

# UCUENCA

## Universidad de Cuenca

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología

**Inteligencia Emocional en la Selección de Fútbol 11 de la Universidad de Cuenca,  
en el periodo 2023-2024**


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

**Autor:**

Ángel Mauricio Ureña Ureña

**Director:**

Jhessenia Natalia Galarza Parra

ORCID:  0000-0002-2831-3231

**Cuenca, Ecuador**

2024-09-04

## Resumen

Los atletas, debido a las intensas demandas del deporte, suelen enfrentar tensiones y estrés emocional. Estas emociones pueden influir negativamente en su desempeño, especialmente durante las competencias. Por eso, estudiar la categoría la inteligencia emocional en el ámbito deportivo es esencial, ya que ayuda a reconocer, entender y gestionar los propios emociones, lo que contribuye al bienestar general de los deportistas. Por ello, el objetivo de esta investigación fue describir las dimensiones de la inteligencia emocional en jugadores masculinos de la selección de fútbol de la Universidad de Cuenca en el período 2023-2024. Se trabajó con una población de 30 deportistas en formación que practican el fútbol 11 como deporte, con edades comprendidas entre 18 y 29 años. El estudio fue cuantitativo, de alcance descriptivo, diseño no experimental y transversal. Se aplicó una ficha sociodemográfica para identificar las variables edad, estado civil y facultad y, la escala de inteligencia emocional Wong-Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS-S). Se encontró una alta inteligencia emocional en todas sus dimensiones, así como en el puntaje total. La dimensión más desarrollada fue la de asimilación, seguido de regulación. La dimensión menos desarrollada fue la interpersonal. Se encontraron diferentes puntajes de inteligencia emocional según las variables sociodemográficas.

*Palabras clave de autor: futbol Cuencano, comprensión emocional, valoración emocional, expresión emocional, gestión afectiva*



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

**Repositorio Institucional:** <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

### Abstract

The dynamics to which athletes are exposed leads them to face constant exposure to emotional, tense, stressful reactions due to great demands, which can affect their performance, especially when they are in the competition period; Developing and promoting emotional intelligence as a skill that allows you to identify, understand and regulate your own emotions and those of others, focused on sport, is an important contribution for all the benefits it can provide. The objective of this research was to describe the dimensions of emotional intelligence in male players of the University of Cuenca soccer team in the period 2023-2024. We worked with a population of 30 athletes in training who practice 11-a-side football as a sport, aged between 18 and 29 years. The study was quantitative, descriptive in scope and non-experimental and transversal in design. A sociodemographic form was applied to identify the variables age, marital status and faculty, and the emotional intelligence scale. High emotional intelligence was found in all its dimensions, as well as in the total score. The most developed dimension was assimilation, followed by regulation. The least developed dimension was the interpersonal one. Different emotional intelligence scores were found according to the sociodemographic variables

*Autor Keywords:* Cuencan football, Emotional understanding, Emotional evaluation, Emotional expresión, Affective management



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

**Institutional Repository:** <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

## Índice de Contenido

Resumen .....	2
Abstract .....	3
Índice de Tablas .....	5
Índice de Figuras.....	6
Dedicatoria .....	7
Agradecimiento.....	8
Conceptualización del Fútbol.....	9
Inteligencia Emocional .....	9
Modelos Teóricos de Inteligencia Emocional .....	10
Modelo de Habilidades de Mayer y Salovey .....	10
Instrumentos para Explorar la Inteligencia Emocional .....	11
Inteligencia Emocional en la Adultez Emergente .....	12
Psicología Deportiva .....	13
El Fútbol en la Actualidad .....	14
Antecedentes .....	15
Proceso Metodológico.....	17
Instrumentos .....	18
Tabulación y Análisis de los Datos.....	19
Consideraciones Éticas .....	19
Presentación y Análisis de Resultados .....	21
Dimensiones de la Inteligencia Emocional .....	21
Dimensiones Predominantes la Inteligencia Emocional.....	23
Conclusiones .....	29
Recomendaciones.....	30
Referencias .....	31
Anexos.....	35
Anexo A. ....	35
Anexo B. ....	36

## Índice de Figuras

<b>Figura 1</b> Puntaje Total de Inteligencia Emocional.....	23
<b>Figura 2</b> Histograma de dimensiones asimilación y regulación .....	25
<b>Figura 2</b> Histograma de dimensiones asimilación y regulación .....	29

