UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

CARRERA DE PSICOLOGÍA (REDISEÑO)

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

TEMA:

"EL MANEJO DE CONFLICTOS Y SU RELACIÓN CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA CARRERA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO DE LA UTN"

Trabajo de titulación previo a la obtención del título en Licenciadas en Psicología

Línea de investigación: Desarrollo social y del comportamiento humano

AUTOR:

Damaris Lizbeth Ostaiza Yepez

Sindy Maribel Oyagata Velásquez

DIRECTOR:

MSc. Jorge Edmundo Gordón Rogel

Ibarra – Ecuador 2026

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

DIRECCIÓN DE BIBLIOTECA

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DEL CONTACTO	
APELLIDOS Y NOMBRES:	Ostaiza Yepez Damaris Lizbeth Oyagata Velásquez Sindy Maribel

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	EL MANEJO DE CONFLICTOS Y SU RELACIÓN CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA CARRERA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO DE LA UTN
AUTOR (ES):	Ostaiza Yepez Damaris Lizbeth Oyagata Velásquez Sindy Maribel
FECHA: DD/MM/AAAA	29/06/2026
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	[X] **PREGRADO** [ ] **POSGRADO**
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en Psicología
DIRECTOR /ASESOR:	MSc. Jorge Edmundo Gordón Rogel Dr. Marco Antonio Tafur Vásconez

2. **CONSTANCIAS**

Las autor (as) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 29 días, del mes de junio de 2026

LAS AUTORAS:

Firma…… Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
DAMARIS LIZBETH
OSTAIZA YEPEZ
……
Nombre: Ostaiza Yepez Damaris Lizbeth

Firma…… Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
SINDY MARIBEL
OYAGATA VELASQUEZ
……
Nombre: Oyagata Velásquez Sindy Maribel

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTERGRACIÓN CURRICULAR

Ibarra, 29 de junio de 2026

MSc. Jorge Gordón

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de integración curricular, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Unidad Académica de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
JORGE EDMUNDO GORDON ROGEL

(f) ……
MSc. Jorge Edmundo Gordón Rogel

C.C.:1002742011

DEDICATORIA

A mis amados padres Walter y Mariela, por ser el cimiento de mi vida y los arquitectos de mis sueños. A mis adorados hermanos Jordy y Eyling: mis mejores amigos, por caminar a mi lado en cada paso y ser mi motor. A la memoria de Nina y Mia, que me acompañaron desde el inicio de este viaje y hoy me cuidan desde el cielo. A Luna y Milo, por ser mi alegría y mi refugio en los días difíciles.

Damaris Ostaiza

A mis queridos padres, Mercedes y Antonio y a todos mis hermanos y hermanas, por quienes empecé en esta maravillosa carrera, gracias por velar por mi desde el primer día, gracias por apoyarme en este largo camino, pese a todas las dificultades siempre han estado a mi lado. A mi hermana Blanca y a mi sobrina Sofía, quienes me han impulsado a mejorar día con día y quienes han sido mi apoyo incondicional y la base fundamental de todos mis logros.

Este nuevo logro es por y para ustedes.

Sindy Oyagata

AGRADECIMIENTO

Agradezco primeramente a Dios por sus bendiciones, por las oportunidades brindadas, por el regalo de la vida y por la fortaleza necesaria para culminar esta etapa con propósito.

A la Universidad Técnica del Norte y a los docentes de la carrera, mi gratitud especial al MSc. Jorge Gordón, MSc. Marco Tafur y MSc. Miguel Posso, por su guía, por la formación recibida, por su tutela y asesoramiento; gracias por compartir su conocimiento, del cual aprendí mucho en este proceso.

A mis amados padres y mis adorados hermanos, por su esfuerzo inmenso para que mis estudios fueran posibles y por ser mi apoyo incondicional en todo momento. Su paciencia y amor fueron fundamentales.

Finalmente, a mi amiga y compañera Sindy, con quien inicié este camino universitario y lo finalizamos con éxito. Asimismo, a los amigos que hice en la carrera, por el apoyo mutuo y por hacer de estos años una experiencia inolvidable.

Damaris Ostaiza

En primer lugar, agradezco a Dios por permitirme continuar con mis estudios y por guiarme en cada semestre, él ha sido la base de todos mis esfuerzos y a quien siempre he acudido para agradecer por cada oportunidad brindada.

A mis docentes, MSc. Miguel Ángel Posso, MSc. Jorge Gordón y MSc. Marco Tafur, quienes han sido una guía en mis estudios. Gracias por compartir sus conocimientos, gracias por su dedicación, pasión y paciencia por la enseñanza. Son un referente muy grande de valores, inspiración y dedicación a la investigación y a la psicología.

A los docentes de la carrera, gracias por incentivarnos día con día a ser mejores y dar lo mejor en cada cosa que hagamos, gracias por impulsarnos a experimentar más allá de un aula de clase. Gracias por enseñarnos que más que una carrera, nos volvemos una familia. Gracias por siempre estar para cualquier duda y consejo.

A toda mi familia, por sostenerme en cada dificultad y por siempre creer en mí. Gracias por apoyarme en cada decisión que fui tomando. Gracias por el cuidado, el amor incondicional y la compresión que me brindan día con día. Gracias por acompañarme y celebrar cada meta alcanzada; aquí termina una y pronto iré por más.

Por último, gracias a todas las personas que me acompañaron en este transcurso de vida universitaria; gracias a los profesionales que fui conociendo tanto en mis prácticas como en mis voluntariados, gracias por compartir y enseñarme desde diferentes contextos que cada ser humano es un mundo distinto que necesita una guía, ustedes son la base de mi experiencia profesional; gracias a mis amigos y compañeros de la carrera y en especial a Damaris con quién desde el primer día de universidad hemos formado una linda amistad y con quien tuve la oportunidad de llevar a cabo este trabajo. Gracias.

Sindy Oyagata

RESUMEN

El manejo de conflictos y la inteligencia emocional constituyen competencias clave en el contexto universitario, especialmente en carreras que exigen interacción constante y trabajo colaborativo, como Entrenamiento Deportivo. El objetivo de la presente investigación fue caracterizar el manejo de conflictos y la inteligencia emocional en estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo y correlacional, con un diseño no experimental de tipo transversal; la muestra estuvo conformada por 175 estudiantes, a quienes se aplicó el Inventario de Estilos de Resolución de Conflictos (CRSI-16) y el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), utilizando pruebas no paramétricas para el análisis de diferencias por sexo y edad, así como correlaciones. Los resultados evidenciaron un predominio de niveles medios en los estilos de manejo de conflictos, con mayor presencia en la confrontación (70,3%), seguida del compromiso (68,6%), la acomodación (64%) y la evitación (63,4%). En relación con la inteligencia emocional, se observaron niveles adecuados en atención a los sentimientos y reparación emocional, mientras que la claridad emocional presentó mayores dificultades. No se identificaron diferencias estadísticamente significativas según sexo o edad en ninguna de las variables ($p > 0,05$). Utilizando Rho de Spearman se evidenciaron relaciones positivas y significativas entre manejo de conflictos e inteligencia emocional, siendo la reparación emocional la correlación más fuerte ($\rho = 0,569$), seguida de atención ($\rho = 0,471$) y claridad ($\rho = 0,439$). Se concluye que fortalecer las competencias emocionales favorece una gestión más efectiva de conflictos.

Palabras clave: Manejo de conflictos; inteligencia emocional; estudiantes universitarios; entrenamiento deportivo.

ABSTRACT

Conflict management and emotional intelligence are key competencies in the university context, particularly in programs that require constant interaction and collaborative work, such as Sports Training. The aim of this study was to characterize conflict management and emotional intelligence among students of the Sports Training program at the Universidad Técnica del Norte. A quantitative study with a descriptive and correlational scope was conducted, using a non-experimental cross-sectional design. The sample consisted of 175 students who completed the Conflict Resolution Styles Inventory (CRSI-16) and the Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24). Non-parametric tests were applied to analyze differences by sex and age, as well as correlations between variables. The results showed a predominance of moderate levels of conflict management styles, with confrontation being the most frequent (70.3%), followed by compromise (68.6%), accommodation (64%), and avoidance (63.4%). Regarding emotional intelligence, adequate levels were observed in emotional attention and emotional repair, while emotional clarity showed greater difficulties. No statistically significant differences were found according to sex or age ($p > 0.05$). Spearman's rho revealed positive and significant correlations between conflict management and emotional intelligence, with emotional repair showing the strongest association ($\rho = 0.569$), followed by attention ($\rho = 0.471$) and clarity ($\rho = 0.439$). It is concluded that strengthening emotional competencies promotes more effective conflict management in the university environment.

Keywords: Conflict management; emotional intelligence; university students; sports training

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN 11
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO 16
1.1. Psicología Social 16
1.1.1. Conceptualización De Psicología Social 16
1.1.2. Importancia De La Psicología Social 16
1.1.3. Clasificación O Tipos De La Psicología Social 17
1.2. Manejo De Conflictos 17
1.2.1. Definiciones Del Manejo De Conflictos 17
1.2.2. Importancia Del Manejo De Conflictos 18
1.2.3. Teorías O Modelos Sobre El Manejo De Conflictos 19
1.2.4. Dimensiones Del Manejo De Conflictos 19
1.2.5. El Manejo De Conflictos En Estudiantes Universitarios 20
1.3. Inteligencia Emocional 21
1.3.1. Definiciones De La Inteligencia Emocional 21
1.3.2. Importancia De La Inteligencia Emocional 22
1.3.3. Teorías O Modelos Sobre La Inteligencia Emocional 22
1.3.4. Dimensiones De La Inteligencia Emocional 24
1.3.5. El Manejo De La Inteligencia Emocional En Estudiantes Universitarios 24
1.4. Manejo De Conflictos E Inteligencia Emocional En Estudiantes De Entrenamiento Deportivo 25
1.5. Carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte 26
CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS 28
2.1 Tipo De Investigación 28
2.2 Instrumentos 28
2.3 Preguntas De Investigación E Hipótesis 29
2.4 Matriz De Operacionalización De Variables 31
2.5 Participantes 32
2.6 Procedimiento Y Análisis De Datos 33
CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN 35
3.1 Estadísticos Descriptivos 35
3.2 Niveles De Manejo De Conflictos 35
3.3 Niveles De Inteligencia Emocional 38
3.4 Diferencias De Manejo De Conflictos (Total) E Inteligencia Emocional Con Sexo Y Edad 41
3.5 Correlaciones Entre Variables De Estudio 44
CONCLUSIONES 46
RECOMENDACIONES 47
REFERENCIAS 48
ANEXOS 57

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 *Alfa de Cronbach de la variable y dimensiones de inteligencia emocional*..... 29
Tabla 2 *Alfa de Cronbach de la variable y dimensiones de Manejo de conflictos* 29
Tabla 3 *Matriz de variables* 31
Tabla 4 *Distribución de Estudiantes de la Carrera de Entrenamiento Deportivo por Semestre y Sexo* 32
Tabla 5 *Distribución de la muestra por semestres* 33
Tabla 6 *Estadísticos Descriptivos de Inteligencia Emocional* 35
Tabla 7 *Estadísticos Descriptivos de Manejo de Conflictos* 35
Tabla 8 *Rangos por estilos de manejo de conflictos* 35
Tabla 9 *Niveles de confrontación* 36
Tabla 10 *Niveles de evitación* 36
Tabla 11 *Niveles de compromiso* 37
Tabla 12 *Niveles de acomodación* 38
Tabla 13 *Rangos de atención a los sentimientos, claridad emocional y reparación emocional* 38
Tabla 14 *Niveles de atención a los sentimientos según sexo* 39
Tabla 15 *Niveles de claridad emocional según sexo* 40
Tabla 16 *Niveles de reparación emocional según sexo* 40
Tabla 17 *Pruebas de normalidad de las variables de estudios* 41
Tabla 18 *Rangos y U de Mann Whitney: Manejo de conflictos-Sexo* 41
Tabla 19 *Rangos y Kruskal Wallis: Manejo de conflictos-Edad* 42
Tabla 20 *Rangos y U de Mann Whitney: Inteligencia Emocional-Sexo* 43
Tabla 21 *Rangos y Kruskal Wallis: Inteligencia emocional-Edad* 43
Tabla 22 *Correlación (Rho de Spearman) entre manejo de conflictos y dimensiones de inteligencia emocional* 44

INTRODUCCIÓN

Motivaciones

La presente investigación surge del interés por vincular la práctica investigativa con un tema de relevancia tanto en el plano académico como en el ejercicio profesional. A través de este proceso, se profundizó en el conocimiento del manejo de conflictos y la inteligencia emocional en compañeros universitarios, reconociendo la importancia de comprender estas dinámicas dentro del contexto académico. Finalmente, esta investigación representó una oportunidad clave para desarrollar destrezas investigativas críticas y metodológicas, con el firme propósito de ponerlas en práctica a posteriori en el ejercicio profesional.

El problema de investigación

En la actualidad, se ha evidenciado que diversos estudiantes dentro del contexto universitario enfrentan múltiples desafíos académicos, sociales y personales. Al respecto, Moya-Lara (2024) señala que estos retos surgen de diversos factores críticos y estresores, entre los que destaca la dificultad para gestionar emociones y resolver conflictos de manera constructiva. Esta limitación puede generar conductas impulsivas que impactan negativamente en la convivencia y que se reflejan en un entorno tenso dentro del espacio que comparten con más estudiantes.

De este modo, la dificultad para regular las emociones bajo presión se constituye como un factor primordial que obstaculiza la resolución efectiva de conflictos entre pares. Al respecto, Abad y Cortez (2023) refuerzan esta premisa al sostener que el control emocional es un medio para la resolución de conflictos, señalando además que dicha carencia se manifiesta con mayor intensidad en contextos de alta exigencia, tales como evaluaciones académicas, dinámicas de trabajo colaborativo o desacuerdos interpersonales.

Otro factor clave, es el nivel de estrés que viven muchos estudiantes, lo cual puede afectar directamente en su habilidad para gestionar emociones y actuar con equilibrio en momentos de conflicto. Cuando la presión académicamente es constante, los jóvenes tienden a reaccionar con ansiedad, frustración o incluso enojo, lo que dificulta la convivencia y la resolución de desacuerdos. En este sentido, García et al. (2022) en su estudio realizado en Colombia a universitarios colombianos señalan que las dificultades de los estudiantes para manejar la presión y gestionar sus emociones afectan directamente su capacidad de comunicarse con respeto y firmeza, lo que repercute en la gestión efectiva de conflictos.

La escasa empatía, también limita la forma en que los estudiantes enfrentan los conflictos debido a que, al no entender cómo se siente el otro o no considerar su punto de vista, impide construir relaciones sanas y respetuosas. Esto puede reflejarse en discusiones mal gestionadas, falta de diálogo o actitudes poco colaborativas. Según Álvarez et al. (2023)

la empatía es clave para entender las perspectivas de los demás, lo que favorece la cooperación y ayuda a manejar de forma constructiva los conflictos que puedan surgir.

Por consiguiente, se evidencian efectos en el entorno académico, la salud mental y el área social del estudiante, afectando su rendimiento, sus relaciones interpersonales y su bienestar emocional dentro de la universidad.

En el área académica que se desenvuelven los estudiantes, se puede destacar que, según Rodriguez-Barboza (2024) la falta de control emocional y la mala gestión de conflictos se traduce en una menor capacidad de concentración, bajo rendimiento en evaluaciones y mayor probabilidad de abandono académico, debido a la sobrecarga emocional que enfrentan los estudiantes.

