



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM TEMASCALTEPEC
EXTENSIÓN TEJUPILCO

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN
PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA**

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

LAURA CABRERA RAMIREZ

NO. CTA. 1126643

DIRECTORA DE TESIS:

LIC. EN PSIC. LAURA ESTRADA MONTES DE OCA

ASESOR DE TESIS:

M. EN D.A.E.S. VENANCIO ARCE CERVANTES

TEJUPILCO MÉXICO

JULIO, 2016



Tejupilco, México; a 25 de Mayo de 2016.

DR. EN EDU. SALVADOR BOBADILLA BELTRÁN
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
PRESENTE.

Por medio del presente informa Usted que el protocolo de tesis titulado:
INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN
PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.

De la alumna:

LAURA CABRERA RAMÍREZ

Con número de cuenta:

1126643

Reúne los requisitos para poder ser entregado a la comisión revisora.

ATENTAMENTE

LIC. EN PSIC. LAURA ESTRADA MONTES DE OCA
DIRECTOR DE TESIS.

M. EN DAES. VENANCIO ARCE CERVANTES
ASESOR DE TESIS.



Tejupilco, México a 12 de Junio de 2015.

**DR. EN EDU. SALVADOR BOBADILLA BELTRÁN
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
PRESENTE.**

Por medio del presente y una vez realizadas las observaciones del Protocolo de tesis intitulado:

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN
PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.**

De la alumna:

LAURA CABRERA RAMÍREZ

Con número de cuenta:

1126643

Informo a Usted que se otorga el Voto Aprobatorio para el Registro de dicho Protocolo.

ATENTAMENTE

**LIC. EN PSIC. NOHEM ROSALES MACEDO.
REVISOR DE PROTOCOLO**

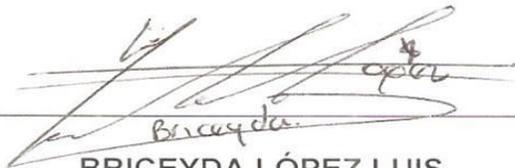
Tejupilco, México; a 30 de Mayo de 2016.

DR. EN EDU. SALVADOR BOBADILLA BELTRÁN
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
PRESENTE.

Por medio del presente, la que suscribe **BRICEYDA LÓPEZ LUIS** con No. de Cuenta **1126653**, me dirijo a usted para solicitar la baja de mi participación en el trabajo de tesis que venía realizando con la compañera **LAURA CABRERA RAMÍREZ**, el cual lleva por título: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA**, el motivo de esto es por haberme titulado por la modalidad de Aprovechamiento Académico.

Sin más por el momento y agradeciendo la atención que sirva darle a la presente me despido de usted.

ATENTAMENTE

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Briceyda', is written over a horizontal line. The signature is stylized and somewhat cursive.

BRICEYDA LÓPEZ LUIS
No. Cuenta 1126653



Tejupilco, México; a 10 de Junio de 2016.

DR. EN EDU. SALVADOR BOBADILLA BELTRÁN
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
PRESENTE.

Por medio del presente informo a Usted que el Trabajo de tesis titulado:
**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN
PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.**

De la alumna:

LAURA CABRERA RAMÍREZ

Con número de cuenta:

1126643

Reúne los requisitos para poder ser entregado a la comisión revisora.

ATENTAMENTE

LIC. EN PSIC. LAURA ESTRADA MONTES DE OCA
DIRECTOR DE TESIS

M. EN D.A.E.S. VENANCIO ARCE CERVANTES
ASESOR DE TESIS

U A E M
UNIDAD ACADÉMICA
PROFESIONAL
TEJUPILCO
COORDINACIÓN GENERAL

Recibí

10/06/2016



Tejupilco, México; a 10 de Junio de 2016

DR. EN EDU. SALVADOR BOBADILLA BELTRÁN
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
PRESENTE.

Quien suscribe la **C. LAURA CABRERA RAMIREZ**, egresada de la Licenciatura en Psicología, me dirijo a Usted de la manera más atenta, a fin de solicitarle muy amablemente me nombren a la Comisión Revisora del trabajo de tesis que lleva por título: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.**

Sin más por el momento, reciba un cordial saludo.

ATENTAMENTE

LAURA CABRERA RAMIREZ
No. CUENTA: 1126643



U A E M
UNIDAD ACADÉMICA
PROFESIONAL
TEJUPILCO
COORDINACIÓN GENERAL

c.c.p. Interesado

Recibí

10/06/2016



Tejupilco, México; a 17 de Junio de 2016.

DR. EN EDU. SALVADOR BOBADILLA BELTRÁN
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
PRESENTE.

Por medio del presente y una vez realizadas las observaciones del Trabajo de tesis titulado:

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN
PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.**

De la alumna:

LAURA CABRERA RAMÍREZ

Con número de cuenta:

1126643

Informo a Usted que se otorga el Voto Aprobatorio de dicho Trabajo.

ATENTAMENTE


LIC. EN PSIC. NOHEMI ROSALES
MACEDO
REVISOR DE TESIS


LIC. EN PSIC. BLANCA ESTELA
AVENDAÑO TORRES
REVISOR DE TESIS


UAEM
UNIDAD ACADÉMICA
PROFESIONAL
TEJUPILCO
COORDINACIÓN GENERAL

Recibido

17/06/2016



Tejupilco, México a; 20 de Junio de 2016.

DR. EN EDU. SALVADOR BOBADILLA BELTRÁN
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
PRESENTE.

Por medio del presente informamos a Usted que una vez que se ha trabajado con la egresada **C. LAURA CABRERA RAMÍREZ.**

Con número de cuenta **1126643** en su Trabajo de tesis titulado:
INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN
PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA, consideramos que dicho trabajo está completo y damos por concluida la labor que nos fue asignada por este Departamento como Director y Asesor respectivamente.

Sin otro particular por el momento, quedo de Usted.

ATENTAMENTE

LIC. EN PSIC. LAURA ESTRADA MONTES DE OCA
DIRECTOR DE TESIS

M. EN D.A.E.S. VENANCIO ARCE CERVANTES
ASESOR DE TESIS



UAEM
UNIDAD ACADÉMICA
PROFESIONAL
TEJUPILCO
COORDINACIÓN GENERAL

Recibí

17/06/2016



UAEM | Universidad Autónoma
del Estado de México

Tejupilco, México; a 22 de Junio de 2016.

**C. LAURA CABRERA RAMÍREZ
PASANTE DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T E.**

Con base en la información existente en el departamento de tesis y en cumplimiento a lo dispuesto en el reglamento de escuelas y facultades, este departamento a mi cargo autoriza a usted la **IMPRESIÓN** de su tesis titulada: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.**

Lo anterior con base en que se han realizado, al trabajo escrito las observaciones dictaminadas por la H. Comisión Revisora. Le recuerdo que el contenido y presentación del mismo será de su entera responsabilidad.

Sin otro particular, aprovecho la ocasión para desearle el mejor de los términos en su proceso de titulación.

ATENTAMENTE

“PATRIA CIENCIA Y TRABAJO”

“2016, Año del 60 Aniversario de la Universidad Autónoma del Estado de México”


DR. EN EDUC. SALVADOR BOBADILLA BELTRÁN
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA


UAEM
UNIDAD ACADÉMICA
PROFESIONAL
TEJUPILCO
COORDINACIÓN GENERAL



www.uaemex.mx

DEDICATORIAS

Con toda la humildad de mi corazón, dedico primeramente mi tesis a Dios, el que me ha dado fortaleza para continuar cuando a punto de caer he estado y fe para seguir adelante. Además de todas sus bendiciones recibidas.

Gracias.

De igual forma, dedico esta tesis a mi madre, por el gran amor y la devoción que tiene por sus hijos, por el apoyo ilimitado e incondicional que siempre me ha dado, por tener siempre la fortaleza de salir adelante sin importar los obstáculos, por haberme formado con buenos sentimientos, hábitos y valores convirtiéndome en una mujer de bien.

A ti te debo todo lo que soy.

A mi hermano Cesar que siempre ha estado brindándome su apoyo, muchas veces poniéndose en el papel de padre, por las enseñanzas que me ha dado para ser mejor.

A mi hermano Sergio por alentarme a enfrentar siempre mis miedos para superarme e ir mas haya de mis limitaciones.

A mis amigas Carmen, Jocy, Bris y Paty que gracias a su apoyo y animo hicieron de esta experiencia una de las más especiales, con su amistad he descubierto grandes bondades del mundo, me siento feliz, plena, segura, tranquila de mí misma y del impresionante potencial que tengo como persona cuando estoy a su lado.

Por ultimo a todos aquellos que contribuyeron en mi formación académica y profesional: a mis profesores, que compartieron conmigo a lo largo de mi educación universitaria; especialmente a la Lic. Laura, mi directora de tesis por su valioso tiempo que me proporciono para orientarme en la realización de esta tesis. También a mi asesor Mtro. Venancio y mis revisoras la Lic. Blanca y la Lic. Nohemí por su ayuda y enseñanza que me han brindado.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN.....	13
RESUMEN	14
INTRODUCCIÓN	15
CAPITULO I. INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	24
1.1 Emoción.....	24
1.2 Fisiología de las emociones.....	25
1.3 El temperamento y su influencia en las emociones	30
1.4 Inteligencia emocional	32
1.5 Modelos de la inteligencia emocional	34
1.6 Teorías principales de la Inteligencia Emocional	35
1.7 La importancia de desarrollar la inteligencia emocional.....	36
1.8 Perfil del psicólogo.....	38
1.9 Estudios sobre inteligencia emocional en psicólogos	40
CAPITULO II. SATISFACCIÓN MARITAL	44
2.1 Concepto de pareja.....	44
2.2 Etapas de la relación de pareja	45
2.3 Tipos de pareja	46
2.4 Modelo de Stemberg y las relaciones de pareja	49
2.5 Historia del matrimonio	51
2.6 Etapas del matrimonio	53
2.7 Satisfacción marital.....	54
2.8 Factores que generan una satisfacción marital	56
2.9 Insatisfacción marital	58
2.10 Factores de la insatisfacción.....	59
2.11 Causas de la insatisfacción marital.....	61
MÉTODO	64
Objetivos.....	64
Objetivo general.....	64
Objetivo específicos.....	64

Justificación	64
Tipo de estudio	66
Variables.....	66
Hipótesis	68
Población	68
Muestra.....	68
Instrumentos	69
Diseño de la investigación	71
Captura de la información.....	71
Procesamiento de la información.....	72
RESULTADOS.....	73
DISCUSIÓN	81
CONCLUSIONES	92
SUGERENCIAS	93
REFERENCIAS.....	94

PRESENTACIÓN

“En realidad, las personas autorrealizadas, las que han llegado a un alto nivel de madurez, salud y autosatisfacción, tienen tanto que enseñarnos que, a veces, casi parecen pertenecer a una especie diferente de seres humanos”.

ABRAHAM MASLOW

La presente investigación se realizó con la finalidad de analizar la relación entre las variables inteligencia emocional y la satisfacción marital en profesionistas del área de psicología.

Los fundamentos teóricos están estructurados en dos capítulos. El primer capítulo define la inteligencia emocional, aborda los subtemas de emoción, fisiología de las emociones, el concepto de inteligencia emocional, al igual que sus modelos y teorías principales, también la importancia de desarrollarla; los estudios que se han realizado sobre esta variable y el perfil que debe tener el profesionista en el área de psicología.

En el segundo capítulo satisfacción marital, se incluye el concepto de pareja, las etapas por las que pasa una pareja, los tipos de pareja, el modelo de Stenberg y las relaciones de pareja, la definición del matrimonio, su historia y etapas; el significado de satisfacción marital y los factores que generan una satisfacción marital e insatisfacción marital; causas y consecuencias.

Se detalla el aspecto metodológico, es decir, los objetivos planteados, el tipo de estudio que se realizó, las variables a estudiar, la hipótesis previa al estudio, se describe la población y muestra, los instrumentos utilizados para la captura de información. Además, se dan a conocer los resultados que se obtuvieron con cada uno de los instrumentos.

Se expone la discusión en la cual se sustenta el análisis de los resultados con la investigación teórica, las conclusiones a las que se llegaron y las sugerencias a partir de este estudio. Finalmente se presentan las referencias.

RESUMEN

El objetivo de este trabajo fue identificar si existe una relación entre las variables inteligencia emocional y satisfacción marital en profesionistas en el área de psicología.

Para evaluar la inteligencia emocional, se aplicó el *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS-24) de Salovey y Mayer, validado para la población mexicana por Fernández, Berrocal, Extremera y Ramos (2004). Para medir la variable satisfacción marital se aplicó el Inventario Multifacético de la Satisfacción Marital (IMSM) de Cortez, Reyes y Díaz, validado para la población mexicana por Rivera Aragón (2000). Se empleó el estadístico de r de Pearson para identificar la forma en que se relacionaban la variable inteligencia emocional y satisfacción marital en los profesionistas del área de psicología.

En cuanto al aspecto emocional la mayoría de los psicólogos tienen un manejo excelente de las emociones (42.9%) y un porcentaje menor (25.7%) debe mejorar. Para la segunda variable estudiada, satisfacción marital, los datos encontrados muestran que la mayoría de los psicólogos (42.9%) se encuentran satisfechos en su relación de pareja y un porcentaje menor (25.7%) se encuentran insatisfechos.

Con respecto a la correlación entre estas dos variables los resultados denotan que es positiva débil, por lo que aporta evidencia a la hipótesis nula: no existe relación estadística significativa entre la inteligencia emocional y la satisfacción marital en profesionistas del área de psicología.

En conclusión se puede decir que la población estudiada cuenta con inteligencia emocional, sin embargo esta no es determinante en el nivel de satisfacción marital que pudieran desarrollar.

INTRODUCCIÓN

“Nada estimula más en el desarrollo personal que una relación amorosa constructiva.

Nada limita más el desarrollo personal ni nada provoca más inseguridad que una relación amorosa destructiva. Para desarrollar su potencial personal, el ser humano necesita otros seres humanos, en particular su pareja”.

JÜRIG WILLI

En la actualidad la formación profesional en la carrera de psicología define al psicólogo como un profesional universitario cuyo objeto de estudio es el comportamiento humano individual y social, que a partir de la investigación de los procesos cognoscitivos-afectivos y de su interacción con el entorno es un promotor del desarrollo humano, consciente de sus responsabilidades éticas para consigo mismo y la sociedad, siendo su función genérica la de intervenir como experto del comportamiento en la promoción del cambio individual y social desde una perspectiva interdisciplinaria (Acle Tomasini, 1989 como se citó en Harrsch, 1994).

Se considera que la actividad profesional básica del psicólogo se orienta hacia la promoción del desarrollo de los seres humanos, a través de reeducar con base en la realidad sus patrones de conducta, así como de optimizar sus funciones, sea en el campo clínico, educativo, laboral, experimental o social.

Coan (1979, como se citó en Harrsch, 1994) señala que existe la idea de las personas que eligen la psicología como carrera, lo hacen porque tienen problemas emocionales y esperan encontrar en este campo el cambio para resolverlos conviene distinguir dos actitudes posibles una, el individuo que experimenta conflictos emocionales y por ello se siente motivado a mirar dentro de sí mismo y trata de preguntarse qué es lo que le impulsa en convertirse en psicólogo, la otra el tipo de individuos que también experimentan conflictos emocionales pero que tienden a proyectar sus disturbios en la sociedad, en el prójimo y que no pueden confrontar su propia metodología.

Otros autores como Lartigue y Harrsch, (1981, como se citó en Harrsch, 1994) definieron el perfil ideal del psicólogo teniendo las siguientes características:

- ❖ Calidad profesional y compromiso social, que se refiere a poseer los instrumentos conceptuales y las habilidades prácticas que capaciten para un ejercicio profesional de alto nivel en México.
- ❖ Rigor científico en la intervención, actitud de servicio y apertura, el psicólogo se mantendrá en contacto con el estudio y la observación sistemática de la realidad y sus tareas de búsqueda e investigación, se caracterizarán por la objetividad y la serenidad en los planteamientos y las soluciones. El psicólogo será capaz de integrar y poner a prueba, con gran rigor científico, sus conocimientos sobre el comportamiento humano y se comprometerá con estos conocimientos al servicio de México en algunas de las áreas de aplicación de la psicología.
- ❖ Actitud interdisciplinaria y de diálogo, el especialista estará abierto al diálogo con otros profesionales de diferentes disciplinas, y se manifestará dispuesta a colaborar con ellos en tareas comunes.
- ❖ Formación personal humanista, el psicólogo será una persona cada vez más consciente de sus propios valores como profesional. Identificando con su gremio profesional respetará no sólo a las personas, sino los planteamientos teóricos y el trabajo de sus colegas.

Dentro de la formación del estudiante en psicología hay una habilidad muy importante que se debe desarrollar para que funcionen eficazmente, como líder enérgico y útil, enfocado al entrenamiento de la estructuración de un yo fuerte, ya que estará en la interacción constante con seres humanos; se habla de la inteligencia emocional, que es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social (Goleman, 1996).

El término “inteligencia emocional” fue utilizado por primera vez en 1990 por los psicólogos Peter Salovey de la Universidad de Harvard y John Mayer de la Universidad de New Hampshire. Lo emplearon para describir las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito (Torradabella, 1997) como: la empatía, la expresión y comprensión de los sentimientos, el control de nuestro genio, la independencia, la capacidad de adaptación, la simpatía, la capacidad de resolver los problemas en forma interpersonal, la persistencia, la cordialidad, la amabilidad y el respeto.

Sin embargo, se considera que la definición que mejor precisa lo que es la Inteligencia Emocional, es la propuesta por Salovey y Mayer (1990) quienes la definen como la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones propias y las de los demás.

Para Salovey (1990) el concepto de Inteligencia Emocional, es un constructo que estaría constituido por cinco dimensiones principales:

- ❖ El conocimiento de las propias emociones, como la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que aparece, al mismo tiempo que las causas y sus efectos.
- ❖ La capacidad de controlar las emociones para adecuarlas a cada momento sin que nos veamos arrastrados por ellas.
- ❖ La capacidad de motivarse a sí mismo, utilizando lo mejor que se tiene para aprender a disfrutar con y en las propias tareas que se hace, sin que tengan que influir refuerzos extremos a la tarea o a sí mismos. La satisfacción del rendimiento induce a rendir más.
- ❖ El reconocimiento de las emociones ajenas, como la capacidad empática que posibilita la predisposición de admitir las emociones de los demás, a escuchar y comprender desde la perspectiva del otro, así

como a identificar y comprender sentimientos ajenos, aunque no se haya expresado verbalmente.

- ❖ Capacidad para controlar las relaciones y hacerlas adecuadas con los demás a cada momento. El aspecto más importante es la consideración de estas dimensiones como habilidades innatas en todas las personas, en mayor o menor grado y en diferente cualidad.

Orozco (2012) menciona que estas dimensiones son necesarias para la relación entre el individuo y su medio, debido a que permite desarrollar la activación y coordinación de los cambios fisiológicos, cognitivos y conductuales necesarios para ofrecer una respuesta efectiva a las demandas del ambiente. Esto marcará la pauta para desarrollar la inteligencia emocional y también una sana comunicación.

Cabe mencionar que existen diversas posturas acerca de la inteligencia emocional donde se combinan estas dimensiones. Los principales modelos que se han desarrollado son dos: el modelo mixto y el modelo de habilidad.

En el modelo mixto se destacan autores como Goleman (2000) y Bar-on (1997) como se citó en (Zabala, Valdez y Vargaz, 2008), se combinó algunas dimensiones de personalidad como el optimismo y la capacidad de automotivación, con habilidades emocionales e incluye procesos psicológicos cognitivos y no cognitivos. Siguiendo el mismo modelo Furnham y Petrides (2010) consideran que la inteligencia emocional (IE) es una constelación de emociones, percepciones y rasgos de personalidad subrayando entre los últimos la empatía, la felicidad y el optimismo. Para Bar-On 1997 la IE es un conjunto de capacidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en la capacidad total del individuo para hacer frente a las demandas y las presiones del medio ambiente.

Por otro lado, los modelos de habilidad se enfocan de manera exclusiva en el procesamiento emocional de la información y en el estudio de las capacidades

relacionadas con dicho procesamiento. Postulan la presencia de una serie de habilidades cognitivas o destrezas de los lóbulos prefrontales del neo córtex para percibir, evaluar, expresar, manejar y autorregular las emociones de un modo inteligente y adaptado al logro de bienestar, según las normas de conducta establecidas socialmente (Zavala, 2008).

Entre los principales autores del modelo de habilidad se encuentran Salovey y Mayer (1990 citado por Benito, 2013) que argumentan que la Inteligencia Emocional está formada por cuatro componentes:

1. Percepción y expresión emocional, hace referencia a la habilidad para reconocer e identificar de forma consciente nuestras emociones, valorarlas y expresarlas con exactitud (dándole una etiqueta verbal), consciente del individuo de sus emociones y sus pensamientos acerca de las emociones, además de la capacidad para supervisarlos, distinguirlos y expresarlos.

2. Facilitación emocional, capacidad para ordenar las emociones con el objetivo de dirigir la atención, la autosupervisión y la automotivación, para generar sentimientos que faciliten el pensamiento.

3. Comprensión emocional, es la capacidad para percibir las emociones, entender los problemas, reconocer las emociones similares y su relación con la situación. Se encamina a integrar el sentimiento dentro del pensamiento y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales.

4. Regulación emocional, dirige y maneja las emociones tanto positivas como negativas de forma eficaz, para rebajar la tensión y aumentar la calma. Así, cada una de ellas se constituye sobre la base de las habilidades logradas en la fase anterior.

Así mismo existen teorías de la inteligencia emocional que sugieren que basamos nuestra experiencia de la emoción en la conciencia de las respuestas

fisiológicas, la evolución cognitiva y la interacción de ambas (Departamento de psicología de la salud, 2005).

Algunas de las teorías más destacadas son la Teoría de Cannon (1927) y Bard (1938). Estos autores destacan que las emociones están formadas tanto por respuestas fisiológicas como por la experiencia subjetiva de la emoción ante un estímulo. Todas las reacciones físicas son iguales para diferentes emociones, en base (únicamente) a las señales fisiológicas no podríamos distinguir una emoción de otra.

Otra teoría importante es la de los dos factores de Schachter-Singer, (1962). Esta teoría mantiene que las emociones son debidas a la evaluación cognitiva de un acontecimiento, pero también a las respuestas corporales. La persona nota los cambios fisiológicos, advierte lo que ocurre a su alrededor y denomina sus emociones de acuerdo a ambos tipos de observaciones.

La primera teoría explica las emociones únicamente desde la fisiología, la segunda desde las cogniciones y la tercera basa su teoría en la interacción de ambas (factores fisiológicos y factores cognitivos).

Esto conlleva que al elegir un compañero de vida y vivir plenamente satisfecho es fundamental buscar a alguien en un nivel igual o parecido a nosotros en el tema de los sentimientos y emociones. La disonancia en temas afectivos hace inviable la relación amorosa. Por eso es importante desarrollarnos en lo emocional para atraer y elegir con mayor madurez afectiva.

La satisfacción marital se refiere la evaluación subjetiva experimentada en el matrimonio (Burr, 1970). Para comprender mejor se considera que la satisfacción es un posible indicador de estabilidad y felicidad en el matrimonio (Hicks y Platt, 1970).

Díaz y Sánchez (2002) mencionan que la satisfacción en la relación de pareja se considera un correlato de la cercanía y el amor porque la evaluación que

cada miembro hace de esta, en lo referente a la interacción afectivo-emocional y funcional de la pareja, corresponde a áreas de la vida cotidiana en las que conductas que manifiestan cercanía y amor. Así mismo, las implicaciones cognoscitivas y emocionales que traen consigo la cercanía y el amor definen la percepción y evolución que hacen los miembros de la satisfacción y del bienestar que existe en la relación.

Solares, Benavides, Peña, Rangel y Ortiz (2011) aseguran que la satisfacción marital determina en gran medida la duración y mantenimiento de la unión, así como su buen funcionamiento. Estas relaciones amorosas presentan múltiples alternativas y denominaciones, dependiendo de niveles diferenciales de involucramiento emocional, exclusividad, intimidad sexual, permanencia en la relación y su formalización.

Nina (1991) afirma al respecto que la satisfacción de pareja es la actitud que tiene una persona sobre su matrimonio, la cual puede ser desde positiva hasta negativa. Estrada (1991) concuerda con el punto de la importancia que tiene la actitud en la satisfacción de pareja y asevera que la calidad de la relación o del matrimonio depende en gran parte de la actitud que cada persona experimente hacia su relación; es decir, del grado de satisfacción y complementariedad que se le pueda dar a las expectativas de cada uno de los miembros de la pareja en los cuales intervienen todas las profundas necesidades y deseos del psiquismo individual.

Algunos autores como Cortes, Reyes, Díaz-Loving, Rivera Aragón y Monjarraz (1994) dividieron las áreas de la satisfacción marital en seis factores:

1. Físico-sexual, expresa contactos e intercambios físico-corporales.
2. Interacción, refleja intercambios emocionales y de comprensión que facilita la interacción de la pareja.
3. Comunicación y diversión, es la manera en que la pareja se comunica afectivamente dentro y fuera del hogar.

4. Familia, manifiesta la distribución y cooperación de las tareas de hogar por parte de la pareja.
5. Toma de decisiones, refleja la organización y funcionamiento de la pareja.
6. Hijos, se refiere a como se siente el conyugue con respecto a la educación, atención y cuidado que su pareja da a los hijos.

Uno de los factores clave, que ha sido apuntado en recientes investigaciones, es la habilidad para manejar conflictos, puesto que las parejas satisfechas se diferencian de las parejas insatisfechas no en la ausencia de conflictos, sino en los diferentes estilos que utilizan para manejarlos (Greeff, 2000; Scaturo, Hayes, Sagula y Walter, 2000).

La satisfacción marital cambia conforme transcurren los años de matrimonio. Sin embargo, existe evidencia contradictoria con respecto a la forma en que dicho fenómeno varía (Pick y Andrade, 1988).

Las habilidades emocionales son importantes en gran parte de los ámbitos de la vida, desde el profesional al personal. Es interesante conocer como estas habilidades funcionan dentro de la interacción interpersonal, especialmente en la pareja. Dado que en los últimos años los matrimonios parecen haber sufrido grandes cambios, moviéndose a relaciones más igualitarias, pero con menor estabilidad, menor duración y mayor número de rupturas.

CAPITULO I. INTELIGENCIA EMOCIONAL

"Casi todo el mundo piensa que sabe qué es una emoción hasta que intenta definirla. En ese momento prácticamente nadie afirma poder entenderla"

WENGER, JONES Y JONES

1.1 Emoción

1.2 Fisiología de las emociones

1.3 El temperamento y su influencia en las emociones

1.4 Inteligencia emocional

1.5 Modelos de la inteligencia emocional

1.6 Teorías principales

1.7 La importancia de desarrollar inteligencia emocional

1.8 Perfil del psicólogo

1.9 Estudios sobre inteligencia emocional en psicólogos.

CAPITULO I. INTELIGENCIA EMOCIONAL

1.1 Emoción

Las emociones son “impulsos que llevan a actuar, programas de reacción automática con los que nos ha dotado la evolución. La misma raíz etimológica de la palabra emoción proviene del verbo latino movere (que significa ‘moverse’) más el prefijo ‘e-’, significando algo así como ‘movimiento hacia’ y sugiriendo, de ese modo, que en toda emoción hay una implícita tendencia a la acción. El “término emoción se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencia a la acción que lo caracterizan” (Pacheco, 2011).

Habitualmente se entiende por emoción una experiencia multidimensional con al menos tres sistemas de respuesta: cognitivo/subjetivo; conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo (Lang, 1968).

Goleman (1996) conceptualiza la emoción como cualquier agitación y trastorno de la mente, el sentimiento y sus pensamientos característicos, que prepara el organismo para una clase distinta de respuesta determinando tendencias comportamentales muy variadas; propone la ira, la tristeza, el temor, el placer, el amor, la sorpresa y la vergüenza como emociones básicas.

Para Garrido (2000) la emoción es un proceso psicológico constituido por alteraciones en el sujeto, que pueden generar cambios a nivel cognitivo psicológico o social. Esto puede suceder mediante acciones adaptativas cuando su intensidad es adecuada o acciones desorganizadas cuando la intensidad no es controlada adecuadamente por el individuo.

Algunas de las emociones que experimentan los seres humanos han sido llamadas “emociones primarias” como son; el miedo, la ira, la alegría, la tristeza, el disgusto y la sorpresa, emociones que van acompañadas de patrones de conducta tales como respuestas faciales, motoras, vocales,

endocrinas y autonómicas hasta cierto punto estereotipadas y que son reconocibles por encima de diferencias culturales y raciales en los seres humanos. Se distingue también emociones como; la envidia, la vergüenza, la culpa, la calma, la depresión y más, que se denominan 'emociones secundarias', con un componente cognitivo más alto y que van además siempre asociadas a las relaciones interpersonales. Unas y otras constituyen sin duda parte esencial de nuestra vida, a la que confieren color y carácter. Más aún, la alteración de los sistemas neurales de los que dependen las expresiones emocionales, provoca grandes trastornos de conducta.

1.2 Fisiología de las emociones

La variedad de respuestas emocionales del ser humano presenta una manifestación somática que involucra el movimiento de músculos faciales, en compañía de otros elementos. El responsable de producir dichas respuestas es el sistema límbico, conformado por un conjunto de estructuras cerebrales que responden a ciertos estímulos a través de miedo, alegría, enojo o tristeza (López, Valdovinos, Méndez y Mendoza, 2009). Científicos y neurólogos como Joseph LeDoux y Antonio Damasio, hicieron aportaciones acerca de la neurotomía de las emociones (Belmonte, 2007).

A continuación, se describe el funcionamiento de la amígdala y el conjunto de estructuras cerebrales que están en el núcleo de la inteligencia emocional.

El *Sistema límbico*, frecuentemente mencionado como la parte emocional del cerebro, se encuentra alojado profundamente dentro de los hemisferios cerebrales y tiene la responsabilidad primaria de regular nuestras emociones e impulsos. El sistema límbico incluye el hipocampo, donde se produce el aprendizaje emocional y donde se almacenan los recuerdos emocionales, la amígdala, considerada el centro de control emocional del cerebro, y varias otras estructuras como el hipotálamo (Garrido, 2000).

Es aquí donde se procesan las distintas emociones y el hombre experimenta penas, angustias y alegrías intensas. El sistema límbico está en constante interacción con la corteza cerebral. Una transmisión de señales de alta velocidad permite que el sistema límbico y el neocórtex trabajen juntos, y eso es lo que explica que podemos tener control sobre nuestras emociones (Dennis, 2002).

Las funciones principales del sistema límbico son la motivación por la preservación del organismo y la especie, la integración de la información genética y ambiental a través del aprendizaje, y la tarea de integrar nuestro medio interno con el externo antes de realizar una conducta. Ha sido aceptado por la mayoría de los investigadores, tanto del ámbito cognitivo, como biológico, que las emociones son formas de conductas que cumplen una función adaptativa. Es decir, es un sistema de evolución y adaptación a las condiciones ambientales. Las emociones sirven para activar y preparar los sistemas de respuestas -neurofisiológico-bioquímico, conductual expresivo y experiencial-subjetivo- ante la gran cantidad de estímulos que pueden percibir los seres que las tienen (Netter, 2011).

Ahora bien, la *amígdala*, es una porción del sistema límbico localizada en la base del lóbulo temporal y se denomina a partir del griego amygdále (almendra que se asemeja su forma). La amígdala constituye el centro del sistema límbico y es la especialista en los aspectos emocionales, al actuar como depósito de la memoria emocional. Se ha considerado que desde el ojo, el oído y demás órganos sensoriales, la información se trasmite al tálamo y luego a regiones de la neocortesa, que los organiza en el proceso receptivo y se les dota de significado, sin embargo LeDoux (1996, como se citó en Goleman, 1996; Garrido, 2000) descubrió que mediante una vía secundaria la amígdala recibe información directa de los sentidos, viajan hacia el tálamo y posteriormente a la amígdala, emitiendo una respuesta antes de registrarse en una segunda señal hacia la neocorteza (cerebro pensante).

Las personas que han tenido un derrame cerebral que resultaron en daños a la amígdala se considera que representan todas las expresiones que no sea la del miedo. Las investigaciones realizadas por Weiskrantz revelaron que las lesiones causadas a la amígdala resultaron en alteraciones emocionales y de comportamiento. Condiciones tales como el autismo, fobias, trastorno postraumático de estrés, la ansiedad y la depresión se considera que están relacionados con el funcionamiento anormal de la amígdala. (Niwuwenhuys, 2009).

Por su parte el *hipocampo*, se encarga de registrar, reconocer significados y otorgar sentido a las pautas de percepción que las respuestas emocionales., en tanto la amígdala alberga las emociones que acompaña tales datos ya sean agradables o desagradables. Esto podía lustrar el motivo de que la presencia de la emoción sea crucial en el pensamiento eficaz, la toma adecuada de decisiones y pensar con claridad ante determinadas situaciones (Goleman 1996).

El *hipotálamo*, es la estructura más rica en vasos sanguíneos, recibe largas fibras desde el sistema límbico a través de formas y dese la estría terminal de la corteza. Representa la vía final común de salida del sistema límbico en relación con las glándulas de secreción internas y ejerce un control directo sobre el sistema endocrino y el sistema nervioso autónomo (Garrido, 2000).

Al hacer referencia a las emociones como tal, se tiene que Kandel y Schwartz (1997) desglosa las siguientes funciones conocidas que cumplen las emociones:

- ❖ *Funciones intrapersonales*: Son funciones relacionadas con el organismo y el comportamiento. Coordinar los 3 sistemas de respuesta ya conocidos; proveer de un soporte físico adecuado para iniciar acciones de huida o enfrentamiento; aumentar y favorecer la velocidad de procesamiento mental, pudiendo elegir entre una mayor variedad de

opciones ante una situación y hacerlo de forma satisfactoria; modificar los modos de comportamientos habituales del individuo, provocando la activación de conductas latentes o inhibidas impropias a la persona; advertir al organismo ante posibles condiciones desfavorables o dañinas.

- ❖ *Funciones interpersonales:* Se refiere a las funciones relacionadas con la comunicación y la relación con otras personas. Destaca esta funcionalidad en lo referente a la transmisión externa de nuestro estado de ánimo, a través de los gestos, los cambios de tono, etc. Esta funcionalidad es doble, puesto que, en segunda instancia, permite a los receptores adaptar y regular su comportamiento para reaccionar ante nosotros. Otro aspecto de esta funcionalidad es aumentar o disminuir nuestra capacidad de relacionarnos e interactuar en un grupo.
- ❖ *Función motivacional:* Las emociones motivan, permiten activar recursos para movilizarnos ante una determinada situación. En este contexto también se mueve una función social-motivacional. La activación de una clase de recurso u otro también está regulada en función del contexto social en que nos encontremos. Esta funcionalidad es un compendio entre la función interpersonal y la motivacional, puesto que la motivación al actuar de una forma u otra se regulará en base a una actitud que queramos conseguir en el receptor.
- ❖ *Función valorativa:* Es la principal función que cumplen las emociones. Las funciones son un índice valorativo de los hechos, para catalogar estos como placenteros o aflictivos. Esta funcionalidad depende de la sensibilidad emocional, el proceso o baremo por el cual somos capaces de valorar la relevancia de un estímulo que hemos recibido. También se pueden considerar las emociones como señales que hemos recibido ante eventos de importante relevancia.

Todas estas funcionalidades de las emociones desmienten, en un principio, la idea de un papel disfuncional de estas. A esta idea se refieren varios autores, los cuales concluyen que el papel disfuncional o funcional de las emociones

viene dado en realidad por la intensidad, frecuencia, duración o aparición inapropiada de estas.

Por su parte, Damasio (1996) concibe que el proceso emocional se compone de varias fases:

1. Percepción: Se precisa de un desencadenante que active el inicio del proceso emocional. Este factor puede estar motivado por condiciones internas o externas.
2. Evaluación: Tras recibir el estímulo, se lleva a cabo un proceso de evaluación de esta con un objetivo valorativo. En este momento se produce la activación emocional.
3. Cambios fisiológicos: Tras la activación emocional, el sistema nervioso envía instrucciones al organismo para que comience a adecuarse a la nueva situación y esté preparado para activarse y responder adecuadamente en caso de ser necesario una acción que requiera de un esfuerzo físico.
4. Expresión motora: Esta es la etapa en el que se da la somatización de la emoción y el momento en el que otros perciben esos cambios. Se adapta la expresión corporal y se acentúa la comunicación no verbal. Se pretende, a sí mismo hacer conocer al otro o al entorno la nueva situación emocional y a ser posible provocar una reacción.
5. Efectos motivadores con tendencia a la acción: Se esperan nuevos estímulos que dirijan la reacción hacia una acción concreta. Estos estímulos pueden agudizar la emoción que se está experimentando, pueden relajarla o pueden hacer que cambie a una nueva situación emocional.
6. Sentimientos subjetivos: Se asocia la emoción y el estímulo recibido a los juicios de valor que se han establecido para ellos, valorándolos a su vez en base a situaciones previas que guarden alguna semejanza. Este proceso es muy significativo, pues demuestra el hecho de que en

situaciones aparentemente distintas el organismo actúa de manera similar y tiende a repetir las respuestas que resultaron eficaces.

7. Afrontamiento: Es la respuesta que nuestro organismo, en conjunto a nuestro sistema nervioso, ofrece solventar la situación que nos ha estimulado.

1.3 El temperamento y su influencia en las emociones

Un factor que influye, en gran medida, en la forma en que nos comunicamos los seres humanos es el temperamento, el cual no se aprende, sino que tiene un origen hereditario. Hipócrates fue, desde la antigüedad, el primero en desarrollar una clasificación de los diferentes temperamentos y también comprobó que el tipo de temperamento de cada quien afecta la conducta de las personas de una manera inconsciente.

El temperamento es una predisposición biológica que una persona tiene para actuar y reaccionar; además, el temperamento es así considerado como un componente básico de la personalidad, es decir, personalidad y temperamento no es lo mismo (Kagan, 2011).

Hipócrates en el siglo V a.C. describió cuatro tipos o categorías de individuos: el sanguíneo o alegre, el melancólico o de bilis negra, el colérico asociado con un aumento de bilis amarilla y el flemático al que se le atribuye un exceso de flema, propio de los individuos de tipo pasivo o calmado (De la Fuente, 1983).

Ahora se examinan las características y fortalezas de cada temperamento de acuerdo con Florence-littauer, (1993).

El sanguíneo se caracteriza por ser extrovertido, conversador, tiene la necesidad de ser el centro del escenario a través de dramatizar sus pláticas, se le dificulta escuchar a los otros tipos de temperamento, debido a su falta de

atención, ya que se distrae con facilidad. Muchas veces no se detiene a pensar antes de hablar y dice las cosas tal y como las siente. No es muy analítico, por lo que sus decisiones se basan más en lo que siente en el momento. Es decir, es un temperamento más reactivo que reflexivo, Le cuesta trabajo controlar o reprimir la ira. A pesar de su temperamento explosivo, no es resentido. Su personalidad es alegre, escandalosa y con buena disposición.

En la relación de pareja cuando un sanguíneo está en problemas o deprimido no necesariamente desea que su conyugue le resuelva el asunto, sino más bien desea se le arrulle (abraze) y se le haga sentir que no está solo, que se le permita llorar y expresarse, también apreciará regalos y tarjetas, que se le invite a salir a comer, llamadas de teléfono, cumplidos, y asegurarle que todo saldrá bien.

Al melancólico se le atribuye por ser introvertido, pensador y pesimista. Tiene un excepcional pensamiento analítico, con una mente inquisitiva que examina cada parte de la situación. Habla hasta haber realizado un profundo análisis de las cosas, no antes. Disfruta dando detalles de las cosas. Su naturaleza es más emocional y tienen dificultad tanto para controlar las emociones como para expresar sus sentimientos. Tiene una diversidad de humores y vacila entre las altas y las bajas. A veces es huraño, deprimido e irritable y otras es franco, cordial y sociable.

Un melancólico en la relación de pareja apreciará que se le asegure que no tiene culpa de la situación, que se siente uno a la par de él con quietud hasta que el desee hablar, pláticas sobre posibles soluciones, aceptar que "la vida no es justa" y mostrar empatía respecto a sus sentimientos.

El colérico es introvertido, activista y optimista. Líder nato, dinámico y activo. Manifiesta una necesidad compulsiva al cambio, no se desanima fácilmente, independiente y autosuficiente.

Un colérico en la relación marital se le puede animar con esperanza de victoria, que él puede salir adelante en la situación, asegurarle que tiene cualidades para manejar el problema y darle ayuda práctica, es lo que apreciará. Evite que él perciba sentimientos de lástima.

Al flemático se le considera introvertido, observador y pesimista. Su espíritu es calmado, no se permite enojarse y evita a toda costa las confrontaciones. Siente más la emoción de lo que la demuestra. No ríe ruidosamente ni grita. Es poco expresivo y sus actitudes son difíciles de comprender por los demás. Es firme y confiable. Puede ser agradable por su sentido del humor y sencillez para cierto tipo de pareja de temperamento similar, pero, para un temperamento más agresivo puede resultar difícil la convivencia por su estilo lento y metódico.

El flemático apreciará que se le asegure que es una muy buena persona, que no merece cosas malas como las que le suceden y animarlo con mucha suavidad a encontrar juntos una salida, ofrecerse a ayudarlo.

1.4 Inteligencia emocional

La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social (Goleman, 1996).

Según Goleman (1996) la inteligencia emocional se puede organizar en torno a cinco capacidades:

- ❖ Conocer emociones y sentimientos: las personas que tienen mayor certeza de sus emociones suelen dirigir mejor sus vidas ya que tienen un conocimiento seguro de cuáles son sus sentimientos reales.
- ❖ Aprender a manejarlas: la conciencia de uno mismo es una habilidad básica que nos permite controlar nuestros sentimientos.
- ❖ Aprender a crear motivaciones propias: el control de la vida emocional resulta esencial para mantener la motivación y la creatividad.
- ❖ Aprender a reconocerlas en los demás: las personas que tienen empatía suelen sintonizar con lo que necesitan los demás.
- ❖ Aprender a gestionar las relaciones: las personas que sobresalen en este tipo de habilidades suelen ser auténticas “estrellas” que tienen éxito en las relaciones interpersonales.

Salovey y Mayer (1990) apoyándose en los trabajos de Gadner, desarrolla el concepto de Inteligencia Emocional; constructo que estaría constituido por cinco dimensiones principales:

- ❖ El conocimiento de las propias emociones como la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que aparece, al mismo tiempo que las causas y sus efectos.
- ❖ La capacidad de controlar las emociones para adecuarlas a cada momento sin que nos veamos arrastrados por ellas.
- ❖ La capacidad de motivarse a sí mismo, utilizando lo mejor de lo que tenemos para aprender a disfrutar con y en las propias tareas que hacemos, sin que tengan que influir refuerzos extremos a la tarea y/o nosotros mismos. La satisfacción del rendimiento induce a rendir más.
- ❖ El reconocimiento de las emociones ajenas como la capacidad empática que posibilita la predisposición de admitir las emociones de los demás, a escuchar y comprender desde la perspectiva del otro, así como a identificar y comprender sentimientos ajenos, aunque no se haya expresado verbalmente.

- ❖ Capacidad para controlar las relaciones y hacerlas adecuadas con los demás a cada momento. El aspecto más importante es la consideración de estas dimensiones como habilidades innatas en todas las personas, en mayor o menor grado y en diferente cualidad.

La inteligencia emocional cobra validez en la actualidad cuando se asumen cambios de paradigmas. Anteriormente se tendía a considerar la inteligencia como un factor exclusivamente intelectual totalmente desprendido de emoción; recientemente surge la tendencia a considerar diferentes tipos de "inteligencias", entre ellas la emocional (Sternberg, 1985).

1.5 Modelos de la inteligencia emocional

Existen diversas posturas acerca de la inteligencia emocional. Pero los principales modelos que se han desarrollado son dos. El modelo mixto y modelo de habilidad.

El modelo mixto en el que destacan autores como Goleman y Bar-on (2000; 1997; como se citó en Zabala, Valdez y Vargas, 2008), combina algunas dimensiones de personalidad como el optimismo y la capacidad de automotivación, con habilidades emocionales e incluye procesos psicológicos cognitivos y no cognitivos.

Furnham (2010) considera que la IE es una constelación de emociones, percepciones y rasgos de personalidad subrayando entre los últimos la empatía, la felicidad y el optimismo. Para Bart-On (1997) la IE es un conjunto de capacidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en la capacidad total del individuo para hacer frente a las demandas y las presiones del medio ambiente.

Bar-On propuso un modelo de factores en el que inciden cinco dimensiones de la inteligencia emocional: habilidades intrapersonales, habilidades interpersonales, manejo de estrés, adaptabilidad y estado de ánimo general. Este último enfoque se destaca por el énfasis que atribuye a la IE en adaptación del individuo a diferentes situaciones de naturaleza emocional y social.

Los modelos de habilidad se enfocan de manera exclusiva en el procesamiento emocional de la información y en el estudio de las capacidades relacionadas con dicho procesamiento. Postulan la presencia de una serie de habilidades cognitivas o destrezas de los lóbulos prefrontales del neo córtex para percibir, evaluar, expresar, manejar y autorregular las emociones de un modo inteligente y adaptado al logro de bienestar, según las normas de conducta establecidas socialmente (Fernández- Berrocal, 2011).

Entre los principales exponentes del modelo la habilidad destaca el trabajo de Salovey y Mayer, quienes establecen en sus diferentes investigaciones, que la inteligencia emocional está formada fundamentalmente por las siguientes cualidades o componentes: Percepción y expresión emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y regulación emocional (García y Jiménez, 2010).

1.6 Teorías principales de la Inteligencia Emocional

El Departamento de Psicología de la Salud (2015) indica tres de las teorías más importantes en cuanto al tema de emoción, estas teorías se basan en la fisiología, las cogniciones y la interacción de factores físicos y mentales:

- ❖ Teoría de James (1884) y Lange (1885): sugiere que la experiencia de la emoción se basa en la conciencia de las respuestas fisiológicas o sensaciones físicas a los estímulos que provocan la emoción, tales

como el aumento de nuestro ritmo cardíaco y los espasmos musculares.

- ❖ Teoría de Cannon (1927) y Bard (1938): Estos autores destacan que las emociones están formadas tanto por nuestras respuestas fisiológicas como por la experiencia subjetiva de la emoción ante un estímulo. Todas las reacciones físicas son iguales para diferentes emociones, en base (únicamente) a las señales fisiológicas no podríamos distinguir una emoción de otra.
- ❖ Teoría de los dos factores (Schachter-Singer, 1962): Esta teoría mantiene que las emociones son debidas a la evaluación cognitiva de un acontecimiento, pero también a las respuestas corporales. La persona nota los cambios fisiológicos, advierte lo que ocurre a su alrededor y denomina sus emociones de acuerdo a ambos tipos de observaciones.

La primera teoría explica las emociones únicamente desde la fisiología, la segunda desde las cogniciones y la tercera se basa en la interacción de ambas (factores fisiológicos y factores cognitivos).

1.7 La importancia de desarrollar la inteligencia emocional

Se sabe que en los primeros años de vida se forma de manera decisiva el mundo emocional: la confianza en uno mismo, el autocontrol, la actitud abierta frente a lo nuevo, la capacidad de empatía, el saber disfrutar del contacto con otras personas, entre otras capacidades que se van formando desde la infancia en el núcleo familiar, siendo esta, base del desarrollo emocional, sin embargo se sabe que de adultos también se desarrollan nuevas habilidades y se pueden desarrollar otras con las que ya se contaban desde la infancia.

El grado de estabilidad de estas bases depende de la seguridad y madurez emocional que los padres tengan para enseñarle a sus hijos, por lo general los

padres inteligentes desde el punto de vista emocional también son eficaces educadores emocionales. Esta formación emocional vale la pena, debido a que los niños aprenden a temprana edad a manejar sus emociones lo que le da pie a un mejor ajuste social permitiéndoles hacer amistades con mayor facilidad mantener una relación relajada con los padres, son menos susceptibles a los trastornos de comportamiento y a los problemas escolares, por el contrario si las experiencias se dan repentinamente sin provocar ningún cambio en el entorno, las posibles consecuencias serán el miedo, la depresión, la indiferencia o la frustración en la vida adulta (Torradabella, 1997).

Otra característica importante de la inteligencia emocional, es la empatía, la cual se construye básicamente sobre la consciencia de sí mismo cuando se está abierto a las propias emociones es mayor la habilidad que se adquiere para interpretar los sentimientos de otros. La teoría de Titchener afirmaba que la empatía surgía de una especie de imitación física de la aflicción de otro que evoca los mismos sentimientos de sí mismo (Goleman, 1996).

La inteligencia emocional también implica habilidades tales como: ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones, controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar, además de mostrar empatía ante otros. Las aptitudes emocionales fundamentales pueden en efecto ser aprendidas y mejoradas por los niños, siempre y cuando se les enseñe.

Lizard (1993) considera que el sistema emocional constituye el sistema motivacional primario de la conducta humana, siendo el sistema emocional el que organiza la personalidad, la conducta y las cogniciones. Cada emoción tiene funciones distintas en el modo en que organiza la percepción, la cognición, las acciones para la adaptación, el afrontamiento y los esfuerzos creativos. Además, las relaciones entre emoción y conducta se inician en las primeras etapas del desarrollo humano y permanecen estables a lo largo del

tiempo, organizando, motivando y sosteniendo conjuntos particulares de conductas que contribuyen el desarrollo de la personalidad.

Las diferencias individuales en los umbrales de activación de la emoción y la frecuencia e intensidad con las que se experimentan las emociones concretas, son los principales detenimientos de los rasgos específicos y de las dimensiones más generales de la personalidad, ya que el sistema emocional abarca tanto los estados afectivos de carácter transitorio, ligados a las situaciones concretas como los afectos o emociones organizados que caracterizan a un individuo a lo largo de su desarrollo, lo que diversos han conceptualizado como personalidad (Pérez y Domínguez, 2000).

1.8 Perfil del psicólogo

En la actualidad la formación profesional en la carrera de psicología define al psicólogo como un profesional universitario cuyo objeto de estudio es el comportamiento humano individual y social, que a partir de la investigación de los procesos cognoscitivos-afectivos y de su interacción con el entorno es un promotor del desarrollo humano, consciente de sus responsabilidades éticas para consigo mismo y la sociedad, siendo su función genérica la de intervenir como experto del comportamiento en la promoción del cambio individual y social desde una perspectiva interdisciplinaria (Acle Tomasini, 1989 como se citó en Harrsch, 1991).

Lartigue y Harrsch, (1981, como se citó en Harrsch, 1994) definieron el perfil ideal del psicólogo teniendo las siguientes características:

- ❖ Calidad profesional y compromiso social, que se refiere a poseer los instrumentos conceptuales y las habilidades prácticas que lo capaciten para un ejercicio profesional de alto nivel en México. No será un especialista, pero tendrá un conocimiento global de la disciplina y

manejará las principales técnicas de evaluación, planeación e intervención en los diferentes campos de la psicología aplicada.

- ❖ Rigor científico en la intervención, actitud de servicio y apertura, se mantendrá en contacto con el estudio y la observación sistemática de la realidad y sus tareas de búsqueda e investigación, se caracterizarán por la objetividad y la serenidad en los planteamientos y las soluciones. Será capaz de integrar y poner a prueba, con gran rigor científico, sus conocimientos sobre el comportamiento humano y se comprometerá con estos conocimientos al servicio de México en algunas de las áreas de aplicación de la psicología.
- ❖ Actitud interdisciplinaria y de diálogo, donde el especialista estará abierto al diálogo con otros profesionales de diferentes disciplinas, y se manifestará dispuesta a colaborar con ellos en tareas comunes.
- ❖ Formación personal humanista, será una persona cada vez más consciente de sus propios valores como profesional. Identificando con su gremio profesional respetará no sólo a las personas, sino los planteamientos teóricos y el trabajo de sus colegas.

El profesional en psicología se enfoca fundamentalmente a la solución de problemas en los que el principal componente es el comportamiento humano, ya sea a nivel individual o de pequeños grupos, aun cuando los efectos de su intervención se expandan a grupos numerosos o en la sociedad en sí...*las actividades que desempeñan son múltiples, van desde el área de la salud, la educación, la laboral y social, ya que se le considera como optimizador de recursos humanos.*

El psicólogo investiga procesos básicos de la conducta, a fin de desarrollar teorías que expliquen el comportamiento, diseña programas para modificar el comportamiento en general y elabora planes de prevención y rehabilitación referidos a conductas problema en particular. Analiza problemas y posibles soluciones existentes en el proceso enseñanza-

aprendizaje, asesora política de planeación educativa realiza estudios de orientación vocacional, escolar y ocupacional.

Del mismo modo puede identificar, clasificar y analizar problemas emocionales y de adaptación evalúa programas para la prevención y solución de estos, interviene en situaciones de crisis y estudios que implican el diagnóstico, pronóstico e intervención terapéutica. También se une al estudio científico de las relaciones sociales entre el individuo y la sociedad, creando programas para convertir los recursos externos de una comunidad en recursos internos y evalúa la influencia que tienen los medios masivos de comunicación y de revolución científico- tecnológica sobre la conducta.

Para poder desempeñar las anteriores habilidades, el psicólogo se apoya entre métodos como entrevista, encuesta, pruebas psicométricas, sistema de observación y análisis formales, dependiendo del problema actúa con la técnica que más se adecue.

Los profesionales de esta carrera serán son capaces de identificar, valorar y proponer alternativas de prevención y solución a las diversas situaciones de interacción social que se generan entre individuos, grupos, situaciones y comunidades, para el desarrollo integral del individuo y la sociedad, llevando sus acciones con compromiso y ante todo con ética profesional (Celis, Medina, Rendón y Zama, G., 2005).

1.9 Estudios sobre inteligencia emocional en psicólogos

La mayoría de las personas inteligentes emocionalmente son capaces de aprovechar y resaltar sus fuerzas o cualidades tratando de compensar sus debilidades y de conseguir al máximo sus capacidades, las cuales requieren de inteligencia. Lo que la gente con inteligencia emocional valora y toma en cuenta

es que decide cuál es su campo de dominio y posteriormente trata de desatracar en él, con adaptación y sintonía en su entorno.

Pineda (2008) en su investigación “Diferencias de inteligencia emocional en estudiantes universitarios de las carreras de administración ingeniería y psicología” obtuvo los siguientes resultados.

Mediante el instrumento de Autorreporte de Inteligencia Emocional de Schutte los resultados apuntaron diferencias estadísticamente significativas en los puntajes de IE en los estudiantes de las carreras antes mencionadas.

Psicología-Ingeniería presentó un puntaje de .017, mientras que Administración-Ingeniería presentó un puntaje de .033; por lo tanto los estudiantes en psicología presentan una inteligencia emocional adecuada destacando en la escala de expresión de las emociones que se refiere como el saber expresar miedo, ira, tristeza o alegría entre otras como mecanismo de supervivencia.

Se puede inferir que los estudiantes de esta licenciatura desarrollan durante la carrera habilidad empática capacidad de observación, análisis, síntesis, vocación de servicio hacia los demás, mayor autoconocimiento, manejo y expresión mensurada de sus emociones; habilidades indispensables para su ejercicio profesional, y que seguramente perfeccionaran en un futuro en el ámbito laboral.

Goleman (1996) menciona que la inteligencia académica tiene poco que ver con la vida emocional y a veces las personas más brillantes pueden hundirse en el exceso de sus emociones y de los impulsos incontrolables, siendo así personas con un desarrollo intelectual elevado, poco eficientes como conductores de su vida privada. La inteligencia emocional con respecto a la académica, este autor recomienda en los estudiantes, la utilización de la IE a través del conocimiento de habilidades e intereses individuales, motivando y propiciando el desarrollo en diferentes ámbitos de su vida, como: el académico, el social, el artístico, psicomotriz y sobre todo para proporcionarle herramientas de autoconocimiento

que posteriormente empleen en el campo laboral; esto, sumado a los conocimientos que adquieren durante su formación profesional y a lo largo de madurez que desarrollan como proceso natural evolutivo, logra formar en ellos, cierta seguridad que le permite contar con una gama de opciones y recursos propios para enfrentar diferentes situaciones en la vida cotidiana.

CAPITULO II. SATISFACCIÓN MARITAL

*“El matrimonio es la oportunidad que tienen dos almas
de conocerse y amarse para convertirse
en lo mejor de sí mismos”.*

ANÓNIMO

- 2.1 Concepto de pareja
- 2.2 Etapas de la relación de pareja
- 2.3 Tipos de pareja
- 2.4 Modelo de Stenberg y las relaciones de pareja
- 2.5 Historia del matrimonio
- 2.6 Etapas del matrimonio
- 2.7 Satisfacción marital
- 2.8 Factores que generan una satisfacción marital
- 2.9 Insatisfacción marital
- 2.10 Factores que generan una insatisfacción marital
- 2.11 Causas de la insatisfacción marital

CAPITULO II. SATISFACCIÓN MARITAL

2.1 Concepto de pareja

El termino pareja se refiere a dos personas de familias distintas o pertenecientes al tercer grado de consanguinidad y normativamente de diferente género, que deciden vincularse afectivamente para compartir un proyecto en común, que incluye apoyarse y ofrecerse en circunstancias importantes mutuamente, dentro de un espacio que excluye a otras personas (Diccionario de la RAE, 2001).

Los miembros de la pareja deberán transmitirse su amor, su intimidad, y su compromiso para que por medio de ellos se desarrollen. El desarrollo de esta permitirá a los individuos tener un manejo adecuado de sus emociones ya que estos elementos intervienen directamente en la forma en que los individuos resuelven sus emociones. Dicha resolución de problemas facilita la forma de generar planes a futuro (Salovey y Mayer, 1989).

La pareja es uno de los aspectos centrales de la vida del ser humano. Una vez que el ser humano llega al mundo, la comunicación resulta ser el factor más importante que determina el tipo de relaciones que va tener con las personas más cercanas, para posteriormente instrumentarla en relaciones de otro tipo. La comunicación es la norma por la que dos personas se conocen, exploran y crean vínculos sólidos, así la comunicación abarca toda una amplia gama de temas y formas en que las personas intercambian información, incluyendo el sentido en que las personas le imprimen a dicha información (Satir, 1986).

La pareja es una unidad con rasgos específicos resultante de la combinación de dos personalidades y se constituye cuando se han cumplido varios niveles de atracción y satisfacción. Cada uno llega con sus necesidades, frustraciones y mecanismos de defensa que intervienen conscientemente unos e inconscientemente los otros sobre esa unidad diádica. A todo esto, se suman los conflictos, tensiones y ajustes que surgen de la convivencia, en la que cada

cual aporta lo asimilado en sus familias de origen hasta lograr un nuevo y particular modelo de intercambio. Al producirse el equilibrio entre el “yo” el “nosotros” se torna más gratificante el intercambio, porque se erige sobre la base de la satisfacción interna de ambos miembros. (Álvarez, 2001).

2.2 Etapas de la relación de pareja

Según Sánchez-Aragón (2000) la pareja desarrolla cierta dependencia basada en el tiempo, las vivencias y evoluciones compartidas como un modo característico de relación interpersonal, todo esto conforma el ciclo por la cual la pareja nace y se desarrolla. Este proceso presenta una serie de etapas complejas en ocasiones progresivas, en otras regresivas, estáticas, dinámicas, estables y cambiantes, con oscilación entre periodos de cercanía y de distancia caracterizados por estadios de continuidad y discontinuidad.

Rage-Atala (1990) considera que las etapas del ciclo vital de la pareja son jerárquicas y cada ciclo tiene su particular problemático. No obstante, cada etapa es autónoma, completa y distintiva en la misma. La pareja atraviesa en cada etapa por una serie de conflictos y expectativas que se tienen que ir resolviendo.

Con respecto al tema, Levinger y Snoek (1972, como se citó en Díaz-Loving y Sánchez-Aragón, 2000) distinguen tres fases dentro del ciclo:

- ❖ **Conciencia:** incluyen procesos que guían la atracción, como rasgos superficiales, atracción física, competencia, calidez e interés en actividades similares.
- ❖ **Contacto superficial:** las personas viven los efectos de la interacción, en donde la forma, la frecuencia y la intensidad determinan la atracción, así como las actitudes similares y las conductas dadas por los papeles sexuales.

- ❖ **Mutualidad:** se distingue por la gran cantidad de auto-divulgación congruente a los sentimientos personales. Se expresa y se comparte información sobre el bienestar de ambos miembros y se crean normas para la pareja. Se asumen responsabilidades para proteger y mejorar la relación y se eleva el compromiso emocional. Este nivel es el más importante en determinar las conductas de la pareja, ya que la relación ha alcanzado cualidades interpersonales únicas.

Díaz-Loving (2002) explica que dentro de la relación de pareja existe un dinamismo constante, donde se expresan sentimientos y conductas que abarcan un continuo, de la felicidad al enojo, de la tranquilidad a la angustia, de la alegría a la tristeza. No obstante, dentro de todo este movimiento, en las interacciones de conflicto se invierte una gran cantidad de tiempo y energía, ya que en las relaciones íntimas existen siempre ocasiones en las que es probable o incluso inevitable experimentar incompatibilidad o un desequilibrio en poder, amor, afecto e interés, lo que provoca gran malestar en los involucrados.

2.3 Tipos de pareja

Existen muchas creencias en cuanto al cómo se elige la pareja, algunas como la suerte o el destino, pero verdaderamente las personas se involucran en cierto tipo de relaciones de pareja por lo que tiene o les falta emocionalmente. Así mismo el ser humano tiende a buscar características en la pareja de alguien muy importante en su vida, principal mente de la madre que es la primera figura de amor.

Valdez (2002) hace una clasificación de los tipos de pareja de acuerdo a la personalidad y patología.

- ❖ **La esposa enamorada y el marido frío:** en el proceso de elección, el marido es un hombre que necesita a una mujer que se dedique a él, que

lo admire y con quien pueda asumir funciones directrices. Él aparece como más independiente, necesitado de admiración y con dificultades para recibir críticas. Ella aparece como más dependiente, humilde y dispuesta a renunciar a todo por su pareja; tiene una marcada necesidad de afecto y necesita un hombre en quien pueda apoyarse. Más profundamente, ambos buscan aprobación y validación permanente porque ambos padecen de baja autoestima, pero la diferencia radica en la forma como se las arreglan con este conflicto básico. Él pretende encontrar valorización a través de la adaptación y dedicación de ella y ella está siempre dispuesta a entregarse totalmente a él y aspira a conseguir valorización a través de él. Él se siente grandioso a través de la admiración de ella y ella busca aprobación y validación constante por parte de él. Ella a menudo no plantea ninguna exigencia, es como un “satélite” de él; se siente incompetente para tomar decisiones e incapaz de desplegar su individualidad.

- ❖ La esposa maternal y el marido desamparado (el cuidador y el enfermo): Cuando se elige este tipo de pareja, el marido busca a alguien que lo cuide y lo regalonee como una madre y ella busca a alguien de quien preocuparse, cuidar y salvar. Ambos están de acuerdo en que ella será la madre y él se comportará como hijo. Él aparece como un hombre cariñoso, más bien dependiente y poco competitivo y ella aparece como humilde, sin exigencias y con gran capacidad de sacrificio. Las mujeres suelen pertenecer a las profesiones “auxiliadoras” como las asistentes sociales, las enfermeras y los profesionales de la salud o “mujeres adictas a la relación”. Al comienzo, él desea ser acogido, protegido y cuidado por su esposa y ella está motivada a entregarle todo el cuidado que necesite, además de sentirse muy bien por hacerlo. Ella no desea nada y sólo espera ser compensada con el agradecimiento de su marido. Más profundamente, se trata de personas que se consideran poco queridas; él está tan necesitado de consideración y cuidado que se niega a ayudar y proteger a su pareja y ella compensa sus temores de no ser

querida y de ser abandonada emparejándose con un hombre que dependa de sus cuidados. El conflicto sobreviene cuando él se niega a entregar reconocimiento por los servicios prestados por ella; cuando él aumenta las exigencias y/o cuando ella comienza a sentirse sobrecargada, agotada y comienza a desear o envidiar la situación que él vive. Ella sentirá envidia y celos por la dedicación y el cuidado que él recibe por parte de ella, y él se llena de sentimientos de culpabilidad y de rabia pasiva. A mayor queja de ella mayor pasividad de él.

- ❖ El marido bonachón y la esposa infantil: en el proceso de elección el marido se siente llamado a salvar a una mujer desamparada y sumida en complicaciones. Él quiere ser “madre” de su esposa y está demasiado dispuesto a sacrificarse en el matrimonio. Él aparece como un hombre atento, bueno, responsable y confiable, y ella aparece como egocéntrica, emocionalmente expresiva y necesitada de afecto de los demás. Al inicio de la relación ella lo hace sentirse fuerte y estimado y ella se siente segura y protegida. A través de la protección que ella necesita, él se siente fuerte y superior. Más profundamente él se identifica con una figura materna por no tener un padre con quien identificarse. Ella suele tener un conflicto no superado con padres seductores y/o tiene una relación conflictiva con su madre. Ellas desean ser protegidas por un hombre que se ajuste al estereotipo masculino, pero simultáneamente han elegido a un hombre que les proporciona prioritariamente afecto y seguridad.
- ❖ Los “ni contigo ni sin ti” (parejas simétricas, lucha por el poder, juntos se matan y separados se mueren): estas parejas al inicio de la relación mantienen un cierto equilibrio entre los deseos de dependencia y las aspiraciones de autonomía. Aparecen como personas más bien independientes, exigentes consigo mismas, algo desconfiadas y muy preocupadas de la reciprocidad y la justicia. Más profundamente son personas dependientes, que temen la autonomía y el ser abandonadas por otro. En los casos más disfuncionales, cada uno siente temor a ser

abusado por el otro, para lo cual tiende a exagerar su postura de dominación. El conflicto aparece cuando un miembro de la pareja necesita desarrollar su autonomía y se encuentra con la resistencia del otro miembro, apareciendo la crítica, la rabia y la desvalorización. Así se desarrolla la lucha por el poder en la que cada uno siente que, si acepta lo que dice el otro, perderá su puesto y será sometido. Muchas veces compiten por el afecto de los hijos y en las discusiones no están interesados en el motivo de ésta, sino en la victoria o en impedir una derrota. Establecen una relación competitiva en la cual cada uno aplica su energía y creatividad a fin de establecer indiscutibles pruebas de que el otro está equivocado.

2.4 Modelo de Sternberg y las relaciones de pareja

El modelo de Sternberg (1985) plantea que el amor puede ser entendido en términos de tres componentes que juntos pueden formar los vértices de un triángulo, como se representa en la figura 1.

Figura 1. Triángulo del amor de Sternberg



De esta manera el amor está compuesto por intimidad, pasión y decisión-compromiso; cada uno de estos difieren en función de si la relación de amor es acorto o a largo plazo, si cada elemento se presenta o no en la relación de amor y a partir del curso de cada elemento ya que esto determina los cambios sobre la naturaleza de una relación de amor dada en el tiempo.

El componente de la intimidad se refiere a los sentimientos de cercanía, unión y vinculación en las relaciones de amor, en donde se incluyen todos aquellos sentimientos que aparecen esencialmente ante la experiencia de calidez, deseo de promover el bienestar de la persona amada, felicidad y vida con la persona amada, alto respeto por el otro, ser capaz de contar con el otro en momentos de necesidad, mutuo entendimiento, compartir posesiones con el otro prever de un apoyo emocional, tener íntima comunicación y valorar la vida del otro.

El siguiente componente es el que corresponde a la pasión, lo cual involucra a lo que guía al romance, la atracción física, la consumación sexual y los fenómenos relacionados en las relaciones del amor. Incluye lo que Hat Field y Walstr (198 como se citó en Stemberg 1985) llaman estado de intención anhelo para la unión con el otro. En una relación de amor, las necesidades sexuales pueden predominar en esta experiencia. Sin embargo, otras necesidades como autoestima, altruismo, atención, afiliación y dominación-sumisión también contribuyen.

Para finalizar, el componente que enlaza el último vértice del triángulo corresponde a la decisión-compromiso que se refiere a la decisión de que una persona ama a la otra y el compromiso es el de mantener ese amor a corto o a largo plazo. Este componente refiere básicamente a elementos cognoscitivos que incluye la decisión de mantener una relación de amor.

La importancia de cada uno de estos componentes difieren su función de si la relación de amor es a corto o a largo plazo; si cada elemento se presenta o no en la relación de amor, por ejemplo, la intimidad parece ser el núcleo de

muchas relaciones de amor, ya sea familiar, romántica o amistosa; la pasión tiende a estar limitada en ciertos tipos de relaciones románticas, mientras que la decisión compromiso puede ser altamente variable a través de diferentes tipos de relación de amor y a partir del curso de cada elemento, ya que esto determina los cambios sobre la naturaleza de una relación de amor dada en el tiempo.

Según Sternberg el amor es un factor implícito en la estructura de la pareja, ya que se asume que esta relación puede ser una integración romántica y/o amorosa que incluyen sentimientos de cercanía, unión y vinculación (intimidad) que permite la atracción y consumación sexual (pasión) así como el mantenimiento de dicho vínculo a través del tiempo (compromiso).

2.5 Historia del matrimonio

Tradicionalmente el matrimonio se ha definido como un contrato entre dos personas de diferente sexo que convienen vivir en una unión conyugal con el propósito de ayudarse mutuamente en la vida y establecer una familia (Schultz, 1991). A partir de este contrato surgen múltiples obligaciones y derechos para ambos cónyuges.

El matrimonio como sacramento y no solo como contrato se remonta de la época de San Pablo, siendo él quien compara la relación de una pareja, con la relación de Cristo y la iglesia. En la mayoría de las sociedades se necesitaba un entorno seguro para perdurar la especie, asimismo un sistema de reglas para manejar los derechos de propiedad y la protección de las líneas de sangre.

Existen diferentes tipos de matrimonio según la cultura: poligamia, poliginia, poliandria, endogamia, exogamia y monogamia. En todas estas tradiciones culturales el común denominador ha sido la devaluación de la mujer. En el antiguo Egipto las mujeres poseían los mismos derechos que los hombres,

aunque no siempre se respetaban. A lo largo de la historia las parejas se han organizado dentro de la institución del matrimonio (Miranda y Ávila, 2008).

Una de las tradiciones universales ha sido la argolla de matrimonio, remonta a los antiguos romanos, la redondez del anillo significaba la eternidad. Aunque en épocas pasadas no se casaban por amor, ya que la pareja no tenía como objeto la vida amorosa, ni el crecimiento personal, ni la felicidad, sino simplemente la procreación.

Históricamente y en las diversas culturas, la manera más común de seleccionar a una pareja era mediante el arreglo. Llevándolo a cabo los padres o casamenteros profesionales. Los principales intereses de los matrimonios arreglados eran la conveniencia de la riqueza y las condiciones sociales de las familias que se unen mediante esta institución.

En el matrimonio tradicional la máxima figura de autoridad y poder se veía reflejada en el esposo, mientras que el rol de la mujer era el de cuidar a los hijos, atender la casa, y en las familias de clase alta la esposa trabajaba en obras de beneficencia pública. De esta forma se organizaban dentro del matrimonio, la pareja era constituida como complementaria, en donde la función del hombre era proveer a su familia de vivienda, alimentación, vestido, entre otras, mientras en la mujer eran delegados las tareas domésticas y el cuidado de los hijos.

Actualmente cada individuo escoge a la persona con la que se casará en esta decisión intervienen varios factores tales como; intereses en común, la atracción interpersonal, los valores y el amor, que es considerado por la mayoría de las personas como un requisito primordial. Una de las decisiones más importante en la vida, es la elección de la pareja.

El matrimonio ofrece la oportunidad de desarrollo emocional a través de una relación recíproca. En la actualidad el estilo marital ha ido cambiando, ya que no lo integran dos personas estrechamente ligadas, con roles precisos

determinados por el sexo, sino dos seres libres e independientes, cada uno de los cuales mantiene un alto grado de su propia personalidad (Stekel, 1967).

2.6 Etapas del matrimonio

Cada etapa de la vida va transformándose, al igual que en matrimonio siendo muchos los factores que influyen en la relación de pareja los cuales deben de ser controlados. Según Melville (1983) identifica cuatro fases críticas en el desarrollo del matrimonio siendo estas: etapa del recién casado, etapa de padres, matrimonio de la edad media y matrimonio de retiro.

- ❖ Etapa del recién casado: esta etapa se podría definir como la luna de miel, siendo tantas las expectativas del recién casado generan emociones de alegría y felicidad, es una etapa de tranquilidad y redescubrimiento ya que a medida que convive con su pareja va notando ciertos modismos y costumbres del otro.
- ❖ Etapa de padres: en esta etapa del matrimonio la pareja ve comprometido su tiempo con las labores del hogar, el trabajo y el cuidado de los hijos, los cónyuges no logran administrar su tiempo para convivir en pareja ya que generan otro tipo de prioridades en este caso los hijos.
- ❖ Matrimonio de la edad media: en esta etapa la crianza de los hijos deja de ser la prioridad número uno, los hijos crecen y la pareja afronta un tipo de estabilidad dentro del matrimonio.
- ❖ Matrimonio de Retiro: en esta etapa la pareja se vuelve a reencontrar nuevamente, hay más tiempo para ambos, hay tranquilidad, armonía, compañerismo.

2.7 Satisfacción marital

La palabra satisfacción tiene como base una necesidad personal y mutua que ha de ser satisfecha o cubierta (Raynor y Shaver, 1997; como se citó en Roca, 2003). Partiendo de esto la satisfacción en la pareja adquiere una gran relevancia al ser un posible indicador de estabilidad y felicidad de una relación de pareja.

Las teorías y modelos referentes a la satisfacción en la relación de pareja han sido motivo de estudio a partir de los años setentas a raíz del incremento en la tasa de divorcios (Norton, 1976).

Una de las primeras personas que hablo sobre la importancia de la satisfacción en la vida del ser humano fue Maslow. De acuerdo con él, las necesidades básicas son las necesidades fisiológicas (hambre, sed y sueño).

También habló de la existencia de otras necesidades importantes de índole psicológicas como son: las necesidades de seguridad, de protección y de estabilidad; las necesidades de amor y la sensación de pertenencia que es resuelta con la familia y los amigos; así como la necesidad de respeto por sí mismo y de estima. Más aun, afirmó que cada ser humano tiene necesidades de crecimiento que se cumple a través del desarrollo de los potenciales y las propias capacidades. De acuerdo con estas bases se puede inferir que en la relación de pareja existe un sinnúmero de motivaciones que llevan a los individuos a buscar su satisfacción y que es mediante la interacción de la manera en que estas necesidades son satisfechas.

Según estudios realizados por Pick y Andrade (1988), creadoras de la escala de Satisfacción Marital en México, y Díaz- Loving (1996) que junto con sus colaboradores han trabajado con este tema durante varios años, la satisfacción de pareja, tal como la definen estos investigadores está relacionada con las expectativas que se tienen del matrimonio, así como del tiempo de unión, número de hijos y distribución de roles y responsabilidad de los conyugues.

Nina (1991) afirma al respecto que la satisfacción de pareja es la actitud que tiene una persona sobre su matrimonio, la cual puede ser desde positiva hasta negativa. Estrada (1991) concuerda con el punto de la importancia que tiene la actitud en la satisfacción de pareja y asevera que la calidad de la relación o del matrimonio depende en gran parte de la actitud que cada persona experimente hacia su relación; es decir, del grado de satisfacción y complementariedad que se le pueda dar a las expectativas de cada uno de los miembros de la pareja en los cuales intervienen todas las profundas necesidades y deseos del psiquismo individual.

Para Díaz- Loving (1996) la satisfacción de pareja se refiere a la apreciación subjetiva que un individuo hace del bienestar, calidad y valor de las diferentes facetas de su pareja y de su interacción con ella. De la misma forma Luckey (1964) afirma que la felicidad en la pareja se relaciona con la percepción que una persona de la pareja tiene de la otra y con la congruencia de la autopercepción del otro; es decir, que la calidad de la relación será un posible indicador de la satisfacción que se experimente en la vida de pareja, a la vez que esta satisfacción es un posible indicador de la felicidad que se experimente en los distintos ciclos de la vida en pareja.

La percepción que se tenga de la relación generalmente es basada en términos de percepción de su pareja acerca de la personalidad del otro, y el acuerdo entre los dos miembros, particularmente acerca de los aspectos de su interacción tienen un alto correlato con la satisfacción de pareja (Gottman, 1999).

López- Ibor (1983) afirma que la satisfacción en la relación de pareja no es un fenómeno constante; es decir, una pareja puede sentirse satisfecha en el presente, pero en el futuro puede deshacerse esa armonía percibida, y la que actualmente es considerada una relación rota, es posible que más adelante adquiera su equilibrio.

La propuesta realizada por López-Ibor (1983) menciona que para que exista satisfacción en la relación de pareja, esta debe incluir las siguientes condiciones: armonía entre los miembros de la pareja, proyecto de vida en común, entrega mutua de placer, atracción entre ambos, comprensión y aceptación de los defectos, unión y amor.

Bateson (1971) definió la satisfacción de pareja como una relación en la que ambas partes llegan al acuerdo explícito de que una o la otra controla la relación o bien ciertas áreas dentro de la relación. Cada persona puede hablar sobre la relación y comentar el efecto que la conducta de la otra persona tiene sobre ella.

2.8 Factores que generan una satisfacción marital

Rivera Aragón y Díaz- Loving (2002) dividieron las áreas de la satisfacción en:

1. Físico-sexual, expresa contactos e intercambios físico-corporales.
2. Interacción, refleja intercambios emocionales y de comprensión que facilita la interacción de la pareja.
3. Comunicación y diversión, es la manera en que la pareja se comunica afectivamente dentro y fuera del hogar.
4. Familia, manifiesta la distribución y cooperación de las tareas de hogar por parte de la pareja.
5. Toma de decisiones, refleja la organización y funcionamiento de la pareja.
6. Hijos, se refiere a como se siente el conyugue con respecto a la educación, atención y cuidado que su pareja da a los hijos.

Otro modelo aportado por Lederer y Jackson (1968 como se citó en Nina, 1991) afirma que no existe una única manera de relacionarse entre dos personas para

obtener un alto grado de satisfacción marital, pero los siguientes elementos parecen ser de vital importancia en la relación marital satisfactoria:

1. Respeto mutuo, pues cada conyugue debe de buscar algunas cualidades y habilidades importantes para respetar al otro.
2. La tolerancia de un conyugue hacia otro.
3. Cada conyugue debe de cumplir con sus roles y funciones, sin verlos como una obligación.

Por su parte Rogers (1980) hablo sobre las características de un buen matrimonio y él creía que un buen matrimonio es el progreso de cada conyugue para convertirse en su propio yo.

En una relación de pareja es necesaria la existencia de ciertas habilidades que puedan ayudar a resolver los conflictos en el momento en que se presenten o mejor aún para evitarlos.

Los miembros de la pareja pueden permitirse no estar de acuerdo en todo, pero será favorable el aprender a apreciar las diferencias entre ellos e incluso motivan la expresión de sentimientos; hacer flexible las fronteras entre ellos de manera que sea posible el contacto saludable; alentarse a mostrar el afecto entre ambos y apoyarse mutuamente en forma positiva; apreciar los propios conflictos y los de otros, tener respeto y lealtad, tener paciencia; tener autentica curiosidad sobre los sentimientos y puntos de vistas de los otros; ser terminantes, juguetones y hasta experimentales cuando las soluciones creativas sean necesarias (Susana y Villareal, 1988).

Pick y Andrade (1986) dividieron la satisfacción en tres factores los cuales son:

1. Satisfacción con los aspectos emocionales del conyugue, que se refiere a la satisfacción que un conyugue tiene con respecto a las reacciones emocionales de su pareja.

2. Satisfacción con la interacción conyugal, se refiere a la satisfacción que un conyugue tiene con respecto a la relación que lleve con su pareja.
3. Satisfacción con los aspectos estructurales y de organización del conyugue, mide la satisfacción que un conyugue expresa de la forma de organización y de establecimiento y cumplimiento de reglas de su pareja.

El modelo planteado por Millar, Nunally y Walkman (1975, como se citó en Sánchez-Aragón, 2000) establece siete elementos necesarios para lograr la satisfacción en la relación de pareja: antecedentes de socialización, roles de transición en la familia, número de hijos, años de casados, frecuencia y duración de la convivencia, nivel socioeconómico y espacio para los niños; sin embargo, los autores concluyen que de estos siete elementos solo el de transición de roles y la duración de la convivencia afecta directamente a la satisfacción en la vida de pareja.

2.9 Insatisfacción marital

La satisfacción en la pareja surge como resultado de la reciprocidad en contribuir a cada una de las necesidades tanto de los individuos como de la familia. Existen actualmente bastantes datos indicadores de que las parejas con relaciones no satisfactorias, cuando se comparan con otras cuya relación es gratificante, muestran una tasa mucho más baja en la interacción de conductas agradables, una tasa más alta de conductas aversivas, o ambas cosas (Bornstein, 1992).

La gran mayoría de expertos en terapia de pareja resaltan la importancia de una comunicación adecuada entre los miembros de la pareja como requisito fundamental para que la misma funcione adecuadamente, lo que además impide el efecto negativo de que se produzcan atribuciones erróneas (Ackerman, 1966).

El "balance marital" se da cuando dos personas que se casan, llevan a ese matrimonio una serie de características individuales tales como formas de actuar, actitudes, costumbres, hábitos, valores, intereses y rasgos de personalidad. Pero el matrimonio exige una serie de ajustes de parte de ambos cónyuges: tienen que ceder, cambiar y hasta a veces, sacrificar algo. De acuerdo a como se balancean esas individualidades con la relación marital, se plantea que surgirán distintos tipos de matrimonios. En un extremo está la persona que, al casarse, renuncia a su individualidad, sacrificándose por el bien del matrimonio en forma extrema. En el otro extremo está la persona que al casarse no está dispuesta a ceder en nada o casi nada su individualidad y antes de hacerlo sacrificar el matrimonio. Entre estos dos extremos caerán todos los matrimonios, formando un continuo.

La idea de que el matrimonio "ideal" es uno donde se ha integrado la individualidad del cónyuge dentro de la relación marital no es nueva en la literatura. Rogers (1972) considera que una de las características de un buen matrimonio es el progreso de cada cónyuge para convertirse en su propio yo. Al crecer dentro de la relación, ésta a su vez se hace más rica y más satisfactoria. Satir (1986) por su parte considera que el matrimonio sólo se desarrolla en forma positiva cuando hay un balance entre lo que ella llama las tres partes de la pareja: tú, yo y nosotros, y ninguna de estas partes predomina sobre las otras.

2.10 Factores de la insatisfacción

Uno de los factores clave, que ha sido apuntado en recientes investigaciones, es la habilidad para manejar conflictos, puesto que las parejas satisfechas se diferencian de las parejas insatisfechas no en la ausencia de conflictos, sino en los diferentes estilos que utilizan para manejarlos (Greeff, 2000). En este sentido Collins y Feeney (2000) concluyen de sus investigaciones realizadas

sobre estilos de interacción en relaciones conyugales, que las parejas que mejor funcionan son aquellas que se comprometen en estilos interactivos de apoyo y apego, es decir, utilizan la empatía y la reciprocidad.

Lawrence y Bradbury (2001) obtuvieron datos de 56 parejas con agresiones físicas y predictores de ajuste de pareja, confirmando que la insatisfacción de pareja era más común entre las parejas donde se daban agresiones que entre las que no se daban tales conductas (70% frente al 38%), y también dependiendo de la severidad de la agresión. La agresión permaneció como un predictor estable de insatisfacción una vez controladas otras variables como la presencia de eventos estresantes y la comunicación negativa.

Otro factor a considerar es la salud sexual. La presencia de disfunciones sexuales en mujeres con problemas de insatisfacción en la relación de pareja ha sido resaltado en diferentes investigaciones (Hayden, 1999). Este autor encuentra que la inconsistencia del orgasmo en la mujer muestra una asociación significativa con insatisfacción de pareja, pero que como es lógico esperar, la asociación más fuerte de la dificultad orgásmica se produce con insatisfacción sexual.

Así también es importante considerar la salud mental. Las consecuencias que sobre la salud mental tiene el sufrimiento crónico de un conflicto de pareja, Robbins (1999) indica que la depresión es una consecuencia previsible del conflicto de pareja. Por su parte, Blaustein (1999) indica que el conflicto crónico genera tanto en ambos miembros de la pareja como en los hijos, síntomas depresivos y baja autoestima.

Otro componente importante es la personalidad. El rasgo alto de ansiedad y sus aliados (la afectividad negativa y el neuroticismo) se han encontrado frecuentemente asociados con insatisfacción conyugal, pero se han realizado pocos esfuerzos para identificar los procesos a través de los que ejercen sus influencias (Caughlin, Huston y Houts, 2000).

Las parejas, al formarse, presentan diferentes expectativas de género acerca de sus relaciones, dependiendo de la edad de los cónyuges, del tiempo de casados, de la existencia o no de hijos, etcétera.

En las entrevistas e intervenciones terapéuticas de pareja en consulta privada se ha observado que las mujeres se muestran menos satisfechas que los hombres al preguntar por aspectos que ambos consideran relevantes para lograr la relación de pareja ideal, según sus expectativas de género. En algunos casos, estos resultados son la antesala del divorcio y, en otros, la perpetuación del matrimonio con una satisfacción de pareja poco manifiesta, provocando relaciones familiares destructivas, de las que derivan nuevas células que repercuten negativamente en el desarrollo de la sociedad (Rollins y Galligan, 1978).

2.11 Causas de la insatisfacción marital

Existen diversos factores que afectan la satisfacción marital, entre ellos se puede mencionar pequeños problemas de comunicación, ideas preconcebidas sobre una relación, el estrés, las largas jornadas de trabajo, presiones económicas, problemas de inseguridad o de aspectos más graves como un trastorno mental o situaciones que no tienen nada que ver con la pareja pueden impactar negativamente haciendo que ésta no se dé una oportunidad.

Acorde con lo antes mencionado se describen algunas causas que generan insatisfacción marital en la pareja como lo son:

- ❖ **Falta de tiempo:** La queja general radica en los pocos momentos que pueden o pudieron compartir en pareja, con énfasis en la falta de detalles recibidos por parte de su cónyuge, relacionados con abrazos, caricias y atención a su apariencia. La causa se encuentra primordialmente relacionada con la falta de tiempo debido al trabajo, en especial por la

combinación observada en las mujeres del desempeño del trabajo productivo con el reproductivo, situación que empeora su insatisfacción marital, pues el fenómeno se presentó en todos los casos analizados, restándoles en mayor proporción la posibilidad de atender los aspectos emocionales en pareja, en comparación con los hombres.

- ❖ **Falta de comunicación:** Para Torrella (2002) la comunicación, en sentido general y profundo implica la transmisión de actitudes, sentimientos movimientos inconscientes), es decir se expresa y comunica a través de todas las formas de manifestación de la personalidad en cada situación social que nos encontremos.
- ❖ **Falta de solución a conflictos:** La falta de propuesta de soluciones a los conflictos matrimoniales por parte de algunas de las mujeres se debió a que es prácticamente imposible llegar a acuerdos de pareja cuando el cónyuge presenta algún tipo de adicción, y cuando se es víctima de violencia a nivel físico, emocional, económico y/o sexual por parte de éste. En los casos observados, la falta de equidad afectó primordialmente la satisfacción marital de las mujeres.
- ❖ **Relaciones sexuales:** La preocupación por la satisfacción sexual es un fenómeno reciente, se refiere a la percepción y evaluación que una persona hace de su vida sexual con base en ciertos aspectos, como la frecuencia de los encuentros sexuales, satisfacción de sus necesidades, estilo de comunicación en pareja, tipo de actividad sexual realizada, cumplimiento de expectativas y satisfacción con su relación de pareja en general (Reyes-Domínguez, 1998).
- ❖ **Falta de atención a gustos e intereses:** Es importante determinar que a través de la comunicación conocemos a las personas, su historia, sus intereses, sus objetivos, sus frustraciones, sus gustos, etc., así que es por eso que toma una importancia primordial en cualquier relación el poder establecer un buen vehículo de comunicación claro y abierto. Es importante saber que no podemos amar lo que no conocemos.

- ❖ **Falta de reconocimiento:** Es que la relación de pareja es una forma de vida, que se nutre de motivaciones diarias y sencillas, cuales, paradójicamente, producen los grandes momentos. La felicidad raramente la producen eventos extraordinarios. Una palabra, una mirada, una sonrisa, un abrazo, una caricia, un guiño y hasta una nalgadita, suelen transmitir mensajes inmediatos que tocan el alma de las personas llenándoles de amor, ternura, paz, tranquilidad y seguridad. Por el contrario, la indiferencia, la desatención, la desconsideración, la falta de respeto, la chabacanería y la ausencia de ternura, suelen dejar heridas muy difíciles de sanar (Pick, 1988).

MÉTODO

Objetivos

Objetivo general

- ❖ Analizar la relación entre inteligencia emocional y satisfacción marital en profesionistas del área de psicología.

Objetivo específicos

- ❖ Conocer el nivel de inteligencia emocional que presentan los profesionistas del área de la psicología.
- ❖ Indicar la dimensión de la inteligencia emocional predominante en los profesionistas del área de psicología.
- ❖ Identificar el nivel de satisfacción marital en profesionistas del área de psicología.
- ❖ Determinar el factor que produce mayor satisfacción marital en los profesionistas del área de psicología.
- ❖ Señalar la relación estadística que existe entre las variables inteligencia emocional y satisfacción marital en los profesionistas del área de psicología.

Justificación

El ser psicólogo implica ser una persona en proceso de adquirir una serie de conocimientos teóricos cuyo objeto de estudio es el comportamiento humano individual y social, que a partir de la investigación de los procesos cognoscitivos-afectivos y de su interacción con el entorno es un promotor del desarrollo humano, consciente de sus responsabilidades éticas para consigo mismo y la sociedad, siendo su función genérica la de intervenir como experto del comportamiento en la promoción del cambio individual y social desde una

perspectiva interdisciplinaria. Acle Tomasini (1989, como se citó en Harrsch, 1991). Esto marca que la inteligencia emocional de un psicólogo está considerada diferente a la generalidad de la población.

Hoy en día la mayor parte de las personas se lamentan que el amor y la pareja duran cada vez menos. Las relaciones de pareja duran menos y el número de rupturas amorosas es mayor, esto se debe a que están más unidas por lazos emocionales y si estos ya no funcionan es más probable que se rompa la relación. Datos del INEGI 2012 registraron 99 mil 509 divorcios, esto es, de 17 divorcios por cada 100 matrimonios (INEGI, 2012). Investigaciones realizadas en México lograron determinar qué profesiones son las más propensas a acabar con las relaciones de pareja, se analizaron mil 500 casos de matrimonios que no funcionaron; de los cuales, 29% correspondía a personas dedicadas a el área de la salud donde engloba médicos, enfermeras y psicólogos.

Una relación de pareja es uno de los lazos afectivos más importantes en la vida del ser humano que le permite vincularse a profundidad, además de satisfacer necesidades primordiales tales como seguridad, pertenencia, confianza, intimidad y sexualidad (Mora, Gómez, Rivera, 2013). Esta variable es muy dependiente del contexto cultural en el que se desarrollan las parejas (Pick, Palos, 1988).

En la actualidad la sociedad percibe al psicólogo como una persona inestable en sus relaciones de pareja poniendo etiquetas en cuanto al mal manejo de sus emociones en discusiones amorosas, ya que por su perfil y rasgos de personalidad presentan un grado de autonomía, es decir, descarta la idea del “vivir para el otro” y desconocer los propios intereses a costa de la felicidad y el olvido de si, debido a esto se les considera erróneamente como una persona egocéntrica la cual satisface sus necesidades sin tomar en cuenta a su pareja.

En este sentido, resulta interesante estudiar la inteligencia emocional que presentan los profesionistas en el área de psicología en cuanto a su relación de pareja. Goleman (1996) define la inteligencia emocional como una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía y la agilidad mental. Es importante recalcar que cuando se tiene una inteligencia emocional las relaciones interpersonales llegan hacer más funcionales, estables y maduras, sobre todo en las relaciones de pareja.

Por esta razón surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es relación entre la inteligencia emocional y la satisfacción marital en los profesionistas del área de psicología?

Tipo de estudio

La investigación que se realizó se ajustó a una investigación cuantitativa y se hizo uso del estudio correlacional, ya que se tuvo el propósito de detectar la relación existente entre dos variables en un contexto particular.

Variables

V1. Inteligencia emocional

❖ Definición conceptual

La inteligencia emocional se considera una habilidad centrada en el procesamiento de la información emocional que unifica las emociones y el razonamiento, permitiendo utilizar las emociones para facilitar un razonamiento

más efectivo y pensar de forma más inteligente sobre la vida emocional (Salovey y Mayer, 1990).

❖ Definición operacional

La inteligencia emocional se midió con el instrumento Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) de Salovey y Mayer (1995) validado para la población mexicana por (Fernández, Berrocal, Extremera y Ramos, 2004). La escala se compone de 24 ítems agrupados en 3 dimensiones: atención emocional, claridad reparación emocional.

V2. Satisfacción marital

❖ Definición conceptual

Sánchez y Díaz-Loving (1996) mencionan que la satisfacción en la relación de pareja se considera un correlato de la cercanía y el amor porque la evaluación que cada miembro hace de esta, en lo referente a la interacción afectivo-emocional y funcional de la pareja, corresponde a áreas de la vida cotidiana en las que conductas que manifiestan cercanía y amor. Así mismo, las implicaciones cognoscitivas y emocionales que traen consigo la cercanía y el amor definen la percepción y evolución que hacen los miembros de la satisfacción y del bienestar que existe en la relación.

❖ Definición operacional

La satisfacción marital se midió con el Inventario Multifacético de la Satisfacción Marital (IMSM) de Cortez, Reyes y Díaz (1994) validado para la población mexicana por Rivera Aragón (2000). Es un instrumento de 48 ítems y está constituido por seis factores que son: interacción conyugal, físico-sexual, organización-funcionalidad, familia, diversión e hijos.

Hipótesis

- ❖ H₁: Existe relación estadística significativa entre la inteligencia emocional y la satisfacción marital en profesionistas del área de psicología.
- ❖ H₀: No existe relación estadística significativa entre la inteligencia emocional y la satisfacción marital en profesionistas del área de psicología.

Población

La población que se considero estuvo constituida por profesionistas en el área de psicología del municipio de Tejupilco Estado de México. Fue de tipo infinita pues no se cuenta con estadísticas confiables sobre el número de psicólogos que se encuentren ejerciendo y que radicaran en ésta zona geográfica.

Muestra

Se trabajó con una muestra de tipo no probabilística por conveniencia, constituida por 35 psicólogos, de los cuales 8 fueron hombres y 27 mujeres. Los criterios de inclusión que se tomaron en cuenta fueron:

- ❖ Contar con título profesional en licenciatura en psicología.
- ❖ Tener cedula profesional.
- ❖ Laborar en alguna de las diferentes ramas de la psicología.
- ❖ Estar casado (a) o en unión libre.

El único criterio de exclusión fue negarse a participar en el estudio. El periodo para la conformación de la muestra fue del 8 al 28 de septiembre de 2015.

Instrumentos

1. Inteligencia emocional.

Para la medición de la inteligencia emocional se utilizó la Escala de Inteligencia Emocional Autoinformada (TMMS-24) de Saler y Mayer (1995) validada para la población mexicana por Fernández, Berrocal, Extremera y Ramos (2004) con un confiabilidad de $\alpha=.734$.

La escala se compone de 24 ítems configurados por una serie de enunciados cortos a los que se responde en una escala gradual tipo Likert con alternativas del grado de acuerdo o desacuerdo respecto de si mismos, desde “nada de acuerdo” (1) a “totalmente de acuerdo” (5).

La escala se integra por 24 ítems distribuidos en tres dimensiones claves de la inteligencia emocional, cada una evaluada a través de 8 ítems. Cada escala se conceptualiza como sigue:

- ❖ *Atención Emocional*, entendida como el grado en que las personas creen prestar atención a sus emociones y sentimientos (comprende del reactivo 1 al reactivo 8). Las puntuaciones con las que se calificó fueron: de 13-22 debe mejorar, de 23-26 adecuada y mayor de 27 excelente.
- ❖ *Claridad de sentimientos*, se refiere a que la persona comprenda bien los estados emocionales en que se encuentra (comprende del reactivo 9 al reactivo 16). Las puntuaciones con las que se calificó fueron las siguientes: de 19-30 debe mejorar, de 31-34 adecuada y mayor de 35 excelente.
- ❖ *Reparación emocional*, definida como la creencia del sujeto en su capacidad para interrumpir y regular estados emocionales negativos y prolongar los positivos (comprende del reactivo 17 al reactivo 24). Las puntuaciones con las que se calificó fueron las siguientes: de 16-29 debe mejorar, 30-33 adecuada y mayor de 34 excelente.

2. Satisfacción Marital.

Para medir la variable satisfacción marital se aplicó el Inventario Multifacético de la Satisfacción Marital (IMSM) de Cortez, Reyes y Díaz (1994) validado para la población mexicana por Rivera Aragón (2000). Es un instrumento de 48 ítems con una escala de respuesta tipo Likert con un rango de 1 (me disgusta mucho) a 5 (me gusta mucho). Con una confiabilidad de $\alpha=.940$.

La escala se integra por 48 ítems distribuidos en seis factores claves de la satisfacción marital, cada una evaluada a través de 8 ítems:

- ❖ *Interacción conyugal*, que se refiere a la frecuencia con que el conyugue se interesa por los problemas del otro (comprende del reactivo 1 al reactivo 8). Las puntuaciones con las que se calificó son las siguientes: de 9-28 insatisfecho, 29-31 moderadamente satisfecho y mayor de 32 satisfecho.
- ❖ *Físico-sexual*, se refiere a la satisfacción que un conyugue tiene con respecto a la relación que lleva con su pareja, expresa contactos e intercambios físico-corporales (comprende del reactivo 9 al reactivo 16). Las puntuaciones con las que se calificó son las siguientes: de 10-29 insatisfecho, de 30-32 moderadamente satisfecho y mayor de 34 satisfecho.
- ❖ *Organización-funcionalidad*, refleja la organización, funcionamiento y establecimiento y cumplimiento de las reglas de su pareja (comprende del reactivo 17 al reactivo 24). Las puntuaciones con las que se calificó son las siguientes: de 14-28 insatisfecho, de 29-33 moderadamente satisfecho y mayor de 34 satisfecho.
- ❖ *Familia*, manifiesta la distribución y cooperación de las tareas del hogar por parte de la pareja (comprende del reactivo 25 al reactivo 32). Las puntuaciones con las que se calificó son las siguientes: de 10-26 insatisfecho, 27-30 moderadamente satisfecho y mayor de 31 satisfecho.

- ❖ *Diversión*, es la manera en como la pareja plantea que se lleven a cabo actividades recreativas (comprende del reactivo 33 al reactivo 40). Las puntuaciones con las que se calificó son las siguientes: de 8-22 insatisfecho, 23-31 moderadamente satisfecho y mayor de 32 satisfecho.
- ❖ *Hijos*, se refiere a como se siente el conyugue con respecto a la educación, atención y cuidado que su pareja da a los hijos (comprende del reactivo 41 al reactivo 48). Las puntuaciones con las que se calificó son las siguientes: de 8-27 insatisfecho de 28-32 moderadamente satisfecho y mayor de 33 satisfecho.

Diseño de la investigación

El diseño aplicado en esta investigación fue de tipo no experimental transversal ya que se estudiaron las variables en su contexto natural y en un momento único.

Captura de la información

Para la captura de información de este trabajo de investigación se aplicó el cuestionario Trait Meta-Mood Scale, (TMMS-24, 2004) que mide la inteligencia emocional y el inventario multifacético de satisfacción marital (IMSM, 2000) para medir la variable de satisfacción marital en profesionistas en el área de psicología, de acuerdo al siguiente procedimiento:

- ❖ Se otorgó un oficio de consentimiento informado a cada uno de los participantes seleccionados.
- ❖ Se dio a conocer a los participantes los objetivos de la investigación y se solicitó de manera directa su colaboración para la contestación de dichos cuestionarios.

- ❖ Se les comentó a los participantes que su colaboración sería muy importante y que la información recabada es estrictamente confidencial y sobre todo para fines de investigación.
- ❖ Se les entregó los cuestionarios a cada participante, se les dio a conocer las indicaciones; no hubo límite de tiempo para la aplicación del cuestionario y se recalcó que era importante que contestaran con honestidad.

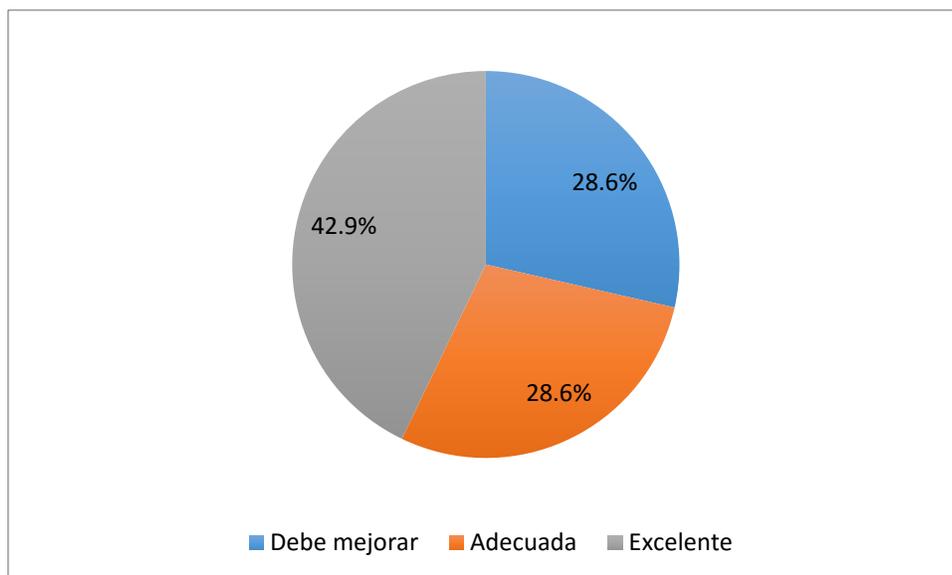
Procesamiento de la información

Una vez terminadas la aplicación de los instrumentos se procedió a capturar la información obtenida. Para ser analizada se utilizó la estadística descriptiva e inferencial y se empleó el paquete estadístico SSPS versión 20 sacando frecuencias, percentiles, mínimo, máximo y la media. Se empleó el estadístico de r de Pearson el cual permitió identificar la forma en que se relacionó la variable inteligencia emocional y satisfacción marital en los profesionistas del área de psicología, posteriormente se procedió a realizar las gráficas para obtener la representación visual de la información.

RESULTADOS

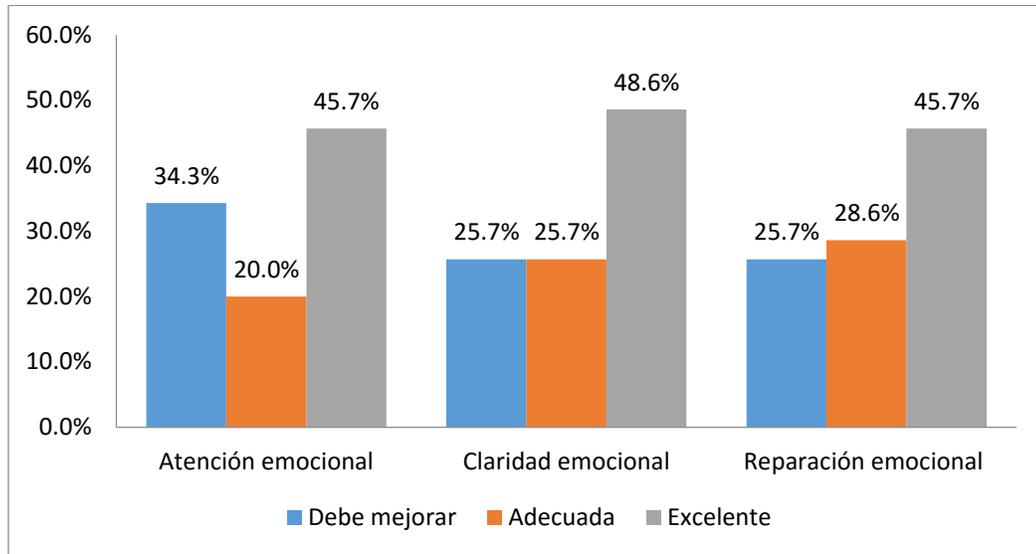
En el presente estudio se midió la inteligencia emocional y satisfacción marital en los profesionistas del área de psicología, a través de la aplicación del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) y el Inventario Multifacético de la Satisfacción Marital (IMSM); los resultados que se obtuvieron se representan en las siguientes figuras y tablas.

FIGURA 2. NIVEL GENERAL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.



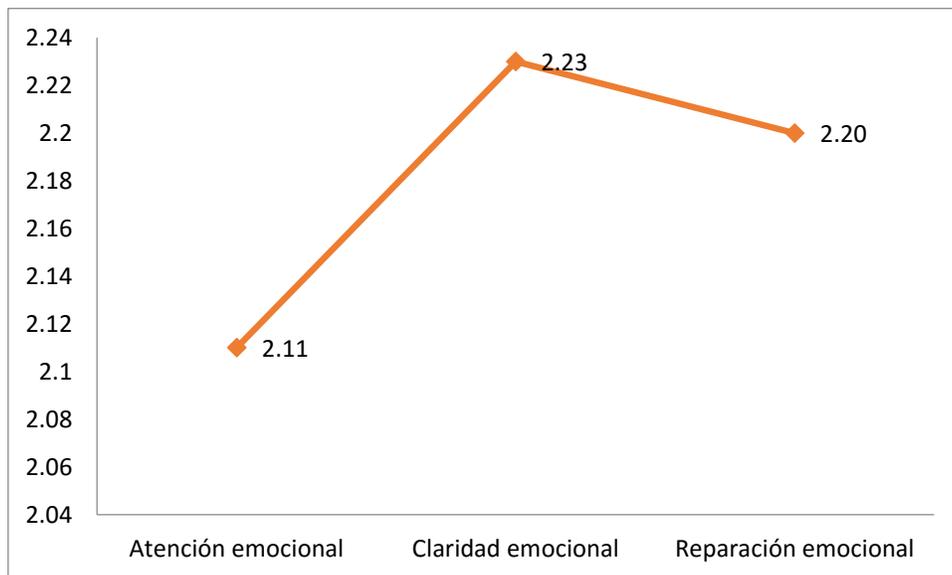
La figura 2 indica que el mayor porcentaje de los psicólogos (42.9%) que participaron en la investigación cuentan con un nivel excelente de inteligencia emocional.

FIGURA 3. DIMENSIONES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.



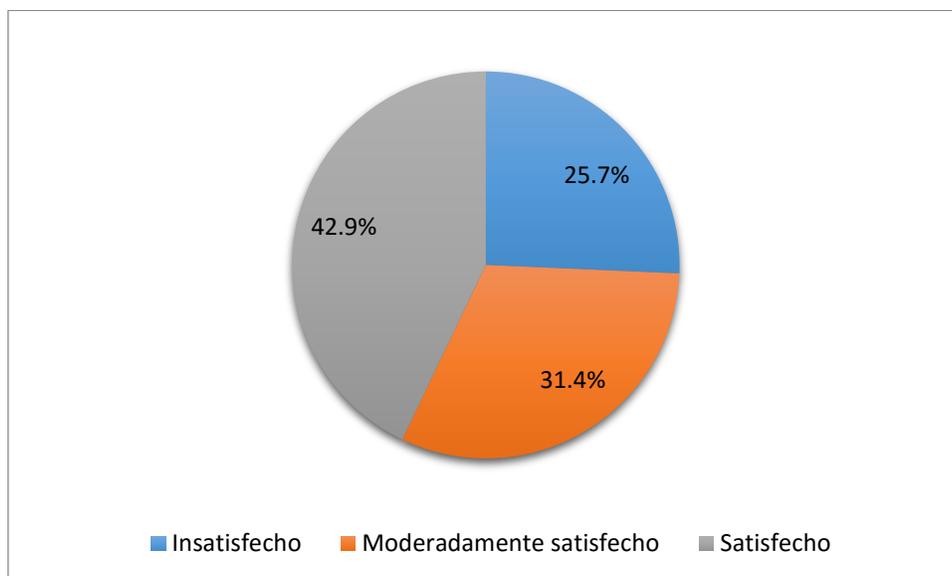
Con respecto a las dimensiones de la inteligencia emocional, en la figura 2 se puede observar que en las tres dimensiones el mayor porcentaje de la población estudiada presenta un nivel excelente: 45.7% en atención emocional, 48.6% claridad emocional y el 45.7% para el componente reparación emocional.

FIGURA 4. MEDIAS OBTENIDAS PARA LAS DIMENSIONES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.



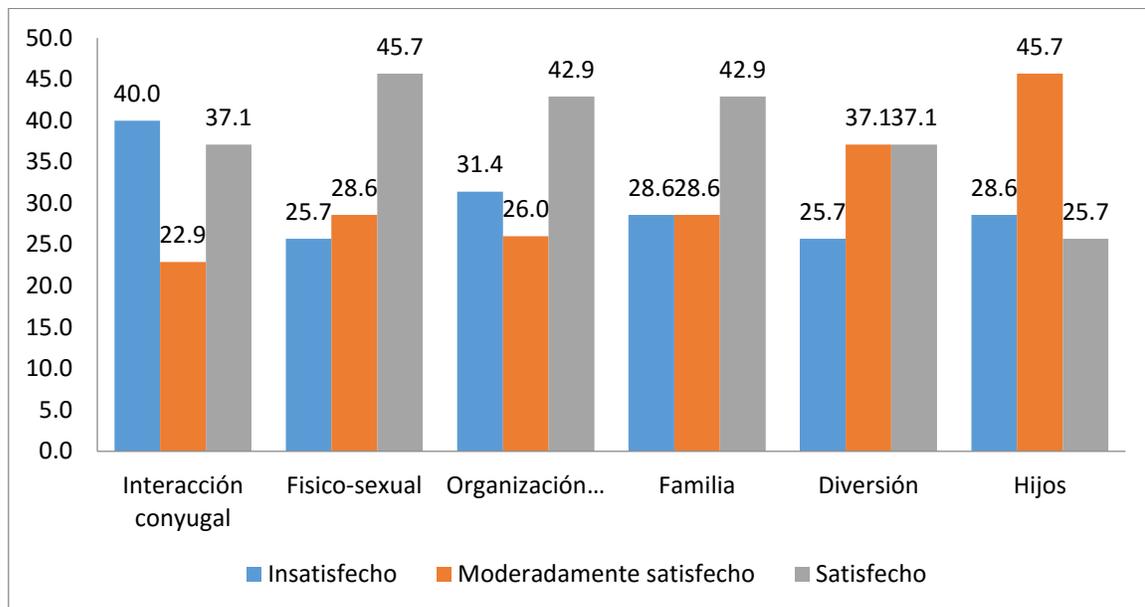
La figura 4 muestra que la dimensión con mayor media fue la de claridad emocional con un valor de 2.23; mientras que la que obtuvo un menor valor fue la de atención emocional (2.11).

FIGURA 5. NIVEL GENERAL DE SATISFACCIÓN MARITAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.



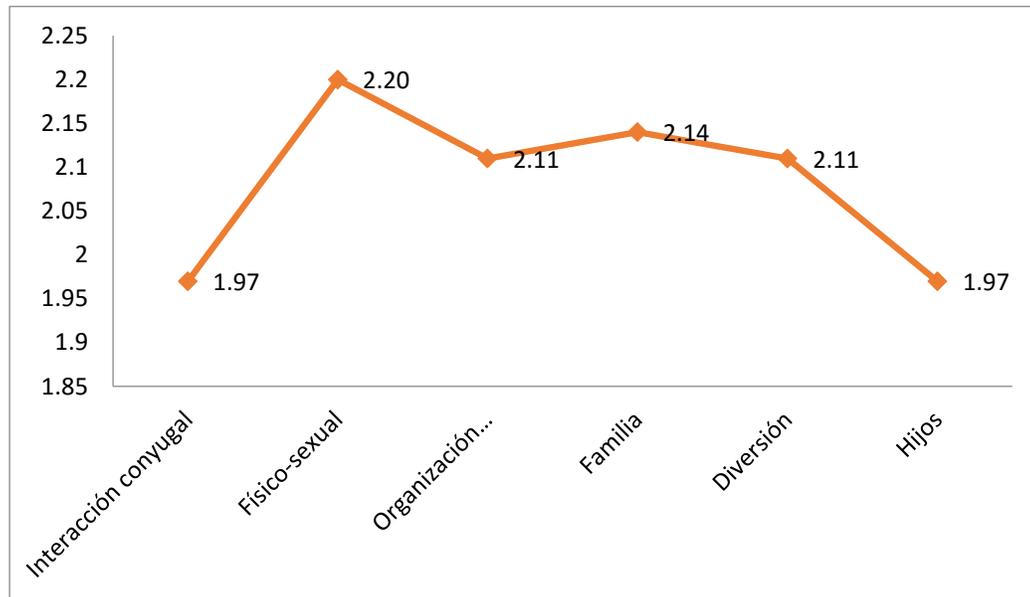
De acuerdo a la figura 5, un 42.9% de los psicólogos que participaron en el estudio se encuentran satisfechos en su matrimonio y un menor porcentaje (25.7%) están insatisfechos en ese ámbito de su vida.

FIGURA 6. FACTORES DE LA SATISFACCIÓN MARITAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.



Se puede observar en la figura 6, que en el factor interacción conyugal, el 40% de la población se muestra insatisfecho y el 37.1% se percibe satisfecho; en el factor físico-sexual el 45.7% se encuentra satisfecho y el 25.7% insatisfecho; en el factor organización-funcionalidad el 42.9% se percibe satisfecho y el 26% insatisfecho; en el factor familia el 42.9% se manifiesta satisfecho y no existe diferencia en los demás niveles; en el factor diversión se obtiene que el 25.7% de la población está insatisfecho y el resto de la población se divide equitativamente en los demás niveles; y en el factor hijos, el 45.7% se señala moderadamente satisfecho y el 25.7% se encuentra satisfecho.

FIGURA 7. MEDIAS OBTENIDAS PARA LOS FACTORES DE LA SATISFACCIÓN MARITAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA.



Con respecto a los factores de la satisfacción marital, la figura 7 indica que se obtuvo una mayor media (2.20) en el factor físico-sexual y la menor media (1.97) se obtuvo en los factores interacción conyugal e hijos.

Continuando con el análisis de los datos encontrados durante la investigación, a continuación se presenta la información obtenida con respecto a la correlación entre las variables estudiadas.

TABLA 1. CORRELACIÓN DE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SATISFACCIÓN MARITAL EN PROFESIONISTAS DEL ÁREA DE PSICOLOGÍA

		SATISFACCIÓN MARITAL
	Correlación de Pearson	.218
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Sig. (bilateral)	.209
	N	35

En la tabla 1 se puede observar que existe una correlación positiva débil estadísticamente no significativa entre las variables de inteligencia emocional y satisfacción marital.

TABLA 2. CORRELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y FACTORES DE LA SATISFACCIÓN MARITAL

		Factores de satisfacción marital					
		Interacción conyugal	Físico-sexual	Organización-funcionalidad	Familia	Diversión	Hijos
Dimensiones Inteligencia emocional							
Atención emocional	Correlación de Pearson	-.069	.008	-.017	-.022	.063	-.126
	Sig. (bilateral)	-.069	.964	.922	.900	.718	.470
	N	35	35	35	35	35	35
Claridad emocional	Correlación de Pearson	.283	-.067	-.037	.200	.004	.011
	Sig. (bilateral)	.099	.702	.834	.248	.983	.951
	N	35	35	35	35	35	35
Reparación emocional	Correlación de Pearson	.285	.280	.253	.501 ^{**}	.452 ^{**}	.151
	Sig. (bilateral)	.097	.104	.143	.002	.006	.386
	N	35	35	35	35	35	35

Nota: La correlación es significativa en el nivel 0.01 (2 colas).

La tabla 2 muestra que existe una moderada relación entre la dimensión de reparación emocional y el factor familia con un valor de .501. Además la dimensión de reparación emocional presenta una relación moderada con el factor diversión ($r=.452$).

DISCUSIÓN

Son innumerables los estudios que los psicólogos han realizado para poder explicar el comportamiento de las personas, sin embargo la búsqueda bibliográfica indica que son mínimos los estudios que se han efectuado considerando como población de estudio a los psicólogos; las investigaciones en los que han estado inmersos es referente a su ejercicio profesional dejando de lado el aspecto personal, tal es el caso del área de las relaciones interpersonales.

Dada la formación académica de este profesional se espera que cuente con habilidades que le permitan desenvolverse de forma positiva en ese ámbito, sin embargo es bastante común escuchar la expresión popular de “y eso que eres psicólogo” refiriéndose a las fallas emocionales que se pudieran manifestar en el comportamiento de este profesional de la salud.

Dos ámbitos que cobran relevancia para su estudio en los profesionales de la psicología son la satisfacción marital y la inteligencia emocional.

Así el primer objetivo específico de esta investigación fue identificar el nivel de inteligencia emocional. Al respecto los resultados obtenidos de la aplicación de la Escala Auto informada de IE (TMMS-24) revela que la mayoría de los psicólogos tienen un manejo excelente de las emociones (42.9%), lo cual indica que cuentan con la habilidad de interactuar con los demás tomando en cuenta los sentimientos y poseen rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo (Goleman, 1996). La población estudiada cuenta con la característica de la empatía, la cual le permite estar abierto a sus propias emociones y es mayor su habilidad para interpretar los sentimientos de otros (Golema, 1996).

Por otro lado la evidencia anterior se suma a aquellas investigaciones que afirman que los psicólogos desde su formación desarrollan la inteligencia emocional, tal es el caso de la investigación realizada por Pineda (2008) quien

encontró que estudiantes de la licenciatura en psicología contaba con inteligencia emocional adecuada, resaltando la habilidad de expresión de emociones.

Al analizar de manera más profunda los resultados, observando las tres dimensiones de la inteligencia emocional (atención emocional, claridad emocional y reparación emocional), se tiene que la que obtuvo mayor media con un valor de 2.23 fue claridad emocional; por lo que los psicólogos que participaron en el estudio comprenden los estados emocionales, integrando el sentimiento dentro del pensamiento y saben considerar la complejidad de los cambios emocionales. Es la capacidad para percibir las emociones, entender los problemas, es decir, reconocer las emociones similares y su relación con la situación (Benito, 2013).

Esta capacidad auxilia en identificar y gestionar las propias emociones, así como de empatizar hacia los demás, juega un papel importante a la hora de razonar o reflexionar sobre una situación problemática. La IE es una habilidad que unifica las emociones y facilita un razonamiento efectivo y un modelo de pensar más inteligente ante las situaciones complicadas (Salovey, y Mayer 1990).

Otra dimensión sobresaliente es la reparación emocional (media= 2.20) que va encaminada a dirigir y manejar las emociones tanto positivas como negativas de forma eficaz, para disminuir la tensión y aumentar la calma, prolongando los estados positivos (Benito, 2013). Esta dimensión ayuda a los psicólogos a hacer un índice valorativo de los hechos, para catalogar estos como placenteros o afectivos, depende de la sensibilidad emocional; el proceso por el cual se es capaz de valorar la relevancia de un estímulo que se ha recibido. También se pueden considerar las emociones como señales que se han recibido ante eventos de importante relevancia (Kandel, Schwartz y Jessell, 1997). Las personas que tienen mayor certeza de sus emociones suelen dirigir mejor sus

vidas ya que tienen un conocimiento seguro de cuáles son sus sentimientos reales (Goleman, 1996).

Esto indica que el psicólogo tiene la capacidad de controlar las emociones para adecuarlas a cada momento sin que se vean arrastradas por ellas; regulan o eventualmente modifican estados anímicos y sentimientos, cuando estos son inconvenientes, para proteger su autoestima y estabilidad emocional, evitando no sentir culpa de una situación dada, es decir, la adaptación de la persona para continuar ante adversidades y dar soluciones eficaces.

En cuanto a la dimensión de atención emocional se obtuvo la menor media (media=2.11) por lo que los psicólogos deben trabajar la habilidad para reconocer, identificar de forma consiente las emociones, valorarlas y expresarlas con exactitud, para que de esta forma sea más consciente de sus pensamientos acerca de sus sentimientos, además de ser capaz de supervisarlos, distinguirlos y expresarlos (Benito, 2013).

La capacidad de identificar emociones en el discurso requiere poner en marcha habilidades emocionales complejas. De esta forma no todo mundo es competente en determinar que emociones se esconden tras las palabras del emisor. Esta destreza proviene de una mayor sensibilidad a las reacciones emocionales propias y ajenas, así como un mayor conocimiento de las conexiones entre pensamiento y emoción (Mayer y Salovey, 1995).

En las relaciones interpersonales esta dimensión se destaca en lo referente a la transmisión externa del estado de ánimo, a través de los gestos, los cambios de tono, etc. Esta funcionalidad es doble, puesto que, en segunda instancia, permite a los receptores adaptar y regular su comportamiento para relacionar ante el comportamiento del emisor (Kandel y Schwartz, 1997).

El reconocimiento de las emociones ajenas es conocido como la facultad empática que posibilita la predisposición de admitir las emociones de los demás, a escuchar y comprender desde la perspectiva del otro, así como a identificar sentimientos ajenos, aunque no se haya expresado verbalmente (Salovey y Mayer, 1990), es decir, las habilidades sociales tienden a ser recíprocas de tal manera que la persona que desarrolla y posee unas competencias sociales adecuadas con los demás, es más probable que reciba una buena consideración y un buen trato, sin olvidar que el apoyo social ayuda a regular el impacto negativo de los estresores cotidianos (Lepore, Ragan y Scout, 2000).

En relación con lo anterior el psicólogo por ende tiende a ser empático debido a que está en la interacción constante con seres humanos. Desde este enfoque se considera que las personas emocionalmente inteligentes no sólo serían más hábiles para percibir, comprender y manejar sus propias emociones sino también tendrían más facilidad para extrapolar estas habilidades de percepción, comprensión y manejo a las emociones de los demás (Mayer y Salovey, 1997).

La segunda variable estudiada fue la de satisfacción marital a partir del Inventario Multifacético de Satisfacción Marital (IMSM).

La satisfacción marital se ha apreciado como un representante del vínculo interpersonal en el matrimonio, en la cual las conductas, afectos y emociones de los integrantes describen al compromiso existente, de manera que se ha considerado como uno de los indicadores de estabilidad y felicidad, más importante en el matrimonio (Becerra-Flores, Roldan y Flores, 2012).

En consecuencia, se piensa que la satisfacción marital está determinada en gran medida por la duración y mantenimiento de la relación, así como su buen funcionamiento, en donde se ven involucradas actitudes y factores tanto positivos como negativos (Neto, 2001). Por esta razón su estudio es importante,

porque aporta información sobre la interacción y no solo sobre la estabilidad y temporalidad de la misma (Sánchez- Aragón y Díaz- Loving, 2002).

Los datos encontrados indican que la mayoría de los psicólogos (42.9%) se encuentran satisfechos en su relación de pareja y un porcentaje menor (25.7%) se encuentran insatisfechos.

Con respecto a la población satisfecha se puede decir que tienen una actitud positiva hacia la interacción de pareja y los aspectos del conyugue, la cual incluye satisfacción con las reacciones emocionales de la pareja, la relación en sí y los aspectos estructurales, tales como, la forma de organización, de establecimiento y cumplimiento de las reglas en la pareja y la educación de los hijos. Es decir, dentro de su relación marital se logra un significado especial para cada miembro de la pareja, ya que se respeta un vínculo interpersonal de conductas, afectos, emociones y dinámicas que en el paso del tiempo ambos tienen que compartir y adaptar para una mayor estabilidad y felicidad.

La satisfacción marital está compuesta por diversos factores como lo son: interacción conyugal, físico- sexual, organización-funcionalidad, familia, diversión e hijos.

Los resultados de esta investigación demuestran que el factor predominante es el físico-sexual (media=2.20), el psicólogo se encuentra satisfecho con respecto a la relación que lleva con su pareja, la forma en que abordan sus conversaciones, expresando contacto e intercambios físico-corporales. Este factor se encuentra relacionado con la satisfacción sexual.

La satisfacción sexual representa a la percepción y evaluación que una persona hace de su vida sexual con base en ciertos aspectos, como la frecuencia de los encuentros sexuales, satisfacción de sus necesidades, estilo de comunicación en pareja, tipo de actividad sexual realizada, cumplimiento de expectativas y satisfacción con su relación de pareja general (Reyes-Domínguez, Díaz-Loving

y Rivera-Aragón, 1998). La noción y vivencia misma de este fenómeno está sujeta a aspectos individuales, interpersonales y socioculturales.

García-Rodríguez (2005) estudio qué conforme la satisfacción sexual de hombres y mujeres mexicanos a través del cuestionario de preguntas abiertas; observo dos dimensiones que integran la satisfacción sexual: excitación-placer e intimida-amor. Los hombres valoran más la primera dimensión y las mujeres más la segunda, aunque mujeres y hombres consideran que ambas deberían estar presentes para una verdadera satisfacción.

La sexualidad dentro del matrimonio esta fundamentalmente determinada por el efecto, comunicación y satisfacción con el cónyuge, más que por la simple satisfacción de necesidades físicas, juega un papel importante para la bioquímica del vínculo.

La comunicación dentro de la pareja es fundamental para el funcionamiento de la misma, en cualquier etapa en la que se encuentre, ya que es el medio por el cual se expresan pensamientos, temores, sentimientos y se solucionan problemas (Armenta-Hurtarte y Díaz-Loving, 2006). Posee dos dimensiones: contenido y estilo; el primero se refiere a toda aquella comunicación verbal que contenga el mensaje y el segundo se refiere a la manera de cómo se transmite el mensaje (Boland y Follingstand, 1987; como se citó Roca, 2003). El saber comunicarse ayuda a que dos personas se conozcan, exploren y crean vínculos sólidos, abarcando una amplia gama de temas y formas en que las personas intercambian información, incluyendo el sentido en que las personas le imprimen a dicha información (Satir, 1986). La comunicación en la pareja es un sistema frágil, y depende de ciertos recursos de la personalidad desarrollados para las relaciones íntimas, entre los cuales está la congruencia, la expresividad afectiva, la comprensión empática, la capacidad de escuchar, la receptividad y la tolerancia (Cavazos y Garay, 2013).

En este sentido, se puede decir que un componente central en cualquier relación es la comunicación y es a través de este proceso de comunicación que la pareja puede tener un intercambio de información sobre sentimientos, temores y percepción hacia el otro miembro, impresiones y pensamientos (Fitzpatrick, 1988), asimismo sobre su vida pasada, actitudes, situaciones relacionadas con su vida presente (Navran, 1967), y sobre lo que se relaciona con el funcionamiento de la relación marital (Lewis, Beavers, Gosset y Phillips, 1976). De ahí que se diga que la comunicación cumple las funciones de organizar la relación; construir y validar en forma conjunta una visión sobre el mundo y proteger vulnerabilidades (Flores, 2009).

El factor familia obtuvo una media de 2.14. Este factor detalla la frecuencia con que los conyugues propone que se distribuyan las tareas familiares. Las parejas muchas veces crean acuerdos para mejorar la calidad de sus relaciones, manteniendo un propósito específico hacia el cual se dirigen las actividades planificadas en bien de la relación, en el caso de la unidad doméstica, este propósito puede ser caracterizado de manera muy global a asegurar el matrimonio de sus miembros, según criterios y parámetros que hacen alusión a un nivel de vida adecuado que de alguna manera satisface ciertas necesidades biológicas para la sobrevivencia (Parra, 2005).

En relación con la dinámica familiar (Cinbalo, Fling y Mousaw, como se citó en Chávez-Barreto, 1986) realizaron una investigación en la que participaron 32 parejas, entre los 22 y 45 años de edad, a los cuales se les pidió que completaran dos cuestionarios cortos y que ordenaran en rangos una lista de atributos. Estos atributos eran: ayuda por parte del otro cónyuge, compañía, sentimiento de amor, afecto y seguridad. Se encontró que las mujeres tienden a enfocarse más sobre los aspectos de compañerismo en el matrimonio que los hombres, mientras que los hombres están satisfechos con la ayuda que la mujer da en el hogar, el tiempo que esta pasa con los hijos y la amistad. Como se puede observar, existen diferencias de género en la evaluación de los

aspectos subjetivos dentro del matrimonio, así como de las evaluaciones generales de la calidad marital.

Continuando con el análisis de los resultados, se obtuvo que los factores con menos media fueran interacción conyugal e hijos con una media de 1.97.

Los psicólogos participantes de este estudio se muestran menos satisfechos con la frecuencia con que su conyugue se interesa por sus problemas, la interacción cotidiana y la afiliación, características que varían de una persona a otra y sin duda de una pareja a otra, ya que ciertas diferencias, surgen debido al proceso de socialización y aprendizaje.

El vínculo emocional entre dos personas, contiene dos elementos fundamentales el primero que corresponde a las características individuales de cada uno de sus miembros provenientes de su historia de vida, el grupo cultural al que pertenece y su personalidad, que guía la percepción y evaluación de su mundo interno y externo; y el segundo que tiene que ver con las reacciones y conductas que se crean en un individuo y durante la interacción de pareja (Díaz y Andrade, 2002).

Según los estudios realizados por Sánchez y Díaz (2002) la persona evalúa la relación y compañero, tanto a un nivel cognoscitivo como afectivo; así primero se percibe, codifica, interpreta e integra la información relevante, convirtiendo el estímulo externo en información personal, esto se refiere a que la persona busca en la pareja cubrir de manera inconsciente las carencias que posee. Esta información es utilizada para ayudar al sujeto a decidir que estilos de convivencia, hábitos y disposiciones conductuales son más adecuadas para dicho estímulo; lo que crea las razones que las personas tienen para mantener en una relación y las atribuciones que les hacen comprometerse en formas específicas con su pareja.

El factor hijos obtuvo una media de 1.97. En este factor los psicólogos se encuentran menos satisfechos con respecto a la educación, atención y cuidado que su pareja da a sus hijos.

Varios autores concuerdan que los hijos tienen un efecto negativo sobre la interacción marital (Pick y Andrade, 1988) especialmente cuando los hijos son pequeños. Contrario a esto, Luckey y Bain (1970) mostraron que los niños son la mayor satisfacción tanto para matrimonios satisfechos como insatisfechos. No obstante para las parejas satisfechas el compañerismo resulta ser otra de sus principales satisfacciones. Por lo cual se puede concluir que la presencia de los hijos, aunque es una fuente de satisfacción en el matrimonio no es la única en una relación marital; así mismo sería conveniente evaluar esta satisfacción en parejas sin hijos.

En otro estudio se informó que las parejas que se encontraban en el proceso de crianza de los hijos estaban menos satisfechos con su relación conyugal, que las parejas sin hijos o los matrimonios cuyos hijos ya eran adultos y vivían lejos del hogar materno (Renne, 1970).

Luckey y Bain (1970) analizaron a 80 parejas de casados a los que dividió en satisfechos y no satisfechos en su matrimonio, con el propósito de demostrar el efecto de los hijos en la satisfacción marital. Los resultados indicaron que las parejas no satisfechas con su matrimonio daban a los hijos como la mayor y única satisfacción; la compañía se relaciona más con las parejas satisfechas al compararse con las no satisfechas, o sea, que las primeras encuentran su matrimonio realizado por la compañía del otro, mientras que las parejas que se encuentran poco en el compañerismo, se apoyan principalmente en sus hijos para la satisfacción. También analizaron el tamaño de la familia, el orden de nacimiento, sexo y patrones de esparcimiento y encontraron que no están asociados con la satisfacción marital.

Para finalizar y dar cumplimiento al objetivo general de esta investigación se analizó la correlación existente entre inteligencia emocional y satisfacción marital, encontrando que las variables estudiadas se correlacionan de forma positiva débil, por lo que este estudio aporta evidencia a la hipótesis nula: no existe relación estadística significativa entre la inteligencia emocional y la satisfacción marital en profesionistas del área de psicología, lo anterior difiere con los resultados encontrados en otras investigaciones; por lo que se puede inferir que esto se debe a las características particulares de la población analizada (nivel académico).

Con base a este estudio se puede concluir que el psicólogo para mantener una satisfacción marital emplea otras habilidades que va adquiriendo durante su formación profesional, sin ser prioridad la inteligencia emocional.

Algunas de ellas son: la solución de conflicto, el diálogo, analizar problemas y dar posibles soluciones, la interviene en situaciones de crisis, la toma de decisiones, es persuasivo y emplea algunas técnicas como la negociación, el modelado entre otras (Celis, Medina, Rendón y Zama, 2005). Esto se puede corroborar en los factores sobresalientes de la satisfacción marital, donde describe que emplea algunas de las competencias antes mencionadas.

Sobre los factores que se correlacionan entre la variable inteligencia emocional y satisfacción marital, existe una moderada relación entre la dimensión reparación emocional y los factores familia ($r=.501$) y diversión ($r=.452$).

Por lo que se puede argumentar que los psicólogos participantes proponen la manera en que se distribuyan las tareas familiares creando acuerdos con su conyugue para mantener un propósito específico hacia el cual se dirigen las actividades planificadas en bien de la relación, en el caso de la unidad doméstica, de tal forma si llegara haber alguna diferencia a la hora de tomar decisiones en la organización de la familia, el psicólogo maneja las emociones

negativas de manera eficaz, para disminuir la tensión y amentar la calma y así mantener un clima familiar favorecedor.

Normalmente el ambiente familiar se ha visto como el factor de mayor fuerza en la socialización de emociones. La familia es esencialmente la primera escuela para la alfabetización emocional y, se puede decir, el contexto más importante en el cual las competencias emocionales de los niños se forjan, así como la competencia en la identificación y regulación emocional (Mayer y Salovey, 1997). Los padres ayudan a sus hijos a identificar y etiquetar sus emociones, a respetar sus sentimientos, y a comenzar a conectarlos con las situaciones sociales (Mayer y Salovey, 1997). Padres emocionalmente inteligentes pueden efectivamente transmitir sus habilidades emocionales a sus hijos (intencionada o accidentalmente), aunque es muy difícil establecer causalidad (Zeidner, 2003).

No sólo debemos destacar la importancia de las competencias emocionales de los padres para desarrollar las competencias de sus hijos, sino que también, de manera directa o indirecta, la IE de los padres puede influir en el clima familiar, lo que podría desembocar en un clima favorecedor del desarrollo de este tipo de competencias o, al contrario, un clima estresante, donde los niños no puedan adquirir los modelos apropiados, ni regular sus estados emocionales de un modo efectivo.

En resumen, y una vez presentados los argumentos en función de la información obtenida en la investigación, se puede decir que los sujetos que participaron en el estudio cuentan con diversas habilidades personales (no solo inteligencia emocional) las cuales le permiten desarrollar satisfacción en su relación marital.

CONCLUSIONES

De acuerdo con la investigación realizada se concluye que:

- ❖ La mayoría de los psicólogos tienen un manejo excelente de las emociones (42.9%) y un porcentaje menor (25.7%) debe mejorar. Lo cual indica que cuentan con la habilidad de interactuar con los demás tomando en cuenta los sentimientos y poseen rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo.
- ❖ Con respecto a las dimensiones de la inteligencia emocional, se tiene que la que obtuvo mayor media con un valor de 2.23 fue claridad emocional; por lo que los psicólogos que participaron en el estudio comprenden los estados emocionales, integrando el sentimiento dentro del pensamiento y saben considerar la complejidad de los cambios emocionales.
- ❖ Hablando de satisfacción marital, los datos encontrados muestran que la mayoría de los psicólogos (42.9%) se encuentran satisfechos en su relación de pareja y un porcentaje menor (25.7%) se encuentran insatisfechos. Se puede decir que los psicólogos participantes tienen una actitud positiva hacia la interacción de pareja y los aspectos del conyugue.
- ❖ Al considerar los factores de la satisfacción marital el factor predominante es el físico-sexual (media=2.20), que indica que el psicólogo se encuentra satisfecho con respecto a la relación que lleva con su pareja, la forma en que abordan sus conversaciones, expresando contacto e intercambios físico-corporales.
- ❖ Con respecto a la correlación entre estas dos variables los resultados denotan que es positiva débil, por lo que el estudio aporta evidencia a la hipótesis nula: no existe relación estadística significativa entre la inteligencia emocional y la satisfacción marital en profesionistas del área de psicología.

SUGERENCIAS

En función de los resultados obtenidos, se sugiere que:

- ❖ Se realice una investigación donde se considere la participación de psicólogos de otros municipios pertenecientes al Estado de México, efectuando una comparación por área de la psicología, e indagar si alguna de estas pueda influir en la inteligencia emocional y satisfacción marital.
- ❖ Desarrollar una investigación entre inteligencia emocional y satisfacción marital, donde se haga una diferencia por sexo para analizar si existen diferencias entre estas variables.
- ❖ Se propone aplicar los dos instrumentos a la pareja de los participantes para observar sus resultados y compararlos.
- ❖ Llevar a cabo talleres y conferencias donde se aborden temas referentes a la inteligencia emocional, así como emplear estrategias para poder potencializarla.
- ❖ Se sugieren talleres y conferencias donde se aborden temas referentes a la satisfacción marital, así como emplear estrategias para potencializar la satisfacción marital.

REFERENCIAS

- Ackerman, N.W. (1966). *El tratamiento de la problemática familia*. Nueva York: Basic.
- Álvarez, J.L. y Jurguenson G. (2001). *Sexoterapia integral*. México, DF: El Manual.
- Andrés Pueyo, A. (1996). *Inteligencia y cognición*. Barcelona: Paidós
- Armenta, Hurtarte. C. y Díaz-Loving, R. (2006). Comunicación y satisfacción: Analizando la interacción de pareja. *La Psicología Social en México, México: AMEPSO*.
- Batenson, G. (1971) Interacción Familiar. Buenos Aires. *Revista de la Real Academia de las Ciencias esactas, Físicas Y Naturale*.
- Becerra, S. (2012). Factores de enriquecimiento, mantenimiento, comunicación y bienestar en la relación marital. *Revista de psicología. GEPU*.
- Belmonte, C. (2007). Cerebro y Emocion. *Revista de la Real Academia de las Ciencias exactas, Físicas Y Naturales*.
- Benito, M. M. (2013). *Análisis de un modelo estructural de inteligencia emocional y motivación autodeterminada en el deporte*. Disponible en la base de datos de la Facultad de ciencias de la actividad física.
- Blaustein, K.G. (1999). Los efectos de los conflictos interparental y los conflictos entre padres e hijos sobre el ajuste de adultos jóvenes: Un modelo. *Disertación Abstracts International: SectionB: Las Ciencias e Ingeniería*, 601.842.
- Bornstein, P.H. y Bornstein, M.T. (1992). *Terapia de pareja*. Enfoque conductual-sistémico. Madrid: Pirámide.
- Caughlin, J.P., Huston, T.L., y Houts, R. M. (2000). ¿Cómo importa la personalidad en el matrimonio? Un examen de la ansiedad, negatividad interpersonal, y la satisfacción marital. *Revista de Personalidad y Social Psicología*, 78, 326-336.
- Collins, N.L., y Feeney, A.C. (2000). Una caja fuerte paraíso: una perspectiva teoría del apego en la búsqueda de apoyo y los cuidados prestados en íntimas relaciones Mate. *Revista de Personalidad y Psicología Social*.

- Celis, M., Medina, M., Rendón, M y Zama, G., (2005). *Guía de carreras. Perfil del psicólogo.*
- Chavez-Barreto, O. (1986). *La satisfacción marital en parejas de mujeres profesionistas.* Tesis para obtener el grado de Maestría en Psicología. Universidad de las Américas, A. C.
- Dalton, M. (2007). *Relaciones Humanas.* México: Cengage Learning.
- Damasio, A.R. (1996.) *El error de descartes la emoción, la razón y el cerebro humano.* Barcelona. Critica.
- Dennis, G. (2002). *Principios de la neuropsicología humana.* Mexico: Mc Graw Hill.
- Díaz-Loving, R. y Sánchez-Aragón, R. (2002). *Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja.* México: UNAM/Miguel Ángel Porrúa.
- Díaz-Loving, R., Andrade Palos, P. y Nadelsticher, M.A. (1996). *Desarrollo de la Escala Multidimensional de Empatía (EASE).* *Revista de Psicología Social y Personalidad.*
- Ellis, D. y Stuckles, N. (1996). *Mediating and negotiation marital conflicts.* *Thousand Oaks, CA. Sage.*
- Estrada, L. (1991). *El ciclo vital de la familia.* México: Posada.
- Fernández-Berrocal. (2011). *Inteligencia emocional y ajuste psicosocial en la adolescencia.* Almería, España: Cenfint.
- Furnham, J. C. G. (2010). *La medida de la inteligencia.* Madrid, España: Pirámide.
- García-Rodríguez, G., (2005). *¿Qué es lo que hace que las relaciones sexuales sean satisfactorias? Ponencia presentada en el primer foro de pareja y familia.* México. Facultad de estudios superiores Zaragoza.
- Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI.* Barcelona: Paidós.
- Garrido, I. (2000). *Psicología de la emoción.* Madrid, España: Síntesis.
- Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional.* Buenos Aire: Javier Vergara.
- Gottman, J.M. y Levenson, R.W. (1999) *Rebote de un conflicto civil y la predicción divorcio.* *Proceso de Familia* 38, 287-292.

- Harrsch, C. (1994). *Identidad del psicólogo*. México: Pearson.
- Juan-Espinosa, M. (1997). *Geografía de la inteligencia humana*. Madrid: Pirámide.
- Hayden, R. L. (1999). De la Mujer inconsistencia orgasmo en el matrimonio heterosexual. (Sexual disfunción, la sexualidad humana). *Disertación Abstracts International*, 60 (5 -B), 2.342.
- Izard, C.E. (1963) .Los niveles de emoción y niveles de conciencia. *Behav. Sci cerebro*. 30: 96-98.
- Kagan, J. (2011). *El temperamento y su trama. Cómo los genes, la cultura, el tiempo y el azar inciden en nuestra personalidad*. Madrid: katz
- Kandel, E.R, Schwartz JH y Jessell. (1997) *Neurociencia y conducta*. Madrid: Prentice Hall.
- Lang, R J. (1968). La reducción del miedo y el comportamiento del miedo. Washington, DC: Research in psychotherapy (Vol. 3). American Psychological Association.
- Lawrence. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. México: Vergara.
- Lawrence, E., y Bradbury, T.N. (2001). Físico la agresión y la disfunción conyugal: Un análisis longitudinal. *Diario de la Familia Psicología*.
- Lepore, S. J., Ragan, J. D. y Scott J. (2000). *Talking facilitatetes cognitive-emotional processee of adaptation to actua stressor*. *Jonural of personality and social psychology*.
- Lewis, J. M., Beavers, W. R., Gossett, J. T. & Phillips, V. A. (1976). *No solo hilo: la salud psicológica en los sistemas familiares*. New York: Brunner/Mazel.
- Lopez, D. V. (2009). El sistema límbico y las emociones. Empatía en humanos y primates. *Psicología iberoamericana*, 17(2), 60-69.
- López-Ibor, J. (1983). *Biblioteca básica de la educación sexual*. México: Universo.
- Luckey, E. y Bain, J. (1970) "Un factor importante en la satisfacción marital". Diario del matrimonio y de la familia. *Journal of marriage and the family*. Vol. 35, pp. 43-44.

- Navran, L. (1967). *La comunicación y el ajuste en el matrimonio*. México: Proceso.
- Netter, F. (2011). *Anatomía Humana 5ta Edición*. Barcelona, España : Elsevier.
- Nina E., R. (1991). *Comunicación Marital y Estilos de Comunicación: Construcción y Validación*. Tesis de Doctorado no publicada, Facultad de Psicología, UNAM.
- Niwuwenhuys R, Voogd J, Van Hujizen C. (2009). Diencefalo: hipotálamo. En: El sistema nervioso central humano 4ª edición. México: medica panamericana
- Norton, R.W. (1976). Fundación de una construcción de estilo comunicador. *Investigación de la Comunicación Humana*.
- Orozco, Y. A. (2012). *Inteligencia emocional: la clave del éxito en las relaciones interpersonales*. México: Kualifamili.
- Pacheco, J. A. (2011). Inteligencia Emocional como camino de positividad en el manejo de emociones. *Encuentros de Familia Ignaciana*.
- Perez, L., Dominguez, P., Lopez, C. y Alfaro, E. (2000). *Educación hijos muy inteligentes*. Madrid: Editorial.
- Pick, S. y Andrade, P. (1988). Relación entre el número de hijos, la satisfacción marital y la comunicación con el cónyuge. *Salud Mental*. Vol. 11/3. 25-36.
- Pineda, L. (2008). *Diferencias de inteligencia emocional en estudiantes universitarios de las carreras de administración, ingeniería y psicología*. Tesis de Licenciatura no publicada. Facultad de psicología, UNAM. México.
- Rage, A. (1990) *El desarrollo humano familiar visto a través del ciclo vital de la pareja y la familia en México*: UIA. Tesis doctoral de orientación y desarrollo humano.
- Renne, K. (1970) correlaciones de la insatisfacción en el matrimonio. *Journal of marriage and the family*. Vol. 43, pp. 54-56.
- Reyes-Domínguez, D.M., Díaz-Loving, R., y Rivera-Aragón, S. (1998). Satisfacción sexual: antes, durante y después. *La psicología social en México*. México: Amepso.

- Rivera Aragón, S. & Díaz-Loving, R. (2002). La cultura del poder en la pareja. *La psicología social en México. México: Porrúa-UNAM.*
- Rivera-Aragón, S., Cruz del Castillo, C. y Diaz-Loving, R. (2004). Midiendo el conflicto en la pareja. *La psicología en México. AMEPSO.*
- Robbins, E. M. (1999). Estrés, afrontamiento recursos, y la satisfacción de pareja en depresión mujer. *Dissertation Abstracts International: Sección B: Las Ciencias e Ingeniería*, 59 (8), 4482.
- Roca-Cogordan, M. (2003). Efectos de los estilos de comunicación y los estilos de negociación en la satisfacción de pareja (Tesis de licenciatura no publicada) Universidad Autónoma Nacional de México, México.
- Rogers, C. (1980) *El camino del ser*. Barcelona: kairos.
- Ropper A, Brown R. (2005). *Hipotálamo y trastornos neuroendocrinos*. En: principios de neurología de Adams y Victor, 8ª edición. México: McGraw Hill.
- Salovey, R. y Mayer J.D. (1990). *Inteligencia emocional, imaginación, cognición y personalidad*. Nueva York: Basic Books.
- Sánchez-Aragón, R. (2000). Validación empírica de la teoría bio-psico-socio-cultural de la relación de pareja. Tesis de doctorado no publicada. Facultad de psicología, UNAM. México.
- Satir, V. (1986). *Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar*. México: Editorial Pax México.
- Schultz, W. (1991). *Psicología Industrial*. México: Mc Graw-Hill.
- Shapiro, L. E. (1997). *La Inteligencia Emocional*. México: Vergara.
- Solares Barbosa, S. D., Benavides Ayala, J., Peña Orozco, B., Rangel Méndez, D. y Ortiz Tallabas, A. (2011). Relación entre el tipo de apoyo y el estilo de amor en parejas. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16 (1), 41-56.
- Stenberg, R. y. (1988). *¿Qué es la inteligencia?* Madrid: Pirámide.
- Sternberg, R. (1985). *La inteligencia práctica y las habilidades personales*. Nueva York: Cambridge University Press.
- Sternberg, R. (1996). Historias de amor. *Psicología Contemporánea*, 3(1), 4-17.

- Tamayo y Tamayo, M. (1997). *El Proceso de la Investigación científica*. México: Limusa.
- Torrabadella, R. (1997). *Como desarrollar la inteligencia emocional*. Barcelona: Oasis.
- Valdez M., J.L., Poblete M., F.L. y Vara B., E. (2002). Elección de parejas en solteros y casados. *Psicología Iberoamericana*.
- Willi, J. (1978). *La Pareja Humana: Relación y Conflicto*. Madrid: Morata.
- Zavala, M. A. (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Education & Psychology I+D+i Research, Innovation and slutions on-line*.
- Zeidner, M., (2003). *¿Puede la inteligencia emocional (IE) ser educada?* Una revisión crítica. *Psicopedagoga*.