**Índice de Tablas**

<b>Tabla 1</b> Características de los Participantes .....	17
<b>Tabla 2</b> Puntajes de las dimensiones de inteligencia emocional .....	22
<b>Tabla 3</b> Puntajes de ítems de las dimensiones predominantes de inteligencia emocional ....	24
<b>Tabla 4</b> Dimensiones de inteligencia emocional según edad .....	27
<b>Tabla 5</b> Tendencia hacia puntuaciones altas o bajas en Inteligencia Emocional .....	28

### **Dedicatoria**

Esta tesis va dedicada mi madre, que has sido mi roca desde el principio. Tus brazos siempre estuvieron abiertos para abrazarme cuando las cosas se volvían difíciles, tus palabras de aliento resonaban en mi mente cuando me enfrentaba a desafíos aparentemente insuperables. Tu amor incondicional ha sido mi ancla en los momentos de tormenta, y tu sabiduría y fortaleza han sido mi guía en los momentos de confusión.

A mi padre, que me enseñó el valor del trabajo duro y la determinación y por último a Cristiano Ronaldo por su ejemplo de dedicación ha sido mi inspiración a lo largo de los años, además de ser mi fuente de fortaleza y mi inspiración eterna.

### Agradecimiento

Quiero expresar mi sincero agradecimiento a mi director/a de tesis, Jhessenia Galarza, por su orientación experta y su apoyo constante a lo largo de este proceso. Sus conocimientos y su dedicación fueron fundamentales para dar forma a este trabajo y llevarlo a buen término. Agradezco también a mi profesora Isis Pernas, cuyo conocimiento y enseñanza han sido una fuente constante de inspiración. Sus lecciones no solo han enriquecido mi comprensión del tema, sino que también han influido en mi crecimiento personal y profesional.

Quiero expresar mi gratitud a mis compañeros y amigos Camila, Michelle, Kathya, Alexander, Mateo y Alex cuyo apoyo han hecho de este viaje una experiencia memorable. Sus ideas, comentarios y contribuciones fueron invaluable para el desarrollo de este trabajo, y estoy agradecido por la oportunidad de aprender y crecer junto a ellos/as.

Agradezco a mis mejores amigos, Adriana, Kevin, Sergio y Juan quienes estuvieron a mi lado en los buenos y en los malos momentos, brindándome su apoyo incondicional y su ánimo constante. Sus palabras de aliento y su presencia fueron un bálsamo para el alma en los momentos difíciles, y estoy profundamente agradecido por su amistad y su cariño.

Por último, pero no por ello menos importante quiero darme las gracias a mí, por creer en mí mismo, por hacer todo este trabajo duro, por no tener días libres, por nunca abandonar, por ser una persona que da y que intenta dar más de lo que recibe, por hacer más bien que mal y por ser siempre yo mismo.



## Fundamentación Teórica

### Conceptualización del Fútbol

El origen del fútbol data desde las culturas chinas, parte de América central, Grecia y Roma (Ortiz, 2007). Sin embargo, no fue hasta el 26 de octubre de 1863, en Inglaterra que tuvo lugar la primera reunión entre representantes de once clubes londinenses, donde se llevaron a cabo temas técnicos sobre las dimensiones del juego, el número de jugadores (11), el ancho y alto de las porterías, la regla del fuera de juego, entre otros aspectos. Este hecho fue el principio de la instauración del fútbol en el mundo (Esteban, 2019).

El fútbol es un deporte complejo con oposición y cooperación con esfuerzos intermitentes y con restricciones establecidas en un reglamento (Blanco, 2019). Según la definición de la Real Academia Española de la Lengua, es un juego entre dos equipos de once jugadores en cada lado, el propósito es hacer entrar en el arco del equipo contrario, el balón sin que ninguna mano o brazo lo toque, salvo por el arquero en su área de portería. Este deporte es el más popular del mundo que cuenta con millones de espectadores en todo el mundo, que ha llegado a ser la actividad más popular del mundo que genera varias emociones tanto para jugadores como para espectadores. Además, se trata de un medio para la expresión de emociones de una forma eufórica (Molano y Molano, 2015). Uno de los constructos bastante vinculados con las emociones, es la inteligencia emocional que resulta pertinente abordarla en el contexto del fútbol.

### Inteligencia Emocional

Para hablar de inteligencia emocional, primero se debe abordar el tema de las emociones pues son estados afectivos que se encuentran implicados en las acciones, pensamientos y decisiones del ser humano. Asimismo, puede constituir un punto importante en la toma de decisiones como la compra de una casa, de un auto, o la elección de una carrera universitaria (Martin, 2018).