También se muestra que existen repercusiones negativas en la salud mental, como lo menciona Aguilar-Priego et al. (2024), al existir baja inteligencia emocional, los estudiantes tienen menos capacidad para enfrentar la incertidumbre, adaptarse a nuevos entornos, lo que a su vez puede genera estrés, depresión y/o ansiedad.

De igual modo, los autores Infantes et al. (2025) sostienen que, en el ámbito social del estudiante, la ausencia de un nivel adecuado de inteligencia emocional en las áreas de su vida cotidiana, incluida el manejo de conflictos; se obtiene como resultado un deterioro en las relaciones interpersonales, lo que puede afectar al correcto desarrollo social y profesional del individuo.

Durante la etapa universitaria, los estudiantes atraviesan múltiples experiencias que no solo desafían sus capacidades académicas, sino también sus habilidades emocionales y sociales. En este entorno, el manejo de conflictos y la inteligencia emocional se vuelven aspectos esenciales para la convivencia, el trabajo en equipo y al momento de enfrentar las exigencias del día a día. Por tanto, comprender cómo los estudiantes enfrentan los conflictos y cómo gestionan sus emociones puede aportar herramientas para mejorar su desarrollo personal y su integración en la comunidad universitaria.

Estos temas son parte del campo de la psicología, específicamente de la psicología social, ya que esta se encarga de estudiar cómo las personas se relacionan, interactúan y responden emocionalmente dentro de un grupo. Al respecto, Baron y Byrne (2005) postulan a la psicología social como una “disciplina científica que busca entender la naturaleza y las causas del comportamiento y del pensamiento individual en situaciones sociales” (p. 5).

Bajo esta perspectiva, en el contexto universitario, se generan espacios donde los jóvenes deben colaborar, tomar decisiones compartidas y adaptarse a diferentes estructuras de pensamiento. Es así como, Goleman (2012) señala que reconocer y manejar tanto las propias emociones como de los otros, mejora la empatía, la tolerancia a la frustración, el trabajo en equipo y el desarrollo personal, lo cual es esencial para resolver conflictos en entornos como el universitario. En concordancia, Merchán-Gavilánez et al. (2019)

manifiestan que, la conciencia emocional es esencial para entender nuestras emociones y la de los demás, sin esta conexión, se dificulta la comunicación efectiva y la resolución de conflictos.

Es así que, en carreras que exigen una interacción grupal constante y de alta intensidad, como Entrenamiento Deportivo, estas situaciones son aún más frecuentes debido a la naturaleza competitiva y colaborativa del área. Por eso, resulta importante conocer cómo los estudiantes enfrentan tales conflictos y determinar de qué manera su inteligencia emocional influye en la búsqueda de soluciones o, por el contrario, en la agudización de las problemáticas interpersonales.

Este estudio se enfoca en la Universidad Técnica del Norte (UTN), ubicada en la ciudad de Ibarra, en la provincia de Imbabura. La investigación se llevará a cabo específicamente con estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo, perteneciente a la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología (FECYT).

El problema formulado a manera de interrogante es:

¿Existe una relación directa entre el manejo de conflictos y la inteligencia emocional en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte?

Justificación

En la actualidad, dentro del sistema de educación superior en Ecuador, se observa un incremento de los niveles de estrés y marcadas dificultades entre los estudiantes universitarios para resolver conflictos interpersonales. Esta situación se ha ido agudizado por factores como, la presión académica, la falta de comunicación asertiva y la incertidumbre postpandemia; un hito trascendental que ha reconfigurado las dinámicas de interacción en la sociedad contemporánea. Esta realidad no es ajena a la Universidad Técnica del Norte, donde las exigencias propias de la carrera de Entrenamiento Deportivo demandan un análisis profundo sobre estas variables.

En relación con la inteligencia emocional es entendida como la capacidad para identificar, comprender y gestionar adecuadamente las emociones propias y ajenas, la cual se ha convertido en una herramienta clave para afrontar los desafíos del entorno universitario. Sin embargo, estudios recientes en Ecuador demuestran que algunos estudiantes presentan carencias significativas en esta área, lo cual repercute negativamente en la manera en cómo se desenvuelven y resuelven los conflictos en sus relaciones interpersonales, académicas e incluso en su salud, comprometiendo el desarrollo integral del estudiante (Bonilla-Yucailla et al., 2022; Torres-Zapata et al., 2022).

En lo que respecta a el manejo de conflictos requiere de habilidades como la empatía, la comunicación asertiva y la autorregulación emocional. Ya que, de acuerdo con Balseca et al. (2025), cuando estas competencias no están presentes, es común que los estudiantes usen estilos de afrontamiento disfuncionales como la evitación o la agresión pasiva, lo

que deteriora el clima institucional y afecta el bienestar general. Es por estos motivos que la ejecución de este tema, toma importancia y fuerza en el campo de la psicología social.

Adicionalmente, Díaz (2025) sostiene que la inteligencia emocional es un componente esencial dentro del proceso educativo, ya que permite al estudiante alcanzar un desempeño óptimo tanto en la vida académica como en la transición hacia escenarios profesionales complejos y cambiantes. Bajo esta premisa, el presente estudio se inserta en el sistema educativo y en el futuro laboral del estudiantado con el fin de identificar la formación de profesionales competentes no solo en las dimensiones técnica y teórica, sino también en el componente psicosocial que contribuya a la consolidación de una cultura de paz.

Además, la presente investigación tendrá, los siguientes beneficiarios directos:

En primer lugar, los estudiantes que forman parte del proyecto, ya que comprenderán la situación en la cual se encuentran y además de eso pueden implementar estrategias teóricas y prácticas que les permitirán identificar sus emociones, regular su comportamiento en situaciones de tensión y resolver conflictos de forma asertiva.

En segundo lugar, la carreara de entrenamiento deportivo como unidad académica también se verá beneficiado, ya que los resultados del proyecto podrían servir como base para la incorporación de módulos o estrategias de formación en inteligencia emocional dentro de su malla curricular.

Finalmente, otros investigadores interesados en el campo de la psicología social el deporte y la resolución de conflictos, encontrara en este estudio una fuente de datos relevantes y actuales para desarrollas investigaciones futuras.

Se identifica como beneficiarios indirectos a la Universidad Técnica Del Norte, ya que los resultados del estudio pueden generar insumos valiosos para la elaboración de programas de apoyo psicoeducativo, fortaleciendo así su compromiso con el desarrollo integral de sus estudiantes. La sociedad también se verá beneficiada ya que la formación de profesionales con una alta inteligencia emocional incidirá positivamente en la construcción de una cultura de paz donde los conflictos se solucionen de manera constructiva, que pueden influir positivamente en sus comunidades, tanto en el ámbito educativo, deportivo y social.

Este proyecto genera muchas expectativas especialmente en la comunidad científica de la psicología dado que se obtendrá datos reales y actuales. La sistematización de los hallazgos puede abrir nuevas líneas de investigación orientadas a intervenciones psicosociales en contextos académicos y deportivos, fomentando así la producción científica nacional con un enfoque interdisciplinario.

Objetivos

General

Caracterizar el manejo de conflictos y la inteligencia emocional en estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.

Específicos

- Analizar los niveles de manejo de conflictos en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.
- Analizar los niveles de inteligencia emocional en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.
- Determinar si existen diferencias de manejo de conflictos e inteligencia emocional según el sexo y la edad en estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.
- Determinar la relación entre el manejo de conflictos y la inteligencia emocional en estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1.Psicología Social

1.1.1. Conceptualización De Psicología Social

Definir la psicología social de manera única y exacta puede ser complicado por su constante evolución y diversidad de enfoques. No obstante, Hogg y Vaughan (2021), la reconocen como una rama científica enfocada en entender cómo pensamos, sentimos y actuamos en presencia real, imaginaria o implícita, y cómo nuestras relaciones e interacciones con los demás influyen en la manera en que nos comportamos y nos conectamos socialmente.

Dicha definición coincide con autores como Franzoi (2019) quien plantea que es "el estudio científico de cómo las personas piensan, sienten y se comportan en contextos sociales, y cómo se ven afectadas por la presencia o ausencia de otras personas" (p. 3). Asimismo, Baron y Byrne (2005) se interesan por la naturaleza de las relaciones sociales y por los factores que moldean nuestras conductas en sociedad. Y de cómo las personas se relacionan e influyen mutuamente en distintos contextos, destacando la importancia de los grupos dentro de estas interacciones (Gilovich, et al., 2021; Pons, 2022).

En síntesis, la psicología social se configura como una ciencia que busca comprender las dinámicas de interacción entre el individuo y su entorno social, destacando la influencia recíproca entre los sujetos y el medio que los rodea.

1.1.2. Importancia De La Psicología Social

Una vez conceptualizado la psicología social, es imprescindible también conocer la importancia que tiene en la vida del ser humano, ya que somos seres sociales por naturaleza. Según conceptos anteriormente mencionados, como el de Pons (2022) destaca que la psicología social tiene vital importancia en la manera en cómo las personas nos relacionamos en un mismo entorno, puesto que se ve involucrado en las relaciones interpersonales, en la influencia social, en la misma percepción social, en la identidad y autoestima de una persona, así como el prejuicio, la discriminación y como base esencial en la comunicación con la cual damos a conocer nuestras ideas para poder relacionarnos con otras personas distintas a nosotros.

La psicología social se ha consolidado como una disciplina esencial para comprender la complejidad de las relaciones humanas y su impacto en la vida colectiva. Mehrad et al. (2024) destacan que la psicología social constituye la base para comprender las interacciones humanas, pues analiza cómo el contexto social influye en el comportamiento individual y colectivo, permitiendo mejorar la dinámica social, orientar políticas públicas hacia el bienestar, prevenir conflictos y promover la cohesión comunitaria, fortaleciendo así la convivencia armónica. En esta misma línea, Gómez (2022) destaca que la psicología social ha desarrollado conceptos como actitudes, procesos grupales y representaciones sociales que permiten explicar la construcción de

significados colectivos. En conjunto, estas aportaciones evidencian que la psicología social no solo interpreta la interacción entre individuos, sino que también ofrece fundamentos científicos para fortalecer la convivencia y el tejido social.

1.1.3. Clasificación O Tipos De La Psicología Social

La psicología social no llega a tener una clasificación concreta ya que existen diversas formas de clasificar a esta disciplina de acuerdo con muy variados criterios; como la población que analiza, la problemática a la que responde o las estrategias de investigación que utiliza. De acuerdo con Sewell (1989), cada enfoque asume una perspectiva particular sobre la interacción entre lo individual y lo social, lo que ha dado lugar a diversas formas de entender y estudiar esta relación.

Adicionalmente, House (1977) y Sewell (1989) sostienen que la psicología social psicológica (PSP) se centra en el estudio de procesos mentales internos; como la percepción, cognición, motivación, aprendizaje, actitudes y su influencia social, usando métodos experimentales para analizar el comportamiento individual en contextos sociales. De igual manera, la psicología social sociológica (PSS) enfatiza la interrelación entre lo social y lo individual; en esta corriente se destaca el interaccionismo simbólico, que plantea que los significados son construidos subjetivamente, y la sociología psicológica, que analiza el impacto de las estructuras sociales en la conducta individual. Finalmente, Sandoval (2010), indica que la psicología social construccionista (PSC) sostiene que el conocimiento y los significados sociales están en constante transformación, participando activamente en la construcción de la realidad. Incluso el conocimiento científico redefine continuamente los marcos de interpretación.

1.2.Manejo De Conflictos

1.2.1. Definiciones Del Manejo De Conflictos

Es fundamental entender, a que nos referimos cuando hablamos del manejo de conflictos, ya que este concepto puede abordarse desde distintas perspectivas. Dado que es un proceso dinámico y complejo, influido por factores emocionales, contextuales y por la experiencia previa de cada individuo.

Es así como Ronquillo et al. (2023) y Balseca et al. (2025) definen el manejo de conflictos como el proceso de abordar los desacuerdos de manera constructiva y eficaz, con el propósito de lograr soluciones tanto a los individuos involucrados como al grupo en conjunto. Una gestión adecuada no solo permite resolver tensiones, sino que también puede fortalecer la cooperación, impulsar el pensamiento crítico y favorecer la generación de soluciones.

Se puede definir también, como el proceso de identificar, enfrentar y resolver desacuerdos entre personas o grupos, con el fin de reducir tenciones y promover una convivencia más equilibrada. Este proceso resulta clave en contextos tanto sociales como laborales ya que

favorece a la cooperación y promueve la toma de decisiones fundamentada en la comprensión mutua (Gaumer & Noonan, 2021).

Por último, de acuerdo con Eguiguren (2021), el manejo de conflictos se define como un enfoque objetivo de no implica realizar juicios previos sobre el conflicto ni sobre las estrategias utilizadas para resolverlo. Este proceso analítico posibilita examinar las disputas de manera imparcial, facilitando su clasificación y comprensión del hecho.

1.2.2. Importancia Del Manejo De Conflictos

Comprender la importancia del manejo de conflictos es vital para favorecer la comunicación efectiva y la convivencia armoniosa en diversos contextos, previniendo así impactos negativos derivados de desacuerdos no gestionados adecuadamente. A continuación, se explorará diferentes perspectivas que destacan la importancia del manejo de conflictos.

Según Raspa et al. (2023) describen el manejo de conflictos como un proceso necesario en el ámbito educativo para abordar disputas de manera efectiva y reducir su impacto en la interacción académica. Destacan que los conflictos no son necesariamente negativos, sino que, si se gestionan adecuadamente, pueden promover el desarrollo personal y organizacional del estudiante y su ambiente educativo.

De igual manera, Balseca et al. (2025) sostienen que el manejo de conflictos en el ámbito educativo resulta fundamental, ya que una intervención adecuada ayuda a reducir las tensiones entre los miembros de la comunidad educativa, favoreciendo la continuidad en los estudios y el desarrollo de competencias socioemocionales. La capacidad de manejar conflictos de manera eficaz permite a los estudiantes mejorar la comunicación, fortalecer la empatía y fortalecer la colaboración con otros, lo que impacta positivamente tanto en su desempeño académico como en su bienestar emocional. En esta misma línea, Sandoval (2024) señala que una adecuada gestión de los conflictos transforma situaciones de tensión en oportunidades de crecimiento favoreciendo un clima de respeto y cooperación dentro del entorno educativo.

Y si nos enfocamos ahora a las relaciones interpersonales de un individuo, podemos ver que, el manejo de conflictos es clave para la prevención de la violencia en las relaciones de pareja. Según Pérez-Dueñas et al. (2023), la forma en que las parejas gestionan sus conflictos puede actuar como un factor de riesgo o de protección frente a la aparición de conductas violentas. Estrategias positivas, como la comunicación reflexiva y la expresión de afecto, disminuyen la probabilidad de agresión verbal y física, mientras que enfoques negativos, como la evitación y la acomodación, pueden aumentar la tensión y el riesgo de violencia.

Comprender la importancia que tiene el manejo de conflictos en la interacción entre individuos, nos permite diseñar programas de intervención que promuevan una resolución de conflictos más saludable.

1.2.3. Teorías O Modelos Sobre El Manejo De Conflictos

El manejo de conflictos se estudia desde diversas perspectivas teóricas que buscan explicar cómo las personas enfrentan y resuelven desacuerdos en diferentes contextos. Según Cornet (2021) uno de los modelos ampliamente utilizados en contexto el organizacional y educativo, es el planteado por Thomas y Kilmann (1974) con el objetivo de identificar habilidades de manejo de conflictos. Esta propuesta describe cinco estilos de manejo de conflictos basados en dos dimensiones, la primera: la asertividad, donde se enfoca en el interés propio, y la cooperación que se enfoca en el interés por el otro. De la combinación de ambas surge los cinco estilos de manejo de conflictos: competir, colaborar, comprometer, evitar y acomodar.

Desde una mirada teórica, Galtung (1969) argumenta que los conflictos tienen raíces profundas en contradicciones subyacentes que van más allá de los actos visibles. Esta idea es aplicable a las relaciones interpersonales, tal como señala Calderón (2009) al extender el modelo de Galtung a dinámicas personales y sociales para conocer que sucede en la interacción social. En esta línea, Kurdek (1994) tuvo el propósito de entender cómo las parejas manejan los conflictos que surgen en su relación, partió de la idea fundamental de que los desacuerdos son inevitables en cualquier relación cercana, no obstante, el factor determinante radica en la manera en que los individuos enfrentan y resuelven esos conflictos.

Bajo esta premisa, Bonache et al. (2016) al analizar las contribuciones de Kurdek (1994), destaca que al poder identificar patrones conductuales específicos que las personas emplean para manejar desacuerdos, se puede reconocer que el estilo de manejo de conflictos refleja tanto aspectos emocionales como cognitivos en las relaciones interpersonales que influyen en la calidad de una relación. Además, este enfoque menciona que cada estilo tiene distintos efectos para las interacciones y lograr identificar patrones permite una regulación emocional y comportamental durante los conflictos.

Finalmente, la teoría de Kurdek (1994) plantea que el conflicto debe verse como una oportunidad de fortalecer los vínculos cercanos cuando se gestiona con respeto mutuo, convirtiéndose en un medio para el crecimiento de las relaciones.

1.2.4. Dimensiones Del Manejo De Conflictos

Kurdek (1994) propone un enfoque en cuatro estilos principales de resolución de conflictos: confrontación, evitación, acomodación y compromiso, cada uno teniendo distintas repercusiones en las relaciones interpersonales.

Es así como Kurdek (1994) menciona que la confrontación se distingue por una actitud directa y activa al conflicto, en la que la persona expresa sus emociones y opiniones con intensidad con el objetivo de resolver el problema, aunque ello pueda generar tensiones momentáneas en la interacción; la evitación consiste en distanciarse, retirarse o posponer el conflicto para mantener la armonía a corto plazo; en contraste, la acomodación implica

ceder ante la otra parte para preservar la relación, priorizando las necesidades ajenas; y finalmente, el compromiso supone que ambas partes involucradas en el conflicto realicen concesiones para encontrar una solución que sea aceptable para ambas partes, promoviendo la cooperación y el entendimiento mutuo.

Estas dimensiones propuestas por Kurdek (1994) reflejan patrones conductuales y como estos influyen en la dinámica de las interacciones interpersonales, comprender estos patrones promueve estrategias constructivas para el manejo de conflictos. En esta línea, Ramírez et al. (2024) señalan que estas dimensiones permiten diferenciar entre estrategias constructivas y aquellas que tienden a deteriorar la interacción.

1.2.5. El Manejo De Conflictos En Estudiantes Universitarios

En el entorno universitario, los conflictos representan una dimensión inevitable de la vida académica, dado que surgen de la interacción constante entre estudiantes, docentes y la estructura institucional. Comprender como se generan y gestiona estos conflictos es clave para promover una convivencia saludable dentro de las universidades.

Dorado et al. (2024) mencionan que los conflictos en el ámbito educativo universitario suelen tener múltiples orígenes ya que, estos desacuerdos emergen frecuentemente de la relación entre el alumnado y el profesorado, motivados por cuestiones como la jerarquía de poder, la discriminación y la rigidez administrativa. De forma complementaria, Munuera et al. (2024) señalan que los estudiantes identifican como principales fuentes de conflicto los problemas de comunicación, la falta de respeto y el incumplimiento de normas.

Es interesante notar que dentro de un mismo estudio como el de Munuera et al. (2024), algunos estudiantes universitarios lejos de concebir el conflicto como un obstáculo, lo perciben como una oportunidad de aprendizaje. Así lo indican quienes evidencian una valoración positiva del conflicto cuando se convierte en una experiencia formativa que impulsa la mejora de la convivencia y la madurez emocional.

Además, es importante conocer el modo en que los estudiantes enfrentan los conflictos. Dorado et al. (2024) señalan que la evitación es una estrategia común, lo cual refleja una carencia de herramientas para abordar las tenciones de manera asertiva. Mientras que Talavera-Salas et al. (2021) identifican un estilo complaciente como predominante, donde los jóvenes tienden a ceder en sus intereses personales para mantener la armonía. Esta tendencia, aunque puede evitar confrontaciones inmediatas, también limita la expresión de las necesidades individuales.

Frente a este panorama, Dorado et al. (2024) y Munuera et al. (2024) llegaron a la conclusión de que es importante buscar mecanismo de mediación y formación en el manejo de conflictos dentro de las universidades buscando la participación del estudiantado en la gestión de los conflictos, mediante programas que fomente el diálogo, la empatía y la corresponsabilidad.

1.3.Inteligencia Emocional

1.3.1. Definiciones De La Inteligencia Emocional

El concepto de inteligencia emocional apareció en la literatura científica gracias a Mayer y Salovey (1990), quienes lo describieron como la capacidad de reconocer y manejar las propias emociones, así como comprender las de los demás, utilizando esa información para orientar el pensamiento y la conducta. Años más tarde, los mismos autores ampliaron su definición, señalando que la inteligencia emocional también implica percibir con precisión las emociones, integrarlas, comprender el significado que transmiten y regularlas de manera que favorezcan el crecimiento emocional e intelectual (Mayer & Salovey, 1997).

Como premisa fundamental, Mayer et al. (2008) plantean que la inteligencia emocional consiste en la capacidad de razonar con precisión sobre las emociones y aprovechar ese conocimiento para enriquecer los procesos de pensamiento. Lo que se entendería como la habilidad mental que refuerza el pensamiento en base a un conocimiento emocional resultado de un razonamiento previo de las emociones.

A lo largo del tiempo, distintos autores han abordado la inteligencia emocional desde diversas perspectivas, enriqueciendo así su comprensión. Desde este marco conceptual, se conceptualiza como el conjunto de habilidades que permite percibir y expresar emociones de manera precisa, usar estas emociones para facilitar la actividad cognitiva, comprender las emociones y regularlas en favor del desarrollo personal y emocional, siendo posible su desarrollo y fortalecimiento mediante el aprendizaje (Mestre & Fernández-Berrocal, 2007). Este enfoque dinámico vuelve a la inteligencia emocional una herramienta clave en ámbitos personales, educativos y terapéuticos.

Desde otra perspectiva complementaria, Goleman (2018) en su obra “La Inteligencia Emocional”, la define como la capacidad del ser humano de reconocer sus propias emociones, las de los demás, y autorregularla, señalando además que implica habilidades como la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales, que permiten procesar información sobre las emociones y utilizarlas para guiar el comportamiento. Este planteamiento resulta fundamental porque demuestra que la inteligencia emocional no se limita a un aspecto individual, sino que constituye un conjunto de competencias que influyen en la manera en que la persona se desarrolla en los distintos ámbitos de su vida.

Adicionalmente, Herrera-Zamorano (2023) definen de manera similar a la inteligencia emocional como la capacidad de identificar, comprender y gestionar las emociones propias y ajenas con el propósito de alcanzar objetivos, lo que implica reconocer si la conducta resulta adecuada en un contexto social y aprovechar las emociones para desenvolverse en la vida cotidiana, favoreciendo tanto la calidad de las relaciones personales como el desempeño académico y laboral. Esta definición muestra que la inteligencia emocional es un recurso clave para la adaptación social y el éxito personal,

al vincular la regulación emocional con la calidad de los vínculos y el rendimiento en distintos ámbitos.

1.3.2. Importancia De La Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional constituye una pieza clave tanto en las relaciones interpersonales como en la formación y el desarrollo integral del ser humano, debido a su impacto en el desarrollo personal, social y académico de los estudiantes. En esta línea, Vásquez et al. (2022) señalan que la inteligencia emocional es un eje fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje, impulsa en los estudiantes el desarrollo de habilidades sociales y cognitivas, fortalece la motivación y el rendimiento académico, contribuye a la regulación de sus emociones y favorece la construcción de relaciones empáticas, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, aspectos clave para una convivencia positiva.

Campuzano-Ocampo et al. (2024) en su estudio reciente, reconocen la importancia que tiene la inteligencia emocional en el ámbito educativo y mencionan que, “La inteligencia emocional tiene un impacto significativo y positivo en el desarrollo integral de los estudiantes en contextos escolares”. De igual manera, Rodríguez et al. (2025) destacan que la inteligencia emocional constituye un pilar fundamental para garantizar una educación de calidad y favorecer el bienestar socioemocional de los estudiantes. Estas aportaciones evidencian que la formación integral no puede limitarse al desarrollo cognitivo, sino que requiere también el fortalecimiento de las competencias emocionales para lograr aprendizajes más significativos.

Adicionalmente, Herrera-Zamorano (2023) menciona que fomentar la inteligencia emocional contribuye al desarrollo integral de la persona, promoviendo la resiliencia, la tolerancia y el interés social, lo que se traduce en una mayor capacidad para enfrentar desafíos y alcanzar metas a largo plazo. Esto destaca el valor de la inteligencia emocional como herramienta para la adaptación y la superación personal, que incluyendo la empatía son habilidades esenciales no solo en el ámbito académico, sino también en la vida cotidiana.

De este modo, la inteligencia emocional no solo prepara a los estudiantes para responder a las demandas académica y profesional, sino que también los preparara para enfrentar de mejor manera los restos en la interacción social de este mundo actual.

1.3.3. Teorías O Modelos Sobre La Inteligencia Emocional

Una de las teorías más reconocidas en el campo de la inteligencia emocional (IE) es la que la concibe como una habilidad cognitiva específica, desarrollada inicialmente por Mayer y Salovey (1990) y profundizada por Mayer et al. (2008). A diferencia de los modelos mixtos que incorporan rasgos de personalidad como la autoestima o la motivación, esta teoría sostiene que la IE debe considerarse una forma legítima de

inteligencia cognitiva, comparable a la inteligencia verbal o espacial, pero orientada al procesamiento emocional.

En este marco, Mayer & Salovey (1997) identifican cuatro habilidades jerárquicas que conforman el Modelo de las Cuatro Ramas:

Iniciando por la percepción emocional que consiste en reconocer con precisión las emociones propias y ajenas mediante señales como expresiones faciales o tono de voz. La facilitación emocional del pensamiento usa las emociones para mejorar la atención, creatividad y toma de decisiones. La comprensión emocional implica interpretar cómo cambian y se combinan las emociones, anticipando sus causas y efectos. Finalmente, la regulación emocional es la capacidad de manejar adecuadamente las propias emociones y las de los demás para favorecer el bienestar y la adaptación social (Mayer & Salovey, 1997; Mayer et al., 2008).

Este modelo ha sido operacionalizado mediante el MSCEIT (Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test), una prueba de desempeño que evalúa objetivamente cada una de estas habilidades, diferenciándose de enfoques basados en autoinformes. Desde esta perspectiva, la inteligencia emocional no solo se distingue de los rasgos de personalidad, sino que también puede medirse y desarrollarse, al entenderse como un conjunto de habilidades mentales diferentes, aunque relacionadas, que favorecen la adaptación social, la toma de decisiones y el bienestar general (Mayer & Salovey, 1997).

En esta misma línea teórica, el test Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) se relaciona especialmente con la cuarta rama del modelo, ya que evalúa la percepción que tiene una persona sobre su capacidad para regular emociones, potenciarlas y mantener el equilibrio emocional en la vida diaria. Aunque el TMMS-24 es un instrumento de autoinforme, y no una prueba de desempeño como el MSCEIT, ha demostrado ser útil en contextos educativos y clínicos para obtener información subjetiva sobre la competencia emocional percibida (Extremera & Fernández-Berrocal, 2004). Por tanto, puede considerarse una adaptación práctica del modelo de habilidades cognitivas, enfocada en la regulación emocional (Gross, 2015).

Por su parte, el modelo propuesto por Goleman (2012) ha tenido gran repercusión en el ámbito organizacional, debido a su enfoque en la aplicabilidad práctica de la IE en el desempeño laboral y el liderazgo. Ahangar (2012) explica que este modelo concibe la inteligencia emocional como un conjunto de competencias emocionales y sociales necesarias para reconocer, comprender y regular emociones propias y ajenas en entornos profesionales. Se distinguen las competencias personales, que incluyen la autoconciencia, autorregulación y automotivación, y las competencias sociales, que abarcan la empatía y las habilidades interpersonales, todas vinculadas con la gestión de conflictos, el liderazgo y la colaboración en equipo. Este modelo se diferencia del enfoque estrictamente cognitivo de Mayer y Salovey (1997), ya que se considera mixto, al combinar habilidades cognitivas con rasgos de personalidad.

1.3.4. Dimensiones De La Inteligencia Emocional

Para esta investigación se opta por la teoría de la inteligencia emocional como habilidad de Mestre y Fernández-Berrocal (2007). A partir de este enfoque se fundamenta el TMMS-24, instrumento previamente mencionado, del cual se derivan las dimensiones que resultan esenciales para comprender la inteligencia emocional.

El TMMS-24 es un instrumento de autoinforme que evalúa la inteligencia emocional percibida. Según señalan Mestre y Fernández-Berrocal (2007) fue adaptada por Fernández-Berrocal et al. (2004) a partir del modelo original de Salovey et al. (1995), el cual se fundamenta en el enfoque teórico de Mayer y Salovey (1990). El instrumento evalúa tres dimensiones clave: atención a los sentimientos, claridad y reparación emocional.

Fernández-Berrocal et al. (2004) describen estas dimensiones de la siguiente manera:

> En primer lugar, la atención a los sentimientos se refiere a la percepción de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada. En segundo lugar, la claridad emocional evalúa la percepción que se tiene sobre la comprensión de los propios estados emocionales. Finalmente, la reparación emocional alude la capacidad percibida para regular los propios estados emocionales de forma correcta.

Aunque el TMMS-24 no evalúa la segunda rama de Mayer y Salovey (la facilitación emocional del pensamiento), cubre aspectos fundamentales de la inteligencia emocional intrapersonal a través de la autopercepción. De este modo, el TMMS-24 es una herramienta válida que permite identificar fortalezas y áreas de mejora en habilidades emocionales, facilitando intervenciones que promuevan el bienestar y la salud mental.

1.3.5. El Manejo De La Inteligencia Emocional En Estudiantes Universitarios

La inteligencia emocional se ha consolidado como una habilidad esencial para el desarrollo personal y académico en contextos educativos. Como lo menciona un estudio realizado por Pereyra et al. (2025), donde los estudiantes con un mayor desarrollo de la inteligencia emocional inciden positivamente en el rendimiento académico en los estudiantes de Educación Superior.

Por su parte Ramón et al. (2025), en su estudio reciente han evidenciado que los estudiantes universitarios de años superiores muestran una mayor autorregulación de sus emociones y construyen redes de apoyo más sólidas, lo que les permite manejar las situaciones difíciles sin afectar su rendimiento académico, identificando así que existe un desarrollo de madurez emocional a lo largo de su carrera.

Sin embargo, en un estudio realizado por López & Dávila (2025) a estudiantes peruanos mencionan que no se encontró una relación directa de la Inteligencia Emocional con las calificaciones, sin embargo, en las competencias socioemocionales si jugaron un rol clave

para la adaptación al entorno universitario y manejo de estrés. Esto puede estar influenciado por diversos factores como las condiciones de estudio, estilos de afrontamiento de la persona o esencialmente de su entorno.

1.4. Manejo De Conflictos E Inteligencia Emocional En Estudiantes De Entrenamiento Deportivo

La experiencia universitaria no se limita al aprendizaje académico; también es un espacio para cultivar habilidades emocionales que favorecen la convivencia y el bienestar. En este proceso, la inteligencia emocional y la forma de manejar los conflictos se convierten en pilares, pues ayudan a los estudiantes a adaptarse, resolver diferencias y construir relaciones sanas. Tal como explican García y Niño (2023), aprender a regular las emociones, controlar la impulsividad y expresar lo que sentimos de manera adecuada es fundamental para enfrentar los desacuerdos con asertividad.

El manejo conflictos en contextos formativos requiere competencias emocionales que permitan a los individuos regular sus respuestas, comunicarse con asertividad y encontrar soluciones consensuadas. En este sentido, la inteligencia emocional representa una herramienta clave para enfrentar situaciones de tensión interpersonal. En consonancia, Talavera-Salas et al. (2021) destacan que la IE permite tomar decisiones adecuadas sin dañar a las partes involucradas, al desarrollar habilidades como el autocontrol, la automotivación, la empatía y la competencia social.

Desde una mirada educativa, Abad y Cortez (2023) sostienen que la dimensión comunicativa de la inteligencia emocional cumple un rol determinante en la manera en que los estudiantes resuelven sus conflictos, ya que facilita la comprensión mutua y la construcción de consensos. Para los autores, esta capacidad emocional no solo contribuye al bienestar individual, sino que también transforma los conflictos en oportunidades de aprendizaje significativo y desarrollo de habilidades de convivencia.

Adicionalmente, en el estudio de Talavera-Salas et al. (2021) aunque no encontraron una correlación estadísticamente significativa entre los niveles de IE y los estilos de manejo de conflicto ($p = 0.486$), los datos revelan que más de la mitad de los estudiantes universitarios evaluados mostraron altos niveles de inteligencia emocional y predominaron estilos de resolución como el complaciente y elusivo. Esto sugiere que, si bien la relación no fue confirmada empíricamente en dicho estudio, las competencias emocionales están presentes y pueden moldear las formas de abordar los conflictos.

A nivel internacional, también se han analizado como se relaciona el manejo de conflictos y la inteligencia emocional en estudiantes, en el contexto universitario, específicamente en estudiantes de posgrado. Baber et al. (2023) sugieren que los estudiantes con mayor inteligencia emocional son más exitosos en el manejo de conflictos, debido a que logran regular sus emociones y adoptar estrategias de resolución más adaptativas y constructivas. Adicional, Rodríguez et al. (2025) mencionan que la IE es esencial en el ámbito

educativo, pues favorece el rendimiento académico, la convivencia escolar y el bienestar socioemocional de estudiantes y docentes.

En esta línea, la literatura destaca lo primordial de las intervenciones educativas centradas en la inteligencia emocional como un medio eficaz para mejorar las habilidades de manejo de conflictos en los estudiantes universitarios. Molina-Isaza y Nova-Herrera (2022) mencionan que la IE además de promocionar una buena convivencia, desarrolla habilidades para la vida, lo que implica la educación de las emociones, para instaurar una mejor comunicación entre los estudiantes. De igual manera, Rodríguez et al. (2025) mencionan que la inteligencia emocional es esencial en el sistema educativo, pues su integración en los currículos fortalece la formación docente, las políticas educativas y el desarrollo personal para afrontar los retos de la vida. En síntesis, la inteligencia emocional se configura como un recurso estratégico para fortalecer la educación y manejar conflictos de mejor manera.

Además, se ha observado que los beneficios de estas intervenciones pueden mantenerse a lo largo del tiempo, Santiago (2024) manifiesta que genera un impacto positivo y duradero tanto en la gestión emocional como en la calidad de las interacciones sociales en el ámbito académico. Esto muestra que la inteligencia emocional es clave para que los universitarios logren un manejo de conflictos más efectivo, y al fortalecer estas habilidades se logra un ambiente académico más armónico y saludable.

Considerando estos hallazgos, puede afirmarse que la inteligencia emocional no solo acompaña el desarrollo del individuo, sino que potencia su capacidad para afrontar conflictos con madurez, empatía y pensamiento crítico. En esta línea, las revisiones sistemáticas recientes como la realizada por Rodríguez et al. (2025) subrayan que la inteligencia emocional se vincula con un mejor manejo y afrontamiento de situaciones adversas, lo que contribuye a un desarrollo integral en la vida universitaria. Esta interrelación permite comprender el conflicto no como un fenómeno negativo, sino como una oportunidad de crecimiento personal y social.

Finalmente, es fundamental el estudio de manejo de conflictos desde la inteligencia emocional, debido a que esta última como Sánchez-Bolívar et al. (2023) mencionan es un factor clave en la construcción del perfil formativo universitario, y que debe ser considerada en los programas educativos y de apoyo institucional. Dado que pueden incidir positivamente en la convivencia y en la construcción de entornos más cooperativos y saludables.

1.5. Carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte

La carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte (UTN), ubicada en la ciudad de Ibarra, fue creada el 23 de julio de 2003 como una tecnología con especialidades en baloncesto y fútbol. Posteriormente, el 30 de julio de 2007, se transformó en Licenciatura en Entrenamiento Deportivo, consolidándose como una opción académica clave para formar profesionales en el área del deporte y la actividad

física. La carrera tiene una duración de ocho semestres en modalidad presencial, con una carga total de 5.760 horas académicas. Cuenta con laboratorios, coliseo, canchas, piscina y otros espacios adecuados que permiten una formación práctica de calidad. Su sede principal se encuentra en el campus de la UTN, en Ibarra.

El perfil de egreso de esta carrera contempla que los estudiantes desarrollen habilidades para planificar, dirigir y evaluar procesos de entrenamiento físico y deportivo, así como capacidades comunicativas, de liderazgo, resolución de conflictos y ética profesional. Los egresados están preparados para desempeñarse en escuelas, clubes, federaciones, instituciones públicas o privadas, promoviendo el desarrollo físico, deportivo y social de las personas.

La importancia de esta carrera en la sociedad radica en su contribución al fomento de hábitos saludables, el mejoramiento del rendimiento deportivo y la promoción de valores como el trabajo en equipo, la disciplina y el respeto. Además, fortalece el vínculo entre la universidad y la comunidad a través de prácticas preprofesionales y actividades de vinculación que permiten a los estudiantes aplicar sus conocimientos en contextos reales.

De este modo, la Licenciatura en Entrenamiento Deportivo de la UTN representa una propuesta educativa sólida, orientada a responder a las necesidades sociales actuales y a la formación de profesionales comprometidos con el deporte, la salud y el desarrollo integral de la sociedad.

CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Tipo De Investigación

La presente investigación es de tipo cuantitativo, fundamentado en la recolección y el análisis de datos numéricos con el objetivo de identificar patrones, relaciones y tendencias entre las variables de inteligencia emocional y el manejo de conflictos. Este enfoque permite una medición objetiva de los fenómenos que son susceptibles de cuantificación (Posso-Yépez, 2013).

En cuanto a su alcance, la investigación es descriptiva y correlacional. Es descriptiva, ya que busca caracterizar los niveles de inteligencia emocional y del manejo de conflictos, así como también analizar posibles diferencias según sexo y edad en estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Del mismo modo, es correlacional al proponerse determinar el grado de asociación entre las variables de inteligencia emocional y manejo de conflictos, sin intervenir en su comportamiento natural (Posso-Yépez, 2013).

En lo que respecta al diseño, el estudio es no experimental y transversal. Es no experimental porque las variables se observaron en su contexto natural sin intervención alguna, y es transversal porque la recolección de datos se realizó en un único momento. Además, se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, basado en criterios específicos del contexto de la investigación (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). En este caso, los participantes fueron seleccionados en función de su pertenencia a la carrera de Entrenamiento Deportivo, abarcando desde el primer hasta el octavo semestre y su disponibilidad para participar en la investigación.

2.2 Instrumentos

Para medir la variable de manejo de conflictos, se usó el instrumento denominado Inventario de Estilos de Resolución de Conflictos (CRSI), desarrollado por Kurdek (1994), originalmente se diseñó para evaluar los estilos de resolución de conflictos en relaciones de pareja y posteriormente se ha usado para evaluar las interacciones sociales. La versión reducida consta de 4 dimensiones, las cuales son; confrontación (ítems: 1,3,6,8,11,13,15), evitación (ítems: 2,4,7,12), acomodación (ítems: 9,14,16) y por último compromiso (ítems: 5,10) conformando un total de 16 ítems, con una escala de respuesta tipo Likert, ordenado de la siguiente manera, 1= Nunca, 2= Rara vez, 3= A veces, 4= Frecuentemente y 5= Siempre (Kurdek, 1994; Rojas et al., 2019).

En lo que respecta a el instrumento que se usó para medir la variable de inteligencia emocional, se denomina; Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), es un instrumento diseñado para evaluar la inteligencia emocional intrapersonal percibida, analizando cómo el individuo reconoce, comprende y gestiona sus propios estados emocionales. Al medir estas capacidades, la escala permite valorar qué tan efectiva es la persona para utilizar sus emociones en la regulación de su conducta y la resolución de problemas. La versión

original fue desarrollada por Salovey et al. (1995), que posteriormente Fernández-Berrocal et al. (2004) la adaptaron al español, este instrumento cuenta con 3 dimensiones; atención a los sentimientos (ítems: 1,2,3,4,5,6,7,8), claridad emocional (ítems: 9,10,11,12,13,14,15,16) y reparación emocional (ítems: 17,18,19,20,21,22,23,24) completando un total de 24 ítems, con una escala de respuesta de tipo Likert, ordenado de la siguiente manera, 1= Nada de acuerdo, 2= Algo de acuerdo, 3= Bastante de acuerdo, 4= Muy de acuerdo, y 5= Totalmente de acuerdo (Oliva et al., 2011).

Para determinar la fiabilidad de los dos instrumentos utilizados se empleó el estadístico Alfa de Cronbach, determinándose el valor de cada dimensión o factor y de cada variable de estudio, los mismo que pueden apreciarse en las siguientes tablas, en las que el criterio se los ha determinado de acuerdo con lo establecido por Pelegrín et al. (2016):

- Confiabilidad muy baja: $\alpha \leq 0{,}30$
- Confiabilidad baja: $0{,}30 < \alpha \leq 0{,}60$
- Confiabilidad moderada: $0{,}60 < \alpha \leq 0{,}75$
- Confiabilidad alta: $0{,}75 < \alpha \leq 0{,}90$
- Confiabilidad muy alta: $\alpha > 0{,}90$.

Tabla 1

Alfa de Cronbach de la variable y dimensiones de inteligencia emocional

Dimensión	Alfa de Cronbach	Criterio
Atención a los sentimientos	0,912	Confiabilidad muy alta
Claridad emocional	0,937	Confiabilidad muy alta
Reparación emocional	0,917	Confiabilidad muy alta
Total	0,957	Confiabilidad muy alta

Nota: Elaboración propia

Tabla 2

Alfa de Cronbach de la variable y dimensiones de Manejo de conflictos

Dimensión	Alfa de Cronbach	Criterio
Confrontación	0,859	Confiabilidad alta
Evitación	0,769	Confiabilidad alta
Compromiso	0,748	Confiabilidad alta
Acomodación	0,644	Confiabilidad moderada
Total	0,847	Confiabilidad alta

Nota: Elaboración propia

2.3 Preguntas De Investigación E Hipótesis

Para los dos primeros objetivos específicos, como cursores investigativos, se han planteado las siguientes preguntas de investigación:

- ¿Cuáles son los niveles de manejo de conflictos que tienen los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo?

- ¿Cuáles son los niveles de inteligencia emocional que tienen los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo?

Para el tercer y cuarto objetivos específicos, las hipótesis de investigación son las siguientes:

- H_1: Existe diferencias estadísticamente significativas en el de Manejo de conflictos entre hombres y mujeres.
- H0: No existe diferencias estadísticamente significativas en el de Manejo de conflictos entre hombres y mujeres.
- H2: Existe diferencias estadísticamente significativas en el Manejo de conflictos según los rangos de edad.
- H0: No existe diferencias estadísticamente significativas en el Manejo de conflictos según los rangos de edad.
- H3: Existe diferencias estadísticamente significativas de atención a los sentimientos entre hombres y mujeres.
- H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de atención a los sentimientos entre hombres y mujeres
- H4: Existe diferencias estadísticamente significativas de atención a los sentimientos de según rangos edad.
- H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de atención a los sentimientos de según rangos edad.
- H5: Existe diferencias estadísticamente significativas de claridad emocional entre hombres y mujeres.
- H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de claridad emocional entre hombres y mujeres.
- H6: Existe diferencias estadísticamente significativas de claridad emocional de según los rangos de edad.
- H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de claridad emocional según rangos de edad.
- H7: Existe diferencias estadísticamente significativas de reparación emocional entre hombres y mujeres.
- H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de reparación emocional entre hombres y mujeres.
- H8: Existe diferencias estadísticamente significativas de reparación emocional según rangos de edad.
- H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de reparación atencional según rangos de edad.
- H9: Existe correlación entre manejo de conflictos y atención a los sentimientos en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.
- H0: No existe correlación entre manejo de conflictos y atención a los sentimientos en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.
- H10: Existe correlación entre manejo de conflictos y claridad emocional en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.

- H0: No existe correlación entre manejo de conflictos y claridad emocional en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.
- H11: Existe correlación entre manejo de conflictos y reparación a los sentimientos en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.
- H0: No existe correlación entre manejo de conflictos y reparación a los sentimientos en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo.

2.4 Matriz De Operacionalización De Variables

Tabla 3

Matriz de variables

Variables	Dimensiones	Ítems
Sociodemográficos		Sexo Edad Semestres Autodefinición Étnica
Manejo de conflictos (CRSI-16)	Confrontación	1) Intento discutir abiertamente el problema. 3) Escucho el punto de vista de la otra persona. 6) Planteo el tema para discutirlo. 8) Trato de entender los sentimientos de la otra persona. 11) Me esfuerzo por expresar mis propios sentimientos. 13) Reconozco el punto de vista del otro. 15) Insisto en resolver el conflicto de inmediato.
	Evitación	2) Evito hablar sobre el problema. 4) Evito a la persona o la situación. 7) Cambio de tema para evitar el conflicto. 12) Me alejo sin resolver el problema.
	Acomodación	9) Cedo a los deseos de la otra persona. 14) Trato de mantener la paz evitando el desacuerdo. 16) Me adapto a lo que quiere la otra persona.
	Compromiso	5) Intento encontrar un compromiso. 10) Buscamos juntos una solución justa.
Inteligencia Emocional (TMMS-24)	Atención a los sentimientos	1) Presto mucha atención a los sentimientos. 2) Normalmente me preocupo mucho por lo que siento. 3) Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones. 4) Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo. 5) Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos. 6) Pienso en mi estado de ánimo constantemente. 7) A menudo pienso en mis sentimientos. 8) Prestó mucha atención a cómo me siento.
	Claridad emocional	9) Tengo claro mis sentimientos. 10) Frecuénteme puedo definir mis sentimientos.

	Reparación emocional	11) Casi siempre sé cómo me siento. 12) Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas. 13) A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones. 14) Siempre puedo decir cómo me siento. 15) A veces puedo decir cuales son mis emociones. 16) Puedo llegar a comprender mis sentimientos. 17) Aunque a veces, me siento triste, suelo tener una visión optimista. 18) Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables. 19) Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida. 20) Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal. 21) Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme. 22) Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo. 23) Tengo mucha energía cuando me siento feliz. 24) Cuando estoy enfadado intento que se me pase.

Nota: Elaboración propia

2.5 Participantes

Tabla 4

Distribución de Estudiantes de la Carrera de Entrenamiento Deportivo por Semestre y Sexo

	N° de Estudiantes		
Semestre	**Mujeres**	**Hombres**	**Total**
1	4	26	30
2	7	24	31
3	0	29	29
4	6	24	30
5	4	17	21
6	6	18	24
7	8	24	32
8	5	16	21
Total	40	178	218

Nota: Elaboración propia

Se intentó aplicar un censo; es decir, tomar la encuesta a todos los 218 estudiantes de la carrera de entrenamiento deportivo, pero al ser voluntario la muestra investigada fue de 175 estudiantes distribuidos de la siguiente manera:

Tabla 5

Distribución de la muestra por semestres

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
Semestre que cursa	Primero	Recuento	27	4	31
		% dentro de Nivel que cursa	87,1%	12,9%	100,0%
	Segundo	Recuento	20	7	27
		% dentro de Nivel que cursa	74,1%	25,9%	100,0%
	Tercero	Recuento	17	1	18
		% dentro de Nivel que cursa	94,4%	5,6%	100,0%
	Cuarto	Recuento	11	3	14
		% dentro de Nivel que cursa	78,6%	21,4%	100,0%
	Quinto	Recuento	14	4	18
		% dentro de Nivel que cursa	77,8%	22,2%	100,0%
	Sexto	Recuento	18	4	22
		% dentro de Nivel que cursa	81,8%	18,2%	100,0%
	Séptimo	Recuento	19	7	26
		% dentro de Nivel que cursa	73,1%	26,9%	100,0%
	Octavo	Recuento	14	5	19
		% dentro de Nivel que cursa	73,7%	26,3%	100,0%
Total		Recuento	140	35	175
		% dentro de Nivel que cursa	80,0%	20,0%	100,0%

Nota: Elaboración propia

2.6 Procedimiento Y Análisis De Datos

Previo a la recolección de datos, se realizó una adaptación al contexto lingüístico de aquellos enunciados que no resultaran familiares para los participantes, garantizando así claridad, relevancia y confiabilidad de cada reactivo antes de su aplicación definitiva a los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte. Para ello, se revisaron los ítems y escalas originales del Inventario de Estilos de Resolución de Conflictos (CRSI), compuesto por 16 ítems distribuidos en tres dimensiones, y del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), conformado por 24 ítems y cuatro dimensiones.

Con el fin de cumplir con los requisitos éticos y administrativos, se gestionó un oficio formal dirigido al Decano de la Facultad de Ciencia, Educación y Tecnología (FECYT), en el cual se expusieron los objetivos de la investigación y se solicitó la autorización correspondiente para la aplicación de los instrumentos seleccionados en la carrera antes mencionada. Una vez obtenida la aprobación por parte del decano, se acudió al

coordinador de la carrera con el propósito de coordinar la logística del proceso de recolección de datos.

Posteriormente, los instrumentos adaptados, junto con el consentimiento informado, fueron cargados a la plataforma de Microsoft Forms. En dicho consentimiento informado, dirigido a los participantes, se detallaron los propósitos académicos del proyecto, las instrucciones, los pasos a seguir para responder adecuadamente cada pregunta, y las garantías de confidencialidad de la investigación. El formulario permaneció habilitado durante 15 días laborales, a partir de la segunda semana del mes de julio del 2025, para que los estudiantes puedan completarlo.

Una vez concluido el plazo de aplicación de instrumentos, se exportó los datos obtenidos en Microsoft Forms al software IBM SPSS, donde se verificó los registros, se codificó las variables cuantitativas y se calculó el Alfa de Cronbach. Finalmente, se procedió a la tabulación y análisis estadístico de los datos, de acuerdo con los objetivos planteados en la investigación, iniciando con un análisis descriptivo de los niveles de manejo de conflictos e inteligencia emocional, seguido de la comparación de medias según sexo y edad, y concluyendo con el análisis de la correlación existente entre ambas variables.

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Estadísticos Descriptivos

Tabla 6

Estadísticos Descriptivos de Inteligencia Emocional

		Atención a los sentimientos	Claridad Emocional	Reparación Emocional
N	Válido	175	175	175
	Perdidos	0	0	0
Media		25,01	24,78	26,34
Mediana		24,00	24,00	26,00
Moda		24	24	24[a]
Desv. Desviación		6,954	7,022	6,898
Varianza		48,356	49,312	47,581
Rango		29	28	27
Mínimo		11	12	13
Máximo		40	40	40

Nota: Elaboración propia

Tabla 7

Estadísticos Descriptivos de Manejo de Conflictos

		Confrontación	Evitación	Compromiso	Acomodación	Total Manejo de Conflictos
N	Válido	175	175	175	175	175
	Perdidos	0	0	0	0	0
Media		23,62	11,30	6,79	9,37	51,08
Mediana		23,00	12,00	7,00	9,00	51,00
Moda		21	12	6	9	48
Desv. Desviación		5,101	3,208	1,827	2,265	8,879
Varianza		26,018	10,291	3,337	5,130	78,844
Rango		24	16	8	12	53
Mínimo		11	4	2	3	27
Máximo		35	20	10	15	80

Nota: Elaboración propia

3.2 Niveles De Manejo De Conflictos

Tabla 8

Rangos por estilos de manejo de conflictos

Niveles	Rangos por estilo			
	Confrontación	Evitación	Compromiso	Acomodación
Bajo	11 - 18.52	4 – 8.1	2 – 4.97	3 – 7.11
Medio	18.53 - 28.72	8.2 – 14.5	4.98 - 8.61	7.12 - 11.63
Alto	28.73 - 35	14.6 - 20	8.62 - 10	11.64 - 15

Nota: Elaboración propia

Para encontrar los rangos de cada una de las dimensiones del manejo conflictos se utilizó un baremo que está en función de los valores mínimos, máximos, media aritmética y desviación estándar:

El valor bajo va del valor mínimo al valor que se obtiene de restar la media aritmética menos la desviación estándar; el valor medio se obtiene desde el valor de la media aritmética menos la desviación estándar al valor de la media aritmética más la desviación estándar; el valor alto se obtiene de la media más la desviación estándar al valor máximo. Estos valores se los ha agrupado en la anterior tabla.

Tabla 9

Niveles de confrontación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	23	13,1	13,1
	Medio	123	70,3	83,4
	Alto	29	16,6	100,0
	Total	175	100,0	

Nota: Elaboración propia

Los resultados obtenidos indican que la mayor parte de la muestra se sitúa en un nivel medio de confrontación 70.3%. Mientras que el 16,6% de los estudiantes se ubican en el nivel alto, caracterizándose por un estilo de manejo del conflicto definido por la expresión intensa de emociones y una actitud directa ante los desacuerdos. Si bien este patrón puede favorecer en la exteriorización de necesidades, en el ámbito del entrenamiento deportivo también incrementa el riesgo de tensiones interpersonales y de dinámicas reactivas.

Esta prevalencia minoritaria del estilo de confrontación guarda coherencia con lo reportado por Portal (2024), quien en un estudio con estudiantes universitarios de Lima identificó que este estilo de confrontación era el menos frecuente, representando únicamente el 21% de la población. Ambos hallazgos confirman que, si bien la confrontación no es el estilo predominante en las muestras analizadas, su presencia, aunque minoritaria, está consistentemente asociada a una mayor probabilidad de deterioro comunicativo y de conflicto social.

Tabla 10

Niveles de evitación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	37	21,1	21,1
	Medio	111	63,4	84,6
	Alto	27	15,4	100,0
	Total	175	100,0	

Nota: Elaboración propia

En cuanto a los niveles del estilo de evitación, los resultados muestran que la mayoría de estudiantes se ubican en el nivel medio (63,4%), lo que sugiere que este estilo no es una

tendencia absoluta ni predominante en esta población. En cuanto al 21,1 % de los estudiantes, presentan un nivel bajo de evitación, lo que constituye un indicador positivo en el manejo de conflictos; este resultado sugiere que, en lugar de retirarse o postergar la confrontación, los estudiantes muestran una mayor disposición a enfrentar las situaciones, sin recurrir al escape como estrategia principal, lo cual favorece en el área del deporte al dar una intervención oportuna a discrepancias que se pueden presentar en el grupo.

Este hallazgo se diferencia de lo reportado por Dorado et al. (2024), quienes identificaron la evitación como una práctica predominante entre universitarios de su muestra y la vincularon con la ausencia de estrategias adecuadas para gestionar los conflictos. De manera complementaria, la investigación de Munuera et al. (2024) revela que el 38,9% de su población de estudio se ubica en un nivel alto de evitación, lo que refuerza la necesidad de promover competencias de gestión positiva que favorezcan el diálogo y la colaboración como alternativas más eficaces para el manejo de conflictos.

Tabla 11

Niveles de compromiso

		Frecuencia	**Porcentaje**	**Porcentaje acumulado**
Válido	Bajo	22	12,6	12,6
	Medio	120	68,6	81,1
	Alto	33	18,9	100,0
	Total	175	100,0	

Nota: Elaboración propia

Respecto a los niveles de compromiso, los resultados indican que la mayoría de la población se ubican en un nivel medio (68,6%), lo que sugiere que los estudiantes poseen las competencias básicas del estilo de compromiso, pero aún no las han consolidado como una respuesta sistemática ante el conflicto. Mientras que el 18,9% de los participantes se ubican en un nivel alto de compromiso lo que denota una implicación estable y activa hacia la búsqueda de acuerdos en el manejo de tensiones, mediando entre el asertividad y la cooperación al entender las preocupaciones e intereses de los demás, por lo que se vuelve un referente positivo en el deporte (Enciso & Vásquez, 2023, p. 3932).

Este hallazgo es consistente con lo reportado por Ramírez et al. (2024), quienes observaron una tendencia similar en su investigación. En este contexto, el grupo con niveles altos de compromiso constituye un referente positivo, cuyas prácticas de negociación y colaboración podrían servir de modelo para fortalecer las competencias de resolución de conflictos en los grupos con niveles medio y bajo ya que representan también una zona de desarrollo potencial.

Tabla 12

Niveles de acomodación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	34	19,4	19,4
	Medio	112	64,0	83,4
	Alto	29	16,6	100,0
	Total	175	100,0	

Nota: Elaboración propia

En cuanto a los niveles de acomodación, los resultados indican que el 64% de los estudiantes se ubican en el nivel medio, lo que puede indicar una propensión a mantener la armonía de la relación, aunque con matices en la disposición a la hora de ceder. Además, se destaca que un 16,6% se sitúa en un nivel alto, lo cual es preocupante para el perfil del estudiante en entrenamiento deportivo dado que este nivel evidencia una marcada tendencia a priorizar los intereses ajenos sobre los propios, incluso a costa de sus necesidades personales.

Una investigación similar realizada por Enciso y Vásquez (2023), se identificó que los participantes tenían una tendencia media y alta a emplear el estilo complaciente (acomodo) mostrando un bajo interés propio y un alto interés por los demás. Estos hallazgos, donde una proporción importante se encuentra en niveles medio y alto, sugieren dificultades potenciales para colaborar eficazmente en el manejo de conflictos. Tal como señalan Sims et al. (2025), una tendencia alta en la acomodación puede conllevar riesgos para el bienestar personal, por ello, es importante fortalecer habilidades socioemocionales que permitan a los estudiantes integrar herramientas de resolución más equilibradas.

3.3 Niveles De Inteligencia Emocional

Tabla 13

Rangos de atención a los sentimientos, claridad emocional y reparación emocional

		Hombres	Mujeres
Atención a los sentimientos	Presta poca atención	11-21	15-24
	Adecuada atención	22-32	25-35
	Presta demasiada atención	33-40	36-40
Claridad emocional	Debe mejorar	12-25	12-23
	Adecuada	26-35	24-34
	Excelente	36-40	35-39
Reparación emocional	Debe mejorar	13-23	16-23
	Adecuada	24-35	24-34
	Excelente	36-40	35-40

Nota: Elaboración propia

La determinación de los rangos presentados en la anterior tabla se realizó siguiendo los criterios de puntuación del baremo original del Trait Meta Mood Scale-24 (TMMS-24).

Para ello, se aplicaron las directrices de validación propuestas por Fernández-Berrocal et al. (2004), permitiendo categorizar los resultados obtenidos a partir de la sumatoria de los ítems de cada dimensión.

Para la construcción de los rangos se empleó un baremo construido en función de los valores mínimos y máximos diferenciados por sexo, además de los puntos de corte establecidos para hombres y mujeres; que han sido previamente utilizados en investigaciones con poblaciones similares, como las realizadas por Rodríguez et al. (2019) y León et al. (2024), quienes recurrieron a estos criterios para la interpretación de sus resultados.

Tabla 14

Niveles de atención a los sentimientos según sexo

		Sexo	
		Hombres	**Mujeres**
Presta poca atención	F	51	16
	%	36,4%	45,7%
Adecuada atención	F	71	15
	%	50,7%	42,9%
Presta demasiada atención	F	18	4
	%	12,9%	11,4%
Total	F	140	35
	%	100 %	100%

Nota: Elaboración propia

Los resultados indican que la mayoría de los hombres pertenecientes a la carrera de Entrenamiento Deportivo (50,7%) posee una adecuada atención a los sentimientos. En contraste, el grupo de mujeres predomina una baja atención a los sentimientos con un 45,7%, cifra que supera al 36,4% registrado en sus compañeros hombres. Este hallazgo resulta llamativo, ya que diversos estudios previos suelen señalar que las mujeres reportan mayor atención a los sentimientos que los hombres (Rodríguez et al., 2019).

Sin embargo, en esta muestra ocurre lo contrario, ya que casi la mitad de las mujeres de la carrera de Entrenamiento Deportivo se ubican en este nivel, lo que puede sugerir un desafío relevante para este grupo, ya que de acuerdo con la baja atención a los sentimientos o atención emocional puede provocar dificultades para identificar y comprender las emociones, afectando la autorregulación y las relaciones interpersonales, además de incrementar la probabilidad de ignorar estados emocionales importantes y limitar las estrategias de afrontamiento (Mayer & Salovey, 1997; Fernández-Berrocal & Extremera, 2005).

Adicional a lo anterior, en un estudio similar realizado por León, et al. 2024, se pudo observar que las mujeres presentaban una mayor variabilidad en cuanto a la atención a los sentimientos, pese a que algunas mujeres presentaban una adecuada atención, existía un grupo considerable del 30,84% con poca atención a los sentimientos.

Tabla 15

Niveles de claridad emocional según sexo

		Sexo	
		Hombres	**Mujeres**
Debe mejorar	F	81	17
	%	57,9%	48,6%
Adecuada	F	51	11
	%	36,4%	31,4%
Excelente	F	8	7
	%	5,7%	20%
Total	F	140	35
	%	100	100

Nota: Elaboración propia

En cuanto a la claridad emocional, los resultados revelan un área de oportunidad crítica para los estudiantes de Entrenamiento Deportivo: el 57,9% de los hombres y el 48,6% de las mujeres se sitúan en el nivel de "debe mejorar". No obstante, se destaca que el 20% de las mujeres alcanza un nivel excelente de claridad emocional, ante un 5,7% registrado en los hombres. Este resultado puede sugerir un reflejo de una socialización emocional diferenciada por género. Ya que de acuerdo con Vázquez y Campos (2024), las mujeres suelen recibir mayor estímulo para identificar, expresar y reflexionar sobre sus estados emocionales desde edades tempranas. La claridad emocional no solo depende de rasgos individuales, sino también del contexto que moldean el desarrollo de esta.

Comparando con estudios recientes, como el realizado por Ruano et al. (2024) en estudiantes de educación superior de México, mostraron que las mujeres tienden a ubicarse con mayor frecuencia en altos niveles en claridad emocional, mostrando mayor seguridad en la comprensión de sus emociones.

Tabla 16

Niveles de reparación emocional según sexo

		Sexo	
		Hombres	**Mujeres**
Debe mejorar	F	52	12
	%	37,1%	34,3%
Adecuada	F	75	16
	%	53,6%	45,7%
Excelente	F	13	17
	%	9,3%	20%
Total	F	140	35
	%	100	100%

Nota: Elaboración propia

En cuanto a la reparación emocional, los resultados en la carrera de Entrenamiento Deportivo reflejan una capacidad notable de los estudiantes para gestionar sus estados afectivos. Más de la mitad de los hombres (53,6 %) alcanza un nivel adecuado y un porcentaje adicional de (9,3%) se sitúa en el nivel excelente, mientras que en las mujeres

con un 45,7 % en “Adecuada” y un 20 % en “Excelente”, lo que indica una percepción favorable sobre su capacidad para recuperarse y normalizar sus estados emocionales.

Estos resultados entran en concordancia con estudios similares recientes, como el realizado por Maureira et al. (2023), donde se identificó que tanto hombres como mujeres presentan niveles similares de reparación emocional, lo que indica que ambos grupos tienden a percibirse capaces de regular y mantener un equilibrio de su estado emocional.

Esta distribución sugiere que tanto hombres como mujeres poseen capacidad de autorregulación emocional, aunque emplean estrategias distintas como lo mencionan Alvarado-Zurita y Rodas (2024); las mujeres recurren con mayor frecuencia a la reevaluación positiva y la rumiación, mientras que los hombres se orientan hacia la supresión y la resolución práctica de problemas.

Tabla 17

Pruebas de normalidad de las variables de estudios

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Atención a los sentimientos	,078	175	,012
Claridad emocional	,110	175	,000
Reparación emocional	,095	175	,001
Total manejo de conflictos	,107	175	,000

Nota: Elaboración propia

La tabla 17 expone los resultados de las pruebas de normalidad bajo el estadístico de Kolmogorov-Smirnov. Se puede observar que todas las variables de estudio tienen un p-valor < 0,05, determinando que no siguen una distribución normal. A partir de estos hallazgos, para el análisis de diferencias por género (2 poblaciones) se aplicó la prueba no paramétrica U de Mann Whitney, mientras que para las hipótesis de diferencias según los rangos de edad (3 poblaciones) se recurrió a Kruskal-Wallis.

3.4 Diferencias De Manejo De Conflictos (Total) E Inteligencia Emocional Con Sexo Y Edad

Tabla 18

Rangos y U de Mann Whitney: Manejo de conflictos-Sexo

Sexo	**N**	**Rango Promedio Manejo de conflictos**
Hombres	140	88,03
Mujeres	35	87,89
Total	175	-
U de Mann Whitney: Manejo de conflictos-Sexo (p-valor)		0,988

Nota: Elaboración propia

De acuerdo con la tabla 18, los rangos promedios entre hombre y mujeres reflejan una distribución muy similar. El sector masculino registra un puntaje apenas superior. En la tabla también se observa que el p-valor = 0,988 (p-valor>0,05), por lo tanto, se rechaza la hipótesis de investigación (H1) a favor de la hipótesis nula (H0); es decir: No existe diferencias estadísticamente significativas en el manejo de conflictos entre hombres y mujeres.

Los hallazgos de este estudio difieren de los reportados por Waghmare (2023), quien identificó una diferencia estadísticamente significativa entre hombres y mujeres en el manejo de conflictos. En su investigación, las mujeres obtuvieron puntajes más altos que los hombres, lo que indicaba una mayor disposición para implementar estrategias cooperativas orientadas a la resolución del conflicto. Del mismo modo, el estudio realizado por Adriani y Ratnasari (2021) evidenciaron diferencias significativas entre ambos géneros en la gestión de conflictos, destacando nuevamente que las mujeres presentan puntajes superiores, sugiriendo una tendencia hacia estilos más colaborativos y conciliadores.

Tabla 19

Rangos y Kruskal Wallis: Manejo de conflictos-Edad

Edades	N	Rangos promedio Manejo de conflictos
18-22 años	126	84,90
23-27 años	45	97,77
28-32 años	4	75,75
Total	175	-
Kruskal Wallis: Manejo de conflictos-Edad (p-valor)		0,303

Nota: Elaboración propia

De acuerdo con los resultados de la tabla 19, se puede observar que los rangos promedios varían de manera sutil según la edad de los participantes, destacando levemente el rango de 23-27 años sobre las demás categorías. También se obtuvo como resultados un p-valor = 0,303 (p-valor>0,05), por lo tanto, se rechaza la hipótesis de investigación (H2) a favor de la hipótesis nula (H0); es decir: No existe diferencias estadísticamente significativas de manejo de conflictos según rangos de edad.

Este hallazgo es coherente con lo señalado por Trifan et al. (2024), quienes evidencian que las estrategias de resolución de conflictos suelen mantenerse relativamente constantes entre rangos etarios cercanos, especialmente en jóvenes, y que los cambios más relevantes se observan solo en transiciones evolutivas amplias. Ramírez et al. (2024) reportaron que los estilos de resolución de conflictos presentan alta consistencia interna y estabilidad, señalando que; dentro de su población universitaria estudiada, los estilos no muestran variaciones marcadas relacionadas con la edad dentro del rango juvenil. Como el presente estudio realizado con los estudiantes de la carrera de entrenamiento deportivo.

Trifan et al. (2024) también señalan que factores como el contexto cultural, las condiciones socioeconómicas y las experiencias educativas pueden influir en la expresión de los estilos de resolución de conflictos.

Tabla 20

Rangos y U de Mann Whitney: Inteligencia Emocional-Sexo

Sexo	N	Rangos promedio de dimensiones de inteligencia emocional		
		Atención a los sentimientos	Claridad emocional	Reparación emocional
Hombres	140	85,35	88,30	86,86
Mujeres	35	98,60	86,80	92,57
Total	175	-	-	-
U de Mann Whitney: Inteligencia Emocional-Sexo (p-valor)		0,166	0,875	0,550

Nota: Elaboración propia

En cuanto a la tabla 20, encontramos que los rangos promedio de hombres y mujeres reflejan una distribución muy equilibrada en las tres dimensiones de inteligencia emocional. Sin embargo, en la dimensión de atención a los sentimientos y reparación emocional, es ligeramente superior el rango promedio en mujeres. Se puede observar que en cada una de las tres dimensiones de inteligencia emocional el p-valor>0,05, por lo tanto, se rechazan las hipótesis de investigación (H3, H5, H7) a favor de las siguientes hipótesis nulas; H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de atención a los sentimientos entre hombres y mujeres; H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de claridad emocional entre hombres y mujeres y H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de reparación emocional entre hombres y mujeres.

Estos resultados son consistentes con investigaciones anteriores como la de Maureira et al. (2023), donde aplican el TMMS24; y se evidencia que, aunque los estudiantes de educación física presentan altos niveles de inteligencia emocional, las diferencias entre sexos no son significativas. De manera similar, Barbosa-Granados et al. (2021) reportaron ausencia de diferencias en las tres dimensiones de la inteligencia emocional en deportistas universitarios y, por último, Gutiérrez (2020) también concluyó que el tamaño del efecto entre hombres y mujeres en inteligencia emocional es mínimo, reforzando la idea de que el sexo no constituye un factor determinante en este constructo.

Este hallazgo podría explicarse por el efecto generacional, dado que desempeña un papel importante en la sociedad ya que, las nuevas generaciones, influenciadas por cambios culturales y educativos, tienden a reducir las diferencias históricas en la expresión y regulación emocional, promoviendo patrones de socialización más equitativos en competencias emocionales (Sánchez et al., 2008).

Tabla 21

Rangos y Kruskal Wallis: Inteligencia emocional-Edad

Edades	N	Rangos de edad de dimensiones de inteligencia emocional		
		Atención a los sentimientos	**Claridad emocional**	**Reparación emocional**
18-22 años	126	88,19	88,51	86,55
23-27 años	45	88,49	88,34	94,61
28-32 años	4	76,63	68,00	59,25
Total	175	-	-	-
Kruskal Wallis: Inteligencia emocional-Edad (p-valor)		0,901	0,726	0,339

Nota: Elaboración propia

En la tabla 21 se puede observar un p-valor >0.05, por lo que, no hay diferencias estadísticamente significativas entre rangos de edad en ninguna dimensión. En consecuencia, se rechazan las hipótesis de investigación (H4, H6, H8) a favor de las siguientes hipótesis nulas; H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de atención a los sentimientos de según rangos de edad; H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de claridad emocional según rangos de edad; H0: No existe diferencias estadísticamente significativas de reparación emocional según rangos de edad.

Estos resultados son similares con los hallazgos de Górriz et al. (2021), quienes reportaron correlaciones positivas pero bajas entre la edad y las dimensiones del TMMS-24 en estudiantes universitarios de Argentina, Ecuador y España. Lo que sugiere que la edad se muestra como un factor con escasa capacidad explicativa en la inteligencia emocional percibida durante la etapa universitaria. De igual manera, coincide con el estudio de Aragundi-Moncada et al. (2025), quienes encontraron que la inteligencia emocional no varía significativamente entre los grupos etarios, aunque señalaron que los participantes más jóvenes de 21 a 30 años mostraron una ligera mayor atención emocional. Sin embargo, estos hallazgos contrastan con los resultados de Gutiérrez (2020), quien reportó que los participantes hasta los 20 años obtienen una media más alta en dimensiones como la atención y la regulación emocional.

Esta ausencia de diferencias significativas puede explicarse por el hecho de que los estudiantes comparten experiencias formativas, contextuales y académicas similares que favorecen el desarrollo homogéneo de estas habilidades, independientemente de su edad cronológica. Como señalan Maureira et al. (2023), los estudiantes de Educación Física tienden a presentar niveles similares de inteligencia emocional debido a las demandas comunes de su formación, que promueven la autorregulación emocional, la empatía y la conciencia afectiva desde etapas tempranas de su carrera.

3.5 Correlaciones Entre Variables De Estudio

Tabla 22

Correlación (Rho de Spearman) entre manejo de conflictos y dimensiones de inteligencia emocional

			Correlaciones			
			Total Manejo de Conflictos	**Atención a los sentimientos**	**Claridad Emocional**	**Reparación Emocional**
Rho de Spearman	Total Manejo de Conflictos	Coeficiente de correlación	1,000	,471**	,439**	,569**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000	,000
		N	175	175	175	175

Nota: Elaboración propia

En los datos de la tabla 22 encontramos que existe una correlación directa (+) entre el manejo de conflictos con cada una de las tres dimensiones de la inteligencia emocional (p-valor<0,05); por lo que, se rechazan las hipótesis nulas (H0) a favor de las siguientes hipótesis de investigación: H9: Existe correlación entre el manejo de conflictos y la atención a los sentimientos; H10: Existe correlación entre el manejo de conflictos y la claridad emocional; H11: Existe correlación entre el manejo de conflictos y la reparación emocional.

Para la interpretación de los resultados, se utilizó la tabla de rangos de coeficientes de correlación propuesta por Martínez et al. (2009), donde indican que; los coeficientes entre (0,26-0,50) muestran una correlación débil y los coeficientes que se ubican entre (0,51-0,75) indican una correlación moderada y fuerte. De acuerdo con este criterio, se observa que en los dos primeros casos; atención a los sentimientos (Rho=,471) y claridad emocional (Rho=,439) indican una correlación débil, mientras que el tercer caso, reparación emocional (Rho=,569) se posiciona en el rango de correlación moderada y fuerte.

Es así que la inteligencia emocional influye en como el estudiante en este caso, maneja un conflicto, sin embargo, dentro de este grupo de estudio se pudo observar que; aunque percibir y comprender las emociones resulta relevante para el manejo de conflictos, la habilidad más determinante es la capacidad de regularlas de manera adaptativa.

Este hallazgo puede explicarse desde un enfoque teórico, a partir de lo señalado por Extremera y Fernández-Berrocal (2004), quienes sostienen que la reparación emocional consiste en transformar estados emocionales disfuncionales en otros más equilibrados y funcionales, permitiendo de ese modo actuar con mayor control y racionalidad en situaciones interpersonales exigentes. A diferencia de las otras dimensiones como la atención o la claridad emocional, la reparación emocional implica una acción reguladora como lo mencionan Mayer y Salovey (1997) ya que, se busca intervenir sobre el propio estado afectivo, disminuir la impulsividad y reorientar la conducta, haciendo así que está sea clave para una correcta adaptación social, en diferentes contextos como el universitario.

CONCLUSIONES

1. En conclusión, la inteligencia emocional y el manejo de conflictos están estrechamente relacionados en el contexto universitario. Puesto que, la teoría de los estilos de manejo de conflictos explica cómo las personas responden ante los desacuerdos, mientras que la teoría de la inteligencia emocional resalta la atención, la claridad y la reparación como dimensiones claves para regular dichas respuestas favoreciendo así al uso de estrategias más adaptativas que fortalezcan las relaciones interpersonales dentro y fuera del ámbito universitario.

2. En los niveles de manejo de conflictos se pudo identificar que la mayoría de los estudiantes se ubica en niveles medios en cada uno de los cuatro estilos: confrontación, evitación, compromiso y acomodación; mientras que los niveles altos son minoritarios y los niveles bajos menos frecuentes. Estos resultados muestran un perfil de uso moderado y relativamente equilibrado de los estilos, suficiente para la gestión cotidiana pero aún distante de un desempeño óptimo en la resolución de conflictos.

3. Con respecto a los niveles de inteligencia emocional los resultados indican que la mayoría de los estudiantes presenta niveles adecuados en atención a los sentimientos y reparación emocional, mientras que la claridad emocional es la dimensión con mayores dificultades. Al analizar por sexo, se observa que los hombres tienen más casos que requieren mejora en claridad emocional, mientras que las mujeres muestran mejores niveles en claridad y reparación, aunque también presentan más casos con baja atención a los sentimientos.

4. En cuanto al manejo de conflictos según edad y sexo, se obtuvieron resultados homogéneos dado que, los rangos promedio presentan variaciones leves, las cuales no son suficientes para considerar una diferencia real en la población. Esto sugiere que el sexo y la edad no constituyen factores determinantes en la manera en cómo se relacionan, ya que dependerá también de otros factores como el contexto cultural, las condiciones socioeconómicas y las experiencias individuales.

5. Respecto a la inteligencia emocional, los hallazgos revelan que no existen diferencias significativas según el sexo o la edad en los estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo. Si bien se observaron pequeñas variaciones en las puntuaciones, estas no marcan una diferencia determinante, por lo que reflejan un desarrollo similar de habilidades emocionales en los estudiantes.

6. Se encontró una correlación positiva entre el manejo de conflictos y las tres dimensiones de la inteligencia emocional; la correlación con la atención y la claridad es débil, mientras que con la reparación emocional alcanza un nivel moderado, este resultado pudo deberse a que la reparación emocional implica una acción reguladora la cual reorienta la conduta y es clave para la adaptación social.

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda ampliar futuras investigaciones hacia otros contextos universitarios, incluyendo diferentes facultades y universidades tanto públicas como privadas, con el fin de obtener una visión más integral y representativa de la realidad universitaria. Esta ampliación permitiría contrastar resultados, identificar posibles diferencias contextuales y fortalecer la generalización de los hallazgos relacionados con el manejo de conflictos y la inteligencia emocional en estudiantes de educación superior.

2. Se sugiere desarrollar estudios de tipo predictivo que incorporen otras variables psicológicas y contextuales que puedan influir o predecir el manejo de conflictos y la inteligencia emocional. Entre estas variables se incluyen el estrés académico, las habilidades sociales, la comunicación asertiva, la resiliencia, el apoyo social y los estilos de afrontamiento, lo que permitiría comprender de manera más profunda los factores asociados a la inteligencia emocional y manejo de conflictos.

3. Se recomienda diseñar y aplicar programas de intervención orientados a mejorar el manejo de conflictos en los estudiantes de entrenamiento deportivo que presentaron niveles bajos en esta variable. Dichos programas deberán incluir psicoeducación en habilidades socioemocionales, como empatía, comunicación asertiva y resolución de conflictos mediante dinámicas grupales y finalmente, evaluación y seguimiento para medir avances y realizar ajustes.

4. Se recomienda diseñar e implementar programas de intervención orientados a potenciar la inteligencia emocional en estudiantes que evidenciaron niveles bajos en esta variable. Estos programas deberán incluir talleres para el desarrollo de autoconciencia y autorregulación emocional, donde puedan integrar la inteligencia emocional en la práctica de la carrera de entrenamiento deportivo.

5. Se recomienda incorporar programas de psicoeducación tanto en la carrera de Entrenamiento Deportivo como en la Universidad Técnica del Norte, mediante un trabajo articulado entre los docentes de Psicología y el Departamento de Bienestar Universitario. Estas acciones deben orientarse al fortalecimiento de la inteligencia emocional y al desarrollo de habilidades para el manejo adecuado de conflictos, con el propósito de promover el bienestar integral de los estudiantes y garantizar una convivencia universitaria más armónica y saludable.

REFERENCIAS

Abad, L., & Cortez, G. O. (2023). Inteligencia emocional en la resolución de conflictos en una universidad privada. *Hacedor - Revista de Educación y Ciencias Humanas*, *7*(2), 52–61. https://revistas.uss.edu.pe/index.php/HACEDOR/article/view/2519/2955

Adriani, S. R., & Ratnasari, Y. (2021). *Conflict resolution styles and marital satisfaction in men and women: Study in the first five years of marriage*. In The Asian Conference on Psychology & the Behavioral Science 2021: Official Conference Proceedings. The International Academic Forum (IAFOR). DOI: 10.22492/issn.2187-4743.2021.6

Aguilar-Priego, L., Guzmán-Toledo, R. M., & Rojas-Solís, J. L. (2024). *Inteligencia emocional como factor protector ante depresión, ansiedad, estrés y burnout en estudiantes universitarios.* Avances en Psicología, 32(*1*), e3224. https://doi.org/10.33539/avpsicol.2024.v32n1.3224

Ahangar, R. G. (2012). *Emotional intelligence: The most potent factor of job performance among executives.* F. Meyer (Ed.), Emotional intelligence – new perspectives and applications (121–138). InTech. https://doi.org/10.5772/32337

Alvarado-Zurita, P., & Rodas, J. A. (2024). Cognitive emotional regulation strategies: Gender differences in Ecuador. *Liberabit: Revista de Psicología, 30*(1), 1–15. https://doi.org/10.24265/liberabit.2024.v30n1.727

Álvarez, J. S., Hernández, M. Á., & Martínez, R. (2023). Enseñar a ser empáticos como fórmula para la mejora de la convivencia escolar. *Revista de Educación, Innovación y Formación (REIF), 8*(1), 107–125. https://digitum.um.es/server/api/core/bitstreams/faae94ff-f5fd-4598-885a-cb48f438cf81/content

Aragundi-Moncada, J. G., Bueno-Fernández, M. M., Espinoza-Solís, E., Guillén-Rodríguez, A. P., Sabando García, Á. R., Lamus de Rodríguez, T. M., Ultreras-Rodríguez, A., & Moreira-Choez, J. S. (2025). The relationship between age and emotional intelligence in postgraduate students. *Frontiers in Education, 10,* 1558339. https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1558339

Baber, S., Akram, T., & Akhtar, P. (2023). Correlation between conflict management & emotional intelligence among university students. *Russian Law Journal, 11*(2), 520–531. https://russianlawjournal.org/index.php/journal/article/download/2272/1250

Balseca, M., Bravo, F., Baluarte, A., Mora, V., & Velásquez, J. (2025). *Estrategias efectivas para la resolución de conflictos en estudiantes de modalidad de educación inconclusa en una Unidad Educativa de la ciudad de Portoviejo.*

LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades *5*(6), 3442 – 3466. https://doi.org/10.56712/latam.v5i6.3253

Barbosa-Granados, S., Méndez Cruz, J., Ramírez Herrera, S., & Arenas Granada, J. (2021). Inteligencia emocional en deportistas universitarios: Género y modalidad deportiva. En H. A. Pineda Espejel & M. Trejo Trejo (Coords.), Avances en educación física y deporte (pp. 6–19). Universidad Autónoma de Baja California. https://www.researchgate.net/publication/230886939_La_Inteligencia_emocional_en_la_Educacion

Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psicología social*. Pearson Educacion. https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/923535365a84c802ce5793bb6fef92f8.pdf

Bonache, H., Ramírez-Santana, G., & Gonzalez-Mendez, R. (2016). *Estilos de resolución de conflictos y violencia en parejas de adolescentes.* International Journal of Clinical and Health Psychology, *16(3)*, 276-286. Redalyc.Estilos de resolución de conflictos y violencia en parejas de adolescentes

Bonilla-Yucailla, D., Balseca-Acosta, A., Cárdenas-Pérez, M. J., & Moya-Ramírez, D. (2022). *Inteligencia emocional, compromiso y autoeficacia académica. Análisis de mediación en universitarios ecuatorianos*. Interdisciplinaria, 39*(2)*, 249-264. https://doi.org/10.16888/interd.2022.39.2.16

Calderón Concha, P. (2009). Teoría de conflictos de Johan Galtung. *Revista de Paz y Conflictos*, *2*, 60-81. Instituto de la Paz y los Conflictos, Universidad de Granada. https://revistaseug.ugr.es/index.php/revpaz/article/view/432

Campuzano-Ocampo, A., Lalangui-Villalta, M., Jumbo-Sandoval, C., Sallo-Chabla, A., & Moran-Astudillo, R. (2024). Desarrollo Integral de los Estudiantes: Importancia de la Inteligencia Emocional en el Ambiente Escolar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, *8*(3), 7675–7693. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.11959

Cornet, G. (2021). *El método Thomas-Kilmann para resolver un conflicto*. Global Human Consultants. https://globalhumancon.com/tecnicas-para-resolver-un-conflicto/

Díaz, R. A. K. (2025). La Inteligencia Emocional como Pilar en la Formación Universitaria: Retos y Oportunidades. *Sciencevolution*, *4*(2), 47–57. https://doi.org/10.61325/ser.v4i2.178

Dorado, B, A. I., González C, D., De la Fuente R, I. N., & Ducca C, L. V. (2024). *La gestión del conflicto en la Universidad Complutense de Madrid: Experiencias del alumnado. Perfiles Educativos*, *46*(185). https://doi.org/10.22201/iisue.24486167e.2024.185.61505

Eguiguren, R. M. B. (2021). *Conflictos socioambientales e interétnicos: la colonización de los indígenas Saraguro en los territorios de los pueblos ancestrales Shuar en*

el Centro Shuar Miazi, al sur del Ecuador. España: Dykinson. https://www.google.nl/books/edition/Conflictos_socioambientales_e_inter%C3%A9tni/aIZjEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=1&dq=manejo+de+conflictos&pg=PA78&printsec=frontcover

Enciso, R. A., & Vásquez, W. A. (2023). Competencias emocionales y el manejo de conflictos en estudiantes universitarios. *South Florida Journal of Development*, *4*(10), 3929–3946. https://ojs.southfloridapublishing.com/ojs/index.php/jdev/article/view/3366

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. REDIE. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 6(2), 0. https://www.redalyc.org/pdf/155/15506205.pdf

Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2005). *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. Revista Electrónica de Motivación y Emoción, 8(20), 1–10. https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, *94*(3), 751–755. https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755

Franzoi, S. (2019). *Psicología social*. McGraw-Hill.

Galtung, J. (1969). Violence, Peace, and Peace Research. *Journal of Peace Research*, *6*(3), 167-191. https://doi.org/10.1177/002234336900600301

García, L., & Niño, S. (2023). La regulación emocional en docentes de educación en formación. *Pensamiento Educativo, Revista De Investigación Educacional Latinoamericana*, *60*(3). https://doi.org/10.7764/PEL.60.3.2023.1

García, T., de las Mercedes Colina, M., Martínez, J., & Carranza, J. (2022). Habilidades comunicativas como herramientas para la gestión de conflictos en los estudiantes universitarios de la licenciatura de la Universidad Popular del Cesar. Visión sistémica. *Tendencias en la Investigación Universitaria: una visión desde Latinoamérica. Vol. XIX* (pp. 81-96). Fondo Editorial Universitario Servando Garcés. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9115013

Gaumer, E. A. S., & Noonan, P. M. (2021). *Conflict Management Assessment Suite:* Technical Report. College & Career Competency Framework. http://cccframework.org

Gilovich, T., Keltner, D., & Chen, S. (2021) *Social Psychology*. W. W. Norton & Company Social Psychology : Thomas Gilovich : Free Download, Borrow, and Streaming : Internet Archive

Goleman, D. (2012). *El cerebro y la inteligencia emocional / The Brain and Emotional Intelligence: New Insights*. Ediciones B. https://elhacker.info/manuales/Libros%20emprendedores/EL%20CEREBRO%2

0Y%20LA%20INTELIGENCIA%20EMOCIONAL%20-%20DANIEL%20GOLEMAN.pdf

Goleman, D. (2018). *La Inteligencia Emocional*. Bolivar Impresores, S. A. S. https://archive.org/details/la-inteligencia-emocional-goleman-daniel/page/n5/mode/2up

Gómez, G. (2022). Consideraciones sobre el objeto de estudio de la psicología social. *Revista Electrónica de Psicología de la FES Zaragoza-UNAM, 12*(24), 55–66. https://www.zaragoza.unam.mx/wp-content/2022/Publicaciones/revistas/Rev_Elec_Psico/Vol12_No_24/REP12(24)-art6.pdf

Górriz, A. B., Etchezahar, E., Pinilla-Rodríguez, D., Giménez-Espert, M. C., & Soto-Rubio, A. (2021). *Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) in university students: Factorial invariance by gender and age in Argentina, Ecuador, and Spain. International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(18), 9724. https://doi.org/10.3390/ijerph18189724

Gross, J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, *26*(1), 1–26. https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781

Gutiérrez, N. (2020). Inteligencia emocional percibida en estudiantes de educación superior: análisis de las diferencias en las distintas dimensiones. *Actualidades en Psicología*, 34(128), 17–33. https://doi.org/10.15517/ap.v34i128.34469

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, P. C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill Interamericana S.A.

Herrera-Zamorano, B. R. (2023). Inteligencia Emocional y Éxito Profesional. *Unidades de Apoyo para el Aprendizaje*. CUAIEED/Facultad de Medicina-UNAM. https://repositorio-uapa.cuaed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/2524/mod_resource/content/3/UAPA-Inteligencia-Exito-Profesional/index.html

Hogg, M., & Vaughan, G. (2021). *Psicología social*. Panamericana Editorial Ltda. https://es.scribd.com/document/450668463/Psicologia-Social-pdf

House, J. (1977). *The Three Faces of Social Psychology*. Sociometry, 40(2), 161-177. https://www.yumpu.com/en/document/read/30056021/the-three-faces-of-social-psychology-campusfsueducampus-

Infantes, P. G., Otiniano, M. A., O'Higgins, D. C. P., Chirinos, W., & Nina-Cuchillo, E. E. (2025). *Inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de un centro de educación superior privado de Lima, Perú*. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 9*(2)*, 4868-4888. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2.17261

Kurdek, L. A. (1994). Conflict resolution styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent, and heterosexual parent couples. Journal of Marriage and the Family, 56(3), 705–722. https://doi.org/10.2307/352880

León, M., Terán, K., Arbeláez, H.,, & Muzo, T. (2024). *Inteligencia emocional y habilidades sociales en estudiantes de nivelación de una universidad*. Revista Ecuatoriana de Psicología (REPSI), 7(17), 73–92. https://doi.org/10.33996/repsi.v7i17.111

López, H., & Davila, R. (2025). Efectos de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista Conrado, 21*(103), e4339. Recuperado a partir de https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/4339

Martínez, R. M., Tuya Pendás, L. C., Martínez Ortega, M., Pérez Abreu, A., & Cánovas, A. M. (2009). EL COEFICIENTE DE CORRELACION DE LOS RANGOS DE SPEARMAN CARACTERIZACION. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 8(2). https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180414044017

Maureira, F., Espinoza, E., & Gálvez, C. (2023). Inteligencia emocional en estudiantes de Educación Física de Santiago de Chile. *Revista Ciencias De La Actividad Física UCM, 24*(1), 1-12. https://doi.org/10.29035/rcaf.24.1.7

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). *Emotional intelligence*. *Imagination, Cognition and Personality*, *9*(3), 185–211. https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* En P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Educational implications (pp. 3–31). New York: Basic Books. https://www.researchgate.net/publication/268207442_What_is_Emotional_Intelligence

Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. Annual Review of Psychology, 59, 507–536. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646

Mehrad, A., Sternberg, M., Buyandalai, E., Pius, A., Stanich, E., Shaalan, H., Olson, E., Triscik, M., Bultema, A., Fritsch, C., Primo, S., Leve, L., Bullock, A., Taylor, E., Rico, A., & Langston, E. (2024). Theories and approaches of social psychology. International *Review of Social Sciences Research*, *4*(2), 71-90. https://doi.org/10.53378/353066

Merchán-Gavilánez, M., Cadena-Alvarado, R., &Napa-Yance, C. (2019). La mediación de conflictos escolares. Incidencia en el desarrollo de la inteligencia emocional. *Conrado, 15(69),* 399-404. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400399&lng=es&tlng=pt.

Mestre, J.M. & Fernández-Berrocal, P. (2007). *Manual de inteligencia emocional*. Madrid: Pirámide

Molina-Isaza, L., & Nova-Herrera, A. J. (2022). La inteligencia emocional, una oportunidad para la gestión de la convivencia escolar. *Praxis, 18*(1), 15–32. Fundación Universitaria Juan de Castellanos; Universidad Metropolitana de Educación, Ciencias y Tecnología. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8897809

Moya-Lara, I. N. (2024). Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes de Nivelación. *Erevna: Research Reports, 2*(1), 1-15. https://doi.org/10.70171/sktq6112

Munuera Gómez, P., Martínez-López, J. A., Molina Cano, J., & Costa e Silva, A. M. (2024). *Percepción y gestión de los conflictos en estudiantes universitarios españoles y portugueses.* Revista de Investigación Educativa, *42*(2). https://doi.org/10.6018/rie.563891

Oliva Delgado, A., Antolín Suárez, L., Pertegal Vega, M. Á., Ríos Bermúdez, M., Parra Jiménez, Á., Hernando Gómez, Á., & Reina Flores, M. del C. (2011). *Instrumentos para la evaluación de la salud mental y el desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven.* Junta de Andalucía. Consejería de Salud.https://personal.us.es/oliva/INSTRUMENTOS_DESARROLLO%20POSITIVO.pdf

Pelegrín Rodríguez, A., Reyes Hernández, I., Pompa Ríos, L. M., Gámez Azaharez, Y., Álvarez Rodríguez, J. M., & Dupotey Varela, N. M. (2016). Diseño y validación de un cuestionario para la determinación de necesidades educativas en pacientes. *Revista Mexicana de Ciencias Farmacéuticas, 47*(1), 77-96 https://www.redalyc.org/pdf/579/57956609007.pdf

Pereyra, J., Linares, M., Mendoza, O., Pérez, C., & Gonzales, A. (2025). Inteligencia emocional para un buen rendimiento académico en educación superior. *Revista InveCom, 5*(4). 1-10. https://zenodo.org/records/14920622

Pérez-Dueñas, C., Sánchez-Moral, J., & Checa, P. (2023). Influencia del manejo de conflictos y la regulación emocional en la violencia cometida en la pareja. *Psychology, Society & Education, 15*(1), 20-29. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8938706

Pons, D. J. (2022). *El marco teórico de la psicología social*. Prensas de la Universidad de Zaragoza. Javier Pons Díez - Dialnet

Portal C, M. L. (2024). *Satisfacción en la pareja y resolución de conflictos en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/9184/UNFV_FAP

S_Portal%20Campos%20Maria%20Lucero_Titulo%20profesional_2024.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Posso-Yépez, M. Á. (2013). Proyectos, tesis y marco lógico: Planes e informes de investigación. Noción. https://bibliotecadigital.utn.edu.ec/s/inicio/item/13694

Ramírez, A., Medina-Maldonado, V., Burgos-Benavides, L., Alfaro-Urquiola, L., Sinchi, H., Herrero Díez, J., & Rodríguez-Diaz, F. J. (2024). *Validation of the Psychometric Properties of the Conflict Resolution Styles Inventory in the University Population*. *Social Sciences*, *13*(11), 615. https://doi.org/10.3390/socsci13110615

Ramón, M., Torres, J., Jiménez, D., & Bohorquez, A. (2025). Desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes universitarios en contextos de violencia e inseguridad. *Revista Científica de Innovación Educativa y Sociedad Actual "ALCON"*, *5*(2), 82–93. https://doi.org/10.62305/alcon.v5i2.481

Raspa, G., Durán, X., & Sarmiento, K. (2023). *Manejo de conflictos en instituciones de educación básica: necesidad o requisito*. Revista de Educación, 6, 27-36. https://www.researchgate.net/publication/375966306_Manejo_de_conflictos_en_instituciones_de_educacion_basica_necesidad_o_requisito

Rodríguez L, J., Sánchez S, R. F., Ochoa E, L. M., Cruz P, I. A., & Fonseca M, R. T. (2019). *Niveles de inteligencia emocional según género de estudiantes en la educación superior*. Revista Espacios, 40(31), 26. https://revistaespacios.com/a19v40n31/a19v40n31p26.pdf

Rodríguez, Y., Gutiérrez, M., & Villantoy, R. (2025). Inteligencia emocional como pilar para una educación de calidad: una revisión sistemática. *Revista InveCom*, *6(*3), 1–15. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10459395

Rodriguez-Barboza, J. (2024). Inteligencia Emocional como Factor Determinante en el Rendimiento Académico en Estudiantes. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 17(1), 400-411. https://doi.org/10.37843/rted.v17i1.496

Rojas, J. L., Morales, A. L., Juarros-Basterretxea, J., Herrero, J. B., y Rodríguez-Díaz, F. J. (2019). Propiedades psicométricas del Inventario de Estilos de Resolución de Conflictos enjóvenes mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, *10*(1), 15-26. https://doi.org/10.23923/j.rips.2019.01.022

Ronquillo, Y., Ellis, V. L., & Toney-Butler, T. J. (2023). *Conflict management.* StatPearls Publishing. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470432/

Ruano Esquivel, H. R., Galindo Vargas, L. F., Godoy Mojica, R. A., & Sánchez Carrola, M. A. (2024). Cómo se manifiesta el género en los niveles de inteligencia emocional percibida en estudiantes de educación superior. *Investigación Educativa Duranguense*, *15*(23), 116–140. https://doi.org/10.63664/ined15232024221

Salovey, P., Mayer, D., Goldman, L., Turvey, C. y Palfai, P. (1995). Emotional atten tion, clarity and repair: exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. En J. Pennebaker (ed.): *Emotion, disclousure and health.* Washington, D.C.: American Psychological Association.

Sánchez, N. M. T., Fernández-Berrocal, P., Montañés R. J., & Latorre P. J. M. (2008). *¿Es la inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones*. Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 6(2), 455-474. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293121924011

Sánchez-Bolívar, L., Escalante-González, S., Martínez-Martínez, A., & Zurita-Ortega, F. (2023). *Inteligencia emocional en el perfil formativo y psicosocial de los estudiantes universitarios: una revisión sistemática*. *Educatio Siglo XXI, 41*(2), 229–248. https://doi.org/10.6018/educatio.515181

Sandoval, A. (2024). *Manejo del conflicto en la gestión escolar: Una revisión sistemática.* Revista de Climatología, *24*, 1167-1172. https://doi.org/10.59427/rcli/2024/v24cs.1167-1172

Sandoval, J. (2010). *Construccionismo, conocimiento y realidad: una lectura crítica desde la Psicología Social.* Revista del Magíster en Análisis Sistémico Aplicado a la Sociedad, (23). https://revistamad.uchile.cl/index.php/RMAD/article/view/13633/13902

Santiago, N. (2024). Role of Emotional Intelligence in Conflict Resolution and Prevention in Colombia. *Journal of Conflict Management, 4*(1), 14 – 25. https://doi.org/10.47604/jcm.2381

Sewell, W. H. (1989). *Some Reflections on the Golden Age of Interdisciplinary Social Psychology*. Annual Review of Sociology, 15, 1-16. https://www.ssc.wisc.edu/wlsresearch/publications/files/public/Sewell_Some.Reflections.G.A.I.S.P.(A.R.S).pdf

Sims, R. L., Gong, B., Lawrence, E. T., & Seymour, P. (2025). When accommodating during workplace conflict is destructive: How organizational status and gender interact. *Journal of Managerial Psychology*, *40*(10), 1–14. https://doi.org/10.1108/JMP-08-2024-0626

Talavera-Salas, I. X., Zela-Pacori, C. E., Parillo-Sosa, E. G., & Calcina-Cuevas, S. C. (2021*). Inteligencia emocional y estilos para el manejo de conflictos sociales en estudiantes universitarios.* Dominio de las Ciencias, 7(2), 180–194. https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/1789/3575

Thomas, K. W., & Kilmann, R. H. (1974). *Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument*. Mountain View, CA: CPP, Inc. (Edición en español disponible en The Myers-Briggs Company: https://eu.themyersbriggs.com/-/media/Files/PDFs/Book-Previews/TKSP0003e_preview.pdf)

Torres-Zapata, Á. E., Pérez-Jaimes, A. K., Lara-Gamboa, C. C., Estrada-Reyes, C. U., Brito-Cruz, T. J., & Sánchez-May, M. C. (2022). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios; estado actual del conocimiento, 2021. *Revista Recus*, 7(3), 19-25. http://revistas.utm.edu.ec/index.php/Recus

Trifan, T. A., Meeus, W., & Branje, S. (2024). *The dimensionality of the Conflict Resolution Styles Inventory across age and relationships*. Frontiers in Psychology, 15. https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1233279/full

Vásquez, M., Arapa, R., Pancca, N., Paricahua, N., & Gonzales de del Castillo, M. (2022). Inteligencia emocional y sus modelos: su importancia para el proceso enseñanza aprendizaje. *Paidagogo*, *4*(1), 116–130. https://doi.org/10.52936/p.v4i1.107

Vázquez, C. & Campos, Y. (2024). La inteligencia emocional: una ruta para la igualdad de género. *Revista Digital Universitaria*, *25*(5), septiembre–octubre. https://doi.org/10.22201/ceide.16076079e.2024.25.5.2

Waghmare, R. D. (2023*). A study of conflict resolution styles among married couples*. Educational Administration: Theory and Practice, 29 (4), 6050–6059. https://doi.org/10.53555/kuey.v29i4.11121

ANEXOS

ANEXO NÚMERO 1: Conflict Resolution Styles Inventory (CRSI)

Instrucciones: Lea cada uno de los siguientes ítems e indique con qué frecuencia utiliza cada estilo de resolución de conflictos al enfrentar desacuerdos con personas cercanas (por ejemplo, pareja, familia o amigos). Utilice la siguiente escala para calificar cada ítem:

		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre
1	Intento discutir abiertamente el problema.	1	2	3	4	5
2	Evito hablar sobre el problema	1	2	3	4	5
3	Escucho el punto de vista de la otra persona.	1	2	3	4	5
4	Evito a la persona o la situación.	1	2	3	4	5
5	Intento encontrar un consenso.	1	2	3	4	5
6	Planteo el tema para discutirlo.	1	2	3	4	5
7	Cambio de tema para evitar el conflicto.	1	2	3	4	5
8	Trato de entender los sentimientos de la otra persona.	1	2	3	4	5
9	Cedo a los deseos de la otra persona.	1	2	3	4	5
10	Buscamos juntos una solución justa.	1	2	3	4	5
11	Me esfuerzo por expresar mis propios sentimientos.	1	2	3	4	5
12	Me alejo sin resolver el problema.	1	2	3	4	5
13	Reconozco el punto de vista del otro.	1	2	3	4	5
14	Trato de mantener la paz evitando el desacuerdo.	1	2	3	4	5
15	Insisto en resolver el conflicto de inmediato.	1	2	3	4	5
16	Me adapto a lo que quiere la otra persona.	1	2	3	4	5

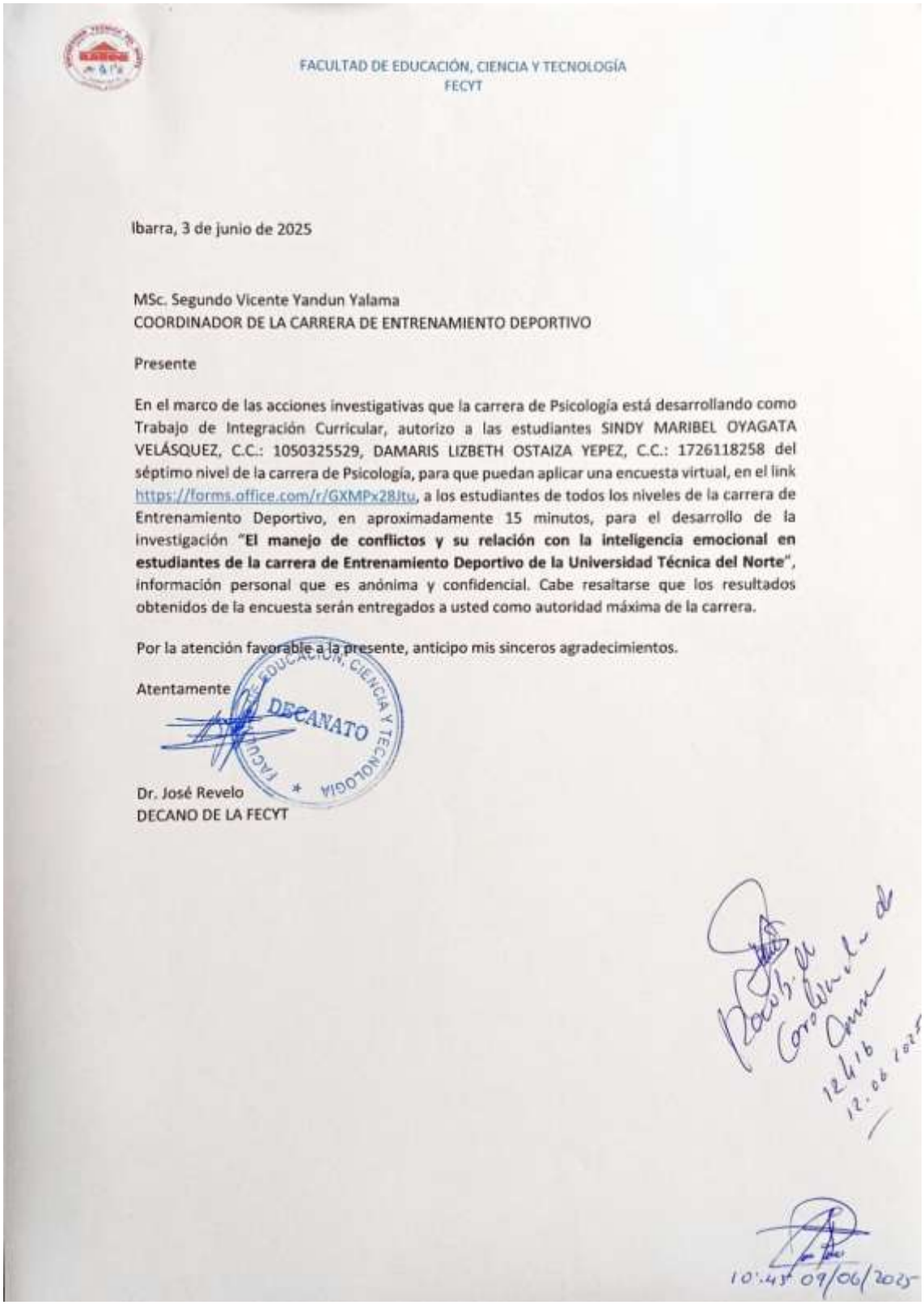
ANEXO NÚMERO 2: Trait Meta-Mood Scale (TMMS24)

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y luego indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con un círculo la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

		Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enfadado intento que se me pase.	1	2	3	4	5

ANEXO NÚMERO 3: Oficio de decanato



FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
FECYT

Ibarra, 3 de junio de 2025

MSc. Segundo Vicente Yandun Yalama
COORDINADOR DE LA CARRERA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Presente

En el marco de las acciones investigativas que la carrera de Psicología está desarrollando como Trabajo de Integración Curricular, autorizo a las estudiantes SINDY MARIBEL OYAGATA VELÁSQUEZ, C.C.: 1050325529, DAMARIS LIZBETH OSTAIZA YEPEZ, C.C.: 1726118258 del séptimo nivel de la carrera de Psicología, para que puedan aplicar una encuesta virtual, en el link https://forms.office.com/r/GXMPx28Jtu, a los estudiantes de todos los niveles de la carrera de Entrenamiento Deportivo, en aproximadamente 15 minutos, para el desarrollo de la investigación "**El manejo de conflictos y su relación con la inteligencia emocional en estudiantes de la carrera de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte**", información personal que es anónima y confidencial. Cabe resaltarse que los resultados obtenidos de la encuesta serán entregados a usted como autoridad máxima de la carrera.

Por la atención favorable a la presente, anticipo mis sinceros agradecimientos.

Atentamente

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
DECANATO

Dr. José Revelo
DECANO DE LA FECYT