad, tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, ansiedad, depresión, estrés) y preservar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades; capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de mayor valía.

- Habilidades de afrontamiento:

Es la habilidad para superar emociones negativas mediante el uso de estrategias de autorregulación, mejorando tanto la intensidad como la duración como la duración de esos estados emocionales.

- Competencia para autogenerar emociones positivas:

Es la capacidad para experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas y disfrutar de la vida, se traduce en una competencia para gestionar el propio bienestar subjetivo en busca de una mayor calidad de vida.

### Inteligencia emocional

A lo largo del tiempo el concepto de Inteligencia emocional se ha estudiado desde diversos puntos de vista: se le conceptualiza como una capacidad global del individuo para actuar racionalmente (Samayoa y Márquez, 2012).

Según Daniel Goleman (2010), la inteligencia emocional nos permite:

- Tomar conciencia de nuestras emociones.
- Comprender los sentimientos de los demás.
- Tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el trabajo.
- Acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo.
- Adoptar una actitud empática y social que nos brindará mayores posibilidades de desarrollo personal.
- Participar, deliberar y convivir con todos desde un ambiente armónico y de paz.

### Empatía

La empatía es una variable fundamental en el estudio de la conducta humana. La capacidad humana para empatizar se ha venido estudiando desde hace mucho tiempo, y ha sido objeto de numerosas confrontaciones teóricas (Fernández-Pinto, I., López-Pérez, B., Márquez, M., 2008).

Definimos la empatía como la capacidad de captar lo que otro piensa y necesita y la conexión sincera con su sentir como si fuera propio –a pesar de que no sea lo mismo que uno pensaría o sentiría en la misma situación– sintiendo a la vez el deseo de consolar y de ayudar. Significa ir más allá de la focalización

con uno mismo, significa salir del propio yo para abrirse a los demás. Esta capacidad predispone no solo a sentir el sufrimiento sino a compartir también la dicha y a participar de la alegría de otra persona (Carpenna, 2016).

### Importancia de las intervenciones de aprendizaje social y emocional en estudiantes.

La competencia emocional es consecuencia de una buena educación emocional, en línea con Davis y Qualter 2020 y con Pérez-González et al. 2020 (Martínez-Saura et al, 2021).

En 1995 Daniel Goleman esbozó las evidencias iniciales de lo que entonces disponíamos, según las cuales, el SEL (Social and Emotional Learning) es la base de los programas que aumentan la tasa de aprendizaje infantil, y además, impiden la aparición de problemas tales como la violencia.

Expertos y profesionales de la educación describen las habilidades de SEL como “la pieza que falta” en los enfoques educativos que buscan el desafiante objetivo del “éxito para todos”. Sostiene que cualquier sistema educativo que carezca de estos componentes fundamentales no puede ser efectivo en la educación de ciudadanos sanos (Elias et al., 1997, extraído de Ağırkan y Ergene, 2022). El SEL se basa en cinco competencias principales: autoconciencia, autogestión, conciencia social, habilidades para relacionarse y toma de decisiones.

Actualmente se puede afirmar sin lugar a duda que la investigación científica ha demostrado que la autoconciencia, la confianza en uno mismo, la empatía y la gestión más adecuada de las emociones e impulsos perturbadores, no sólo mejoran la conducta del niño, sino que también influyen de manera muy favorable en su rendimiento académico. Estas son las buenas noticias que nos proporcionan los resultados de un metaanálisis dirigido por Roger Weissberg (director del Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning de la University of Illinois de Chicago, una organización líder en la puesta en marcha de programas SEL en todo el mundo) basó sus conclusiones en la revisión de seiscientos sesenta y ocho estudios de evaluación de programas que abarcan desde el nivel preescolar hasta la conclusión de la enseñanza secundaria (Goleman, 2010).

En base a este estudio es evidente que los programas de habilidades socioemocionales (SEL), tienen un impacto positivo en el rendimiento académico de los alumnos, tanto en las notas de los exámenes individuales. Los resultados muestran que el 50% de los alumnos de escuelas que participaron en este estudio mostraron una mejora significativa en las pruebas puntuales y el 38% aumentó también su promedio de calificación. Además, de un rendimiento académico positivo, los programas SEL también demostraron contribuir a generar un ambiente escolar más seguro ya que, en las escuelas que aplican dichos programas, los incidentes de mala conducta descendieron un 28%, las expulsiones un 44% y otras medidas disciplinarias lo hicieron un 27%. Al mismo tiempo, se registró un aumento de asistencia a clase, mientras que el 63% de los estudiantes mostró un comportamiento significativamente más positivo, unos datos muy esperanzadores en el entorno de la investigación sociológica sobre cualquier programa orientado a provocar cambios de conducta. En resumen, los programas SEL parecen haber cumplido con creces sus objetivos (Goleman, 2010).

## **Objetivos**

### Objetivo general

El objetivo general del presente trabajo consiste en analizar el nivel de inteligencia emocional, regulación emocional y empatía del alumnado del IES Ruiz de Alda de San Javier (Murcia).

### Objetivo específico

Analizar si existen diferencias estadísticamente significativas en inteligencia emocional, regulación emocional y empatía según sexo de los estudiantes del IES Ruiz de Alda.

## **Metodología**

Para la realización de este proyecto, se ha llevado a cabo el siguiente proceso: En primer lugar, se hizo una reflexión previa acerca de cómo se quería enfocar el trabajo. Con la intención de darle un enfoque más general, se decidió tomar como muestra a alumnos de la ESO y Bachillerato del IES Ruiz de Alda. Esta decisión se debe al interés en evaluar el nivel de IE, de regulación emocional y de empatía en alumnos, y además, conocer su propia opinión sobre el tema.

Siguiendo los criterios éticos internacionales recogidos en la Declaración de Helsinki, se adoptaron las medidas oportunas para garantizar la completa confidencialidad de los datos personales de los sujetos, de acuerdo con la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales. Se realizó un formulario mediante la utilización de Google Forms.

Para recoger los datos de la muestra de estudiantes, se asistió a todas las reuniones de tutores de secundaria para explicarles el objetivo de la investigación y la razón de los cuestionarios, así como para pedirles permiso para asistir a sus tutorías a realizar el dicho cuestionario.

Para la organización de la asistencia a sus clases se creó un calendario comprendido desde el 9 de enero hasta el 3 de marzo del 2023, en el cual se anotó el día, el aula, el curso y la hora donde se iba a realizar cada encuesta.

Se le dio un enfoque muy importante a la asistencia de las clases para la resolución de dudas, la explicación del proyecto de manera que aumentaba el nivel de sinceridad que mostraban los alumnos.

El cuestionario se inició con una serie de preguntas sociodemográficas que nos permitieron clasificar la muestra.

Estas son:

- Identificador, la inicial del nombre y la fecha de nacimiento.
- Nivel educativo que cursa
- Sexo
- Edad
- Pedanía/ localidad.
- ¿Consideras importante la educación emocional para lograr mejores notas/calificaciones?

## Instrumentos

Dicho cuestionario contiene tres instrumentos estandarizados: el primer instrumento se denomina DERS (Difficulties in Emotion Regulation Scale) para medir la regulación emocional; para medir la IE rasgo se utilizó el instrumento

WLEIS (Wong and Law Emotional Intelligence Scale); y finalmente para medir la empatía, se usó el instrumento IRI (Interpersonal Reactivity Index).

### DERS (Difficulties in Emotion Regulation Scale)

Para analizar la regulación emocional se empleó la versión adaptada al español del instrumento por Hervás y Jódar (2008)<sup>1</sup>, Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS), desarrollada por Grazt y Roemer (2004), con el objetivo de evaluar problemas de regulación emocional desde una perspectiva integradora del concepto. El DERS es un cuestionario de auto-reporte que permite medir dificultades en la regulación emocional clínicamente relevantes, dada la importancia de este proceso en la explicación de síntomas y comportamientos desadaptativos (Coutinho et al., 2010, extraído de Guzmán-González et al., 2013).

Este instrumento utiliza un formato de respuesta Likert de 5 puntos (desde 1 = casi nunca hasta 5 = casi siempre). La escala original estuvo formada por 6 sub-escalas divididas en 36 ítems: 1) Dificultades en el Control de Impulsos (6 ítems: “Cuando me enfado, pierdo el control sobre mis comportamientos”, por ejemplo); 2) Acceso Limitado a Estrategias de Regulación Emocional (8 ítems: “Cuando me disgusto, creo que no hay nada que pueda hacer para sentirme mejor”, por ejemplo); 3) Rechazo emocional (6 ítems: “Cuando me disgusto, me siento culpable por sentirme así”, por ejemplo); 4) Interferencia cotidiana (5 ítems: “Cuando me altero, me cuesta concentrarme”, por ejemplo); 5) Desatención emocional (6 ítems invertidos: “Estoy atento/a a mis sentimientos”, por ejemplo) y 6) Confusión emocional (5 ítems: “me siento confuso/a acerca de cómo me siento”, por ejemplo) (Medrano y Trólogo, 2014).

Hervás y Jódar (2008), al adaptar la escala al español, redujeron sus ítems desde 36 a 28 y consideraron sólo 5 subescalas, debido a que los factores Dificultades en el control de impulsos y Acceso limitado a estrategias de regulación, se fusionaron en uno único denominado Descontrol emocional (Guzmán-González et al., 2013).

### Wleis (Wong and Law Emotional Intelligence Scale)

Para analizar la IE se utilizó una de las pruebas que la evalúa, la Escala de Inteligencia Emocional Wong-Law (WLEIS), diseñada como herramienta de

autoinforme para medir la IE como un atributo estable de la persona (Merino-Soto, Angulo-Ramos y López-Fernández, 2019).

Esta escala se compone por 4 factores y 16 ítems, 4 ítems por cada factor. Usa un formato de respuesta ordinal de 7 puntos (desde 1 = completamente en desacuerdo, hasta 7 = completamente de acuerdo). En el presente estudio se usó la adaptación realizada en España, en que se efectuó la traducción y adaptación lingüística para un estudio en adolescentes (Vila y Pérez-González, 2007). El instrumento presenta el ordenamiento de los ítems de manera no aleatoria y consecutiva para cada uno de los 4 factores (Merino-Soto, Lunahuaná-Rosales y Kumar Pradhan, 2016). Dentro de la Inteligencia Emocional, se estudiaron las siguientes subescalas o factores:

- Valoración y expresión de las emociones propias (PINTRA): Entendida como la habilidad que nos permite identificar nuestras propias emociones y expresarlas adecuadamente.
- Valoración y reconocimiento de las emociones de los otros (PINTER): Definida como la habilidad para establecer conexiones entre los pensamientos y los sentimientos, es decir, para saber cómo se siente otra persona y poder identificar sus sentimientos (p. ej., tristeza, alegría, miedo), además de comprenderlos.
- Uso de las emociones para facilitar el desempeño (AE): Se trata de la capacidad de aprovechar la información emocional para facilitar otros procesos cognitivos, relacionando estrechamente los sentimientos con el razonamiento. Además, ha de entenderse que todas las emociones son necesarias (Extremera y Fernández-Berrocal, 2003), tanto las positivas, que hacen sentirse bien, como las consideradas negativas y no tan agradables, para transmitir sentimientos o emplearlas en otros procesos de pensamiento.
- Regulación de las propias emociones (RE): Implica no dejarse llevar por los impulsos, sino responder de manera apropiada, es decir, elegir los sentimientos más moderados para la formación de los pensamientos (Molina Cantabella, 2017).

### IRI (Interpersonal Reactivity Index)

La empatía ha sido medida mediante el instrumento IRI. Se trata de una escala de fácil aplicación, formada por 28 ítems distribuidos en cuatro subescalas que miden cuatro dimensiones del concepto global de empatía: Toma de perspectiva (PT), Fantasía (FS), Preocupación empática (EC) y Malestar personal (PD), con siete ítems cada una de ellas. El formato de respuesta es de tipo likert con cinco opciones de respuesta (de 0 a 4), según el grado en que dicha afirmación le describa (No me describe bien, Me describe un poco, Me describe bien, Me describe bastante bien y Me describe muy bien).

La característica más destacada de este instrumento es que permite medir tanto el aspecto cognitivo como la reacción emocional del individuo al adoptar una actitud empática, las subescalas PT y FS evalúan los procesos más cognitivos, la puntuación en Toma de perspectiva indica los intentos espontáneos del sujeto por adoptar la perspectiva del otro ante situaciones reales de la vida cotidiana, es decir, la habilidad para comprender el punto de vista de la otra persona. La subescala de Fantasía evalúa la tendencia a identificarse con personajes del cine y de la literatura, es decir, la capacidad imaginativa del sujeto para ponerse en situaciones ficticias. Las subescalas de Preocupación empática (EC) y Distrés o malestar personal (PD) miden las reacciones emocionales de las personas ante las experiencias negativas de los otros, en la primera (EC) se miden los sentimientos de compasión, preocupación y cariño ante el malestar de otros (se trata de sentimientos «orientados al otro»), en la segunda (PD) se evalúan los sentimientos de ansiedad y malestar que el sujeto manifiesta al observar las experiencias negativas de los demás (se trata de sentimientos «orientados al yo») (Mestre-Escrivá, V., Frías-Navarro, MD., Samper-García, P. 2003).

### Participantes

La investigación se compuso de una muestra de 790 estudiantes de secundaria de los que 369 son hombres (46.7%), 410 mujeres (51.9 %) y 11 personas de género no binario (1.4%).

### Análisis de datos

Tras la recogida de datos, se procedió a su análisis. Para ello con la ayuda de las tutoras de la Universidad, se extrajeron los resultados a través de una tabla de Excel abierta mediante *Google Forms*. En relación al análisis de datos, se

llevó a cabo un estudio descriptivo e inferencial mediante un diseño de investigación cuantitativa, no experimental, y de carácter exploratorio. Los datos fueron analizados con el paquete estadístico SPSSv.28.

En el objetivo general, se realizó un análisis descriptivo sobre las puntuaciones alcanzadas por los estudiantes de secundaria respecto a cada una de las dimensiones comprendidas en la escala de IE rasgo utilizada (WLEIS), en el índice de Reactividad Interpersonal (IRI) y la escala de dificultades en regulación emocional (DERS).

En el objetivo específico, se aplicó el ANOVA de un factor para comprobar si existían diferencias estadísticamente significativas en cada una de las dimensiones del WLEIS, IRI y DERS, en función del sexo de los estudiantes.

## Resultados

Objetivo general: Analizar el nivel de IE, regulación emocional y empatía del alumnado del IES Ruiz de Alda de San Javier (Murcia).

### Nivel de regulación emocional

En la Tabla 1 se presenta la media y desviación típica del nivel de regulación emocional de los estudiantes.

Tabla 1

*Análisis descriptivo de regulación emocional en estudiantes*

Dimensiones	M	DT
Desatención emocional	2.75	.98
Confusión emocional	2.42	.92
Rechazo emocional	2.49	1.10
Interferencia cotidiana	3.10	1.12
Descontrol emocional	2.39	.94

*Nota.* Tabla de realización propia.

En cuanto a la regulación emocional de los alumnos se deduce que tienen un nivel medio, pues la máxima puntuación que se puede alcanzar es de 5.00 y el resultado medio total es de 2.63. Si nos enfocamos en las dimensiones, se reflejan resultados más altos en interferencia cotidiana (hombre:  $M= 2.87$ ;  $DT= 1.10$ ) (mujer:  $M= 3.31$ ;  $DT: 1.10$ ) (género no binario:  $M=3.00$ ;  $DT = 1.03$ ) y más bajos en descontrol emocional (hombre:  $M = 2.25$ ;  $DT = 91$ ) (mujer:  $M = 2.50$ ;  $DT = 97$ ) (género no binario:  $M = 2.57$ ;  $DT = .76$ ).

#### Nivel de inteligencia emocional

En la Tabla 2 se presenta la media y desviación típica del nivel de inteligencia emocional de los estudiantes.

Tabla 2  
*Análisis descriptivo de Inteligencia emocional en estudiantes*

Dimensiones	M	DT
Intrapersonal	4.71	1.28
Interpersonal	4.97	1.14
Asimilación emocional	4.77	1.30
Regulación	4.28	1.37

*Nota.* Tabla de realización propia.

Tal y como se puede apreciar, las medias más elevadas se aprecian en la dimensión interpersonal que se refiere a la valoración y reconocimiento de las emociones en otros ( $M = 4.97$ ;  $DT= 1.14$ ). Sin embargo, las más bajas se muestran en la regulación de las propias emociones ( $M = 4.28$ ;  $DT= 1.37$ ).

### Nivel de empatía

En la Tabla 3 se presenta la media y desviación típica del nivel de empatía de los estudiantes.

Tabla 3  
*Análisis descriptivo de empatía en estudiantes.*

Dimensiones	M	DT
PT (Toma de perspectiva)	3.34	.68
FS (Fantasía)	3.09	.79
EC (Preocupación empática)	3.51	.65
PD (Malestar personal)	2.64	.69

*Nota.* Tabla de realización propia.

Respecto a la empatía de los estudiantes se observa que la máxima puntuación se ha obtenido en la dimensión EC (M= 3.51; DT= .65) y la menor puntuación se encuentra en la dimensión PD (M=2.64; DT=.69). Esto indica que estos estudiantes sienten un alto grado de compasión, preocupación y cariño ante el malestar de otros, aunque por lo que se observa en los resultados de la dimensión PD tienen una carencia de sentimientos como la ansiedad y el malestar al observar las experiencias negativas de los demás.

Objetivo específico: Analizar si existen diferencias estadísticamente significativas en inteligencia emocional, regulación emocional y empatía según sexo de los estudiantes.

### Regulación emocional según sexo

En la Tabla 4 se presenta la media y desviación típica de la regulación emocional según el sexo de los estudiantes.

Tabla 4  
*Nivel de regulación emocional según el sexo*

	Sexo			p
	Hombre	Mujer	Género no binario	
Dimensiones	M (DT)	M(DT)	M(DT)	
Desatención emocional	2.70 (.96)	2.76 (.99)	3.52 (1.03)	<.001
Confusión emocional	2.26 (.85)	2.54 (.94)	3.36 (1.02)	.003
Rechazo emocional	2.36 (1.07)	2.59 (1.12)	3.05 (1.12)	<.001
Interferencia cotidiana	2.87 (1.10)	3.31 (1.10)	3.00 (1.03)	.001
Descontrol emocional	2.25 (.91)	2.50 (.97)	2.57 (.76)	.021

*Nota.* Tabla de realización propia.

Tal como se puede apreciar, las medias más altas se encuentran en el género no binario, por debajo de este se encuentran los resultados de las mujeres y los resultados más bajos se observan en los hombres. Esto apunta que las personas de género no binario tienen mejor nivel de regulación emocional que los hombres y las mujeres. Tras aplicar la prueba F DE ANOVA se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas en todas las variables analizadas: desatención emocional ( $p= .021$ ), Confusión emocional ( $p= <.001$ ), rechazo emocional ( $p=.003$ ), interferencia cotidiana ( $p=<.001$ ) y descontrol emocional ( $p=.001$ ).

### Inteligencia emocional según sexo

En la Tabla 5 se presenta la media y desviación típica de la inteligencia emocional según el sexo de los estudiantes.

Tabla 5

*Nivel de inteligencia emocional según el sexo*

	Sexo			p
	Hombre	Mujer	Género no binario	
Dimensiones	M (DT)	M(DT)	M(DT)	
Intrapersonal	4.91 (1.23)	4.56 (1.29)	3.64 (1.18)	<.001
Interpersonal	4.65 (1.16)	5.28 (1.02)	4.00 (1.37)	<.001
Asimilación emocional	4.87 (1.33)	4.72 (1.25)	3.41 (1.30)	<.001
Regulación	4.59(1.35)	4.03 (1.35)	3.48 (.99)	<.001

*Nota.* Tabla de realización propia.

Desde un punto de vista general, se observa que los hombres tienen un nivel de inteligencia emocional mayor que el de las mujeres y personas de género no binario. En todas las dimensiones las personas de género no binario obtienen los resultados más bajos. Tras aplicar el ANOVA de un factor se hallaron diferencias estadísticamente significativas en todas las variables ( $P = <.001$ ).

Empatía según sexo

Tabla 6

*Nivel de empatía según el sexo*

	Sexo			p
	Hombre	Mujer	Género no binario	
Dimensiones	M (DT)	M(DT)	M(DT)	
PT (Toma de perspectiva)	3.20 (.65)	3.47 (.68)	3.16 (.73)	<.001
FS (Fantasía)	2.79 (.69)	3.37 (.76)	2.92 (.90)	<.001
EC (Preocupación empática)	3.24 (.58)	3.75 (.61)	3.40 (.96)	<.001
PD (Malestar personal)	2.43 (.66)	2.83 (.67)	2.75 (.91)	<.001

*Nota.* Tabla de realización propia.

En referencia a la empatía de los alumnos según su sexo, se observa que los resultados más altos los han obtenido las mujeres y los más bajos los hombres. Tras aplicar el ANOVA de un factor se hallaron diferencias estadísticamente significativas en todas las variables (  $P = <.001$ ).

## Discusión y conclusiones

Del estudio realizado podemos extraer las siguientes conclusiones:

Respecto a la regulación emocional de los estudiantes del IES Ruiz de Alda, se concluye que tienen un nivel medio, es decir, tienen la habilidad suficiente para gestionar de forma apropiada sus emociones.

Al analizar la regulación emocional según el sexo de los estudiantes, se deduce que las personas de género no binario son conscientes de cómo las emociones, el pensamiento y el comportamiento se relacionan entre sí, emplean estrategias eficaces de afrontamiento, y tienen la capacidad para autogenerarse emociones positivas mejor que los hombres y las mujeres.

En cuanto a la inteligencia emocional de dichos estudiantes, se observa que tienen un nivel medio-alto de IE. Según muestran los resultados obtenidos, los estudiantes del IES Ruiz de Alda tienen una considerable habilidad para establecer conexiones entre los pensamientos y los sentimientos, es decir, para saber cómo se siente otra persona y poder identificar sus sentimientos además de comprenderlos. Por lo contrario, se les hace complicado no dejarse llevar por los impulsos.

De acuerdo con los resultados, los hombres tienen un nivel de inteligencia emocional mayor que las mujeres y personas de género no binario. Esto quiere decir que los hombres tienen mejor capacidad para actuar racionalmente que el resto. Aunque cabe resaltar que las mujeres valoran y reconocen mejor las emociones de los demás. Las personas de género no binario son, pues les cuesta: valorar y expresar sus emociones propias; saber cómo se siente otra persona y poder identificar sus sentimientos; aprovechar la información emocional para facilitar otros procesos cognitivos; y elegir los sentimientos más moderados para la formación de los pensamientos.

Para finalizar, los resultados de la empatía demuestran que los estudiantes del IES Ruiz de Alda tienen un nivel medio-alto de compasión, preocupación y cariño ante el malestar de otros, aunque por lo que se observa en los resultados tienen una carencia de sentimientos como la ansiedad y el malestar al observar las experiencias negativas de los demás.

Al analizar estos resultados según el sexo de los alumnos, se llega a la conclusión de que las mujeres sienten más empatía que los hombres y personas de género no binario. Ese sentimiento de empatía que las mujeres predominan según estos resultados, engloba la habilidad para comprender el punto de vista de la otra persona, la capacidad imaginativa del sujeto para ponerse en situaciones ficticias y la capacidad de sentir compasión, preocupación y ansiedad ante el malestar de los demás.

## Referencias

- Ağrkan, M., Ergene, T. (julio-diciembre 2022) ¿Qué significan las intervenciones de aprendizaje social y emocional (SEL)? Un meta-análisis. *Revista de psicodidáctica*. 27(2). 97-108.  
<<https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2022.02.002>>
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*. 10. 61-82.  
<<https://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Las-competencias-emocionales.pdf>>
- Carpenna, A. (Diciembre 2016). *La empatía es posible. Educación emocional para una sociedad*. Desclée de Brouwer. pp.208. 9788433028228.
- Extremera-Pacheco, N., Fernández-Berrocal, P. (2003). la inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*. (332). 97-116.  
<<https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:6b5bc679-e550-47d9-804e-e86b8f4b4603/re3320611443-pdf.pdf>>
- Fernández-Pinto, I., López-Pérez, B., & Márquez, M. (2008). Empatía: medidas, teorías y aplicaciones en revisión . *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 24(2), 284–298.  
<<https://revistas.um.es/analesps/article/view/42831>>
- Goleman, D. (septiembre 2010). *Emotional intelligence* (David González, D., Mora, F., Trad). Kairós.  
<[https://www.google.es/books/edition/Inteligencia\\_emocional/YuybDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&pg=PT21&printsec=frontcover](https://www.google.es/books/edition/Inteligencia_emocional/YuybDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&pg=PT21&printsec=frontcover)>
- Guzmán-González, M., Trabucco, C., Urzúa, A., Garrido, L., Leiva, J. (Diciembre 2013). Validez y Confiabilidad de la versión adaptada al español de la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS-E) en población chilena. *Revista de educación*. 32 (1). 19-29.0718-4808.  
<<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082014000100002>>

- Hervás,G., Jódar,R. (julio 2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y salud*. 19(2). 139-156. 1135-0806.  
<[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1130-52742008000200001&lng=es&nrm=iso&tlng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1130-52742008000200001&lng=es&nrm=iso&tlng=es)>
- Martínez-Saura, H.F, Sánchez-López, M.C & Pérez-González, J.C. (16-12-2021). Competencia emocional en docentes de Infantil y Primaria y estudiantes universitarios de los Grados de Educación Infantil y Primaria. *Estudios sobre educación*. 42. 9-33. 1578-7001.  
<<https://doi.org/10.15581/004.42.001>>
- Medrano, LA., Trólogo, M. (abril 2014). Validación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Universitas Psychologica*. 13(4). 1345-1356. 1657-9267. <<https://www.redalyc.org/pdf/647/64735353010.pdf>>
- Mestre-Escrivá,V., Frías-Navarro,M.D., Samper-García, P. (noviembre 2003). La medida de la empatía: análisis del Interpersonal Reactivity Index. *psicothema*. 16(2). 255-260. 0214-9915.  
<<https://www.psycothema.com/pdf/1191.pdf>>
- Merino-Soto, C. Angulo-Ramos, M. y López-Fernández, V. (2019). Escala de Inteligencia Emocional Wong-Law (WLEIS) en estudiantes de enfermería peruanos. *Educ. Med. Super*. 33(1). 1561-2902.  
<[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21412019000100006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412019000100006)>
- Merino Soto, C., Lunahuaná- Rosales, M.,Kumar Pradhan, R. (2016). Validación estructural del Wong- Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS): Estudio preliminar en adultos. *Liberabit*. Universidad de San Martín de Porres (Perú) e Instituto tecnológico Kharagpur (India). 22 (1). 1729-4827. <<https://www.redalyc.org/pdf/686/68646348009.pdf>>
- Molina-Cantabella, C., Gloria-Esther. (2017). Origen y evolución del término inteligencia emocional. *Publicaciones didácticas*. (80). 483-485.  
<<https://core.ac.uk/download/pdf/235856937.pdf>>
- Samayoa,M.L., Márquez,Y. (2012). ¿Qué es la competencia emocional? *Savia*:

*Revista de investigación e intervención social*. 11. 10-15. 2448-6604.  
<<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8041069>>

Vila-Couñago, E., Pérez-González, J.C. (2007). Madurez para la carrera e inteligencia emocional en alumnado de Secundaria. Universidad de Santiago de Compostela y Universidad Nacional de Educación a Distancia. 978-84-9746-382-9. 712-717.  
<[https://www.uv.es/aidipe/congresos/XIII\\_Congreso.pdf](https://www.uv.es/aidipe/congresos/XIII_Congreso.pdf)>