Por lo tanto, la inteligencia emocional es clave en el comportamiento de las personas debido a que un correcto manejo y gestión de las emociones, brinda la posibilidad de conocernos a nosotros mismos y poder tener mejores relaciones sociales (Martin, 2018). La inteligencia emocional surge de la idea de *inteligencia social* que fue propuesta por Thorndike (1920) que propuso este tipo de inteligencia como una habilidad necesaria de todo hombre y mujer para comprender, dirigir y actuar sabiamente en las relaciones humanas (Flores et al., 2021). Tiempo después, Gardner (1983) afirmó que la inteligencia no es un sistema universal, sino que está compuesta por diversos tipos de inteligencias, de los cuales dos (intrapersonal e interpersonal) forman parte importante de la inteligencia emocional (Slavit, 2001).

Autores como Salovey y Mayer (1990) acuñaron el término de inteligencia emocional que la definieron como una forma de Inteligencia social que abarca la capacidad para regular tanto

nuestras propias emociones como las de los demás. Así mismo, implica la habilidad de distinguir entre diversas emociones y emplear la información obtenida para dirigir nuestro pensamiento y comportamiento (Mayer y Salovey, 1997; Pacheco y Berrocal, 2005).

### **Modelos Teóricos de Inteligencia Emocional**

Autores como Cooper y Sawaf (1998) definieron a la inteligencia emocional como habilidades internas del individuo, que incluye la intuición, la honestidad, la escucha interna y la energía vital. Estas permiten promover la armonía en las interacciones personales y enfocarse en las perspectivas. En tanto que, Bar-on (2002) la conceptualizó como la capacidad para comprender expresar y comunicar nuestras emociones compuesto por cinco componentes centrales que se dividen en 15 ítems (Brito et al., 2019). Para Goleman (2012), la inteligencia emocional se trata de la capacidad para reconocer los sentimientos propios y los de los demás, para la auto-motivación y el manejo de las emociones de forma efectiva con nosotros mismos y con los demás.

Con lo señalado, la inteligencia emocional se caracteriza como un conjunto de capacidades que están influenciadas en parte por la herencia genética-evolutiva, pero que también son susceptibles de cambio por medio de procesos de aprendizaje (Zambrano et al., 2021). Para controlar las emociones poco adaptativas en el deporte como en el fútbol, que por lo general pueden afectar y disminuir el rendimiento, es crucial el buen desarrollo de la inteligencia emocional que ayuda a la gestión emocional. Esto deja de manifiesto la importancia de que los deportistas adquieran y desarrollen las habilidades de inteligencia emocional para el bienestar en general.

### **Modelo de Habilidades de Mayer y Salovey**

La teoría de Mayer y Salovey (2000) es una de las teorías respaldadas por el modelo de habilidades de la inteligencia emocional y sirve como fundamento teórico para esta investigación. Esta teoría sostiene que la inteligencia emocional se desglosa en cuatro dimensiones que están entrelazadas entre sí. La primera dimensión aborda *la percepción, valoración, y expresión emocional*, involucrando el reconocimiento, la atención y la identificación de señales emocionales a través de la observación del lenguaje no verbal. La segunda dimensión se centra en la *facilitación emocional del pensamiento* y se relaciona con el uso creativo de las emociones, resolución de conflictos y demás procesos cognitivos. En tercer lugar, la dimensión de *comprensión emocional*, implica comprender el sistema emocional y el procesamiento de las emociones a nivel cognitivo, así como los efectos que conlleva la información emocional en el razonamiento. La cuarta, se trata de la *capacidad de regular y pensar sobre las emociones* que implica una apertura a experimentar emociones de tipo positivas o negativas y contribuye a la capacidad de autorregulación de las propias

emociones, pero también de los demás (Mayer y Salovey, 2000; Pacheco y Merino et al., 2016).

Soto et al. (2016), refiere que Mayer, Salovey y Caruso, plantean que el modelo de habilidades sociales responde a un modelo que integra aspectos cognitivos y rasgos de personalidad, competencias socioemocionales y factores motivaciones. Estos elementos se corresponden con el enfoque cognitivo conductual de la psicología, específicamente con la segunda generación, en vista de que este enfoque aborda cada uno de los factores mencionados. Por ejemplo, este enfoque de la psicología plantea que, de acuerdo a cómo se percibe los acontecimientos, se desarrolla tal o cual respuesta emocional, lo que se correspondería con la primera dimensión de la inteligencia emocional que es la percepción, valoración y expresión emocional. Además, el enfoque cognitivo conductual integra aspectos netamente cognitivos y reconoce que estos serían los que determinan las conductas, se propone una conceptualización para la ansiedad, depresión y personalidad, estas tres condiciones se explican por distorsiones cognitivas. En el caso de la inteligencia emocional, las dimensiones facilitación emocional del pensamiento, comprensión emocional y capacidad de regular y pensar sobre las emociones tienen una influencia del tipo de cogniciones que posee la persona (Ruiz et al., 2012).

Asimismo, según Ruiz et al. (2012) y Soto et al. (2016), la inteligencia emocional desde la propuesta de Mayer y Salovey, es posible medirla empleando un instrumento estandarizado, puesto que se va a enfocar en medir de forma cuantitativa los indicadores de las cuatro dimensiones de inteligencia emocional, en vista de que estarían integradas por aspectos cognitivos y rasgos de personalidad, competencias socioemocionales y factores motivaciones, que son susceptibles de medición, desde el enfoque cognitivo conductual.

### **Instrumentos para Explorar la Inteligencia Emocional**

Uno de los instrumentos más populares para medir la inteligencia emocional es la escala de inteligencia emocional Wong y Law WLEIS-S (Extremera et al., 2019). Este instrumento tiene concordancia con la teoría del modelo de habilidades de inteligencia emocional. Está validado al castellano lo que permite su aplicación en nuestro contexto. Evalúa las cuatro dimensiones de inteligencia emocional, que según Mayer et al. (2016) son: evaluación de las propias emociones, valoración de las emociones de los demás, asimilación o uso de la emoción y regulación de las propias emociones.

La primera, evaluación de las propias emociones que se trata de la habilidad de una persona para comprender y comunicar sus emociones sin problemas. La segunda, valoración de las emociones de los demás, que se basa en la habilidad para identificar de forma óptima las emociones de los demás, La tercera, que se trata de la asimilación o uso de la emoción, que se trata de la disposición del estado afectivo para ejecutar comportamientos beneficiosos. Y,

la cuarta, regulación de las propias emociones, que es la habilidad para gestionar de manera efectiva las emociones propias, además de valorar las destrezas para conservar, disminuir o aumentar una respuesta de tipo emocional (Mayer et al., 2016; Merino et al., 2016).

### **Inteligencia Emocional en la Adulthood Emergente**

Las personas a lo largo de la vida cambian en aspecto físico, social, psicológico, aspectos que forjan su personalidad. Sin embargo, en la etapa de la adulthood emergente existe una transición y exploración en el que la búsqueda de identidad y la toma de decisiones son fundamentales para su futuro (Papalia y Martorell, 2017). Estudiar la inteligencia emocional en la etapa de la adulthood emergente es importante debido a que buena parte de los futbolistas son jóvenes, por tanto, tienen un mayor potencial físico, cognitivo y emocional (Lovell et al., 2015). Se resalta que, la edad es una variable que puede conducir a un mejor rendimiento deportivo, así como, a una mayor posibilidad de ser reconocidos por su talento deportivo. Ser talentosos puede conllevar a obtener varios beneficios a nivel personal, escolar y social, sin embargo, la presión y las exigencias aumentan a la par, lo que influye de forma negativa a nivel emocional. Incluso se considera que cuando no existe un buen acompañamiento para la gestión de las emociones, puede disminuir su rendimiento en el deporte (Lorenzo y Acero, 2019).

Por otra parte, los jugadores de mayor edad acrecientan la capacidad de conseguir el rendimiento competitivo en vista de que tienen más probabilidad de estar en una posición en espacios superiores, cuando de clasificación liguera se trata. Esto debido a que, a más de adquirir conocimiento sobre el deporte, también poseen la capacidad de manejar las circunstancias que ocurren en el campo de juego (Del Rio et al., 2019).

Según Nelson y Murray (2005, como se citó en Labbé, 2019) se trata de un período que abarca desde los 18 hasta aproximadamente los 29 años. Durante esta fase, los individuos experimentan una ambivalencia con respecto a su condición de adultos, ya que han superado la etapa de la adolescencia, pero aún no han adoptado plenamente los roles propios de la adulthood. Para Arnett (2000) la etapa de la adulthood emergente abarca cinco elementos fundamentales: la búsqueda de la identidad, la inestabilidad, el optimismo, la focalización en uno mismo y la sensación de transición entre la adolescencia y la adulthood. Según D'Ascenso (2014) existen varios factores afectan la individuación, incluidos los patrones de comportamiento, las pautas comunicacionales, la lealtad, mitos de la familia, la creación de una capacidad de elección independiente basada en un proyecto personal evolutivo y la conciencia de ser una persona independiente (Alarcón et al., 2021).

Uno de los modelos significativos para este estudio es el formulado por Erik Erikson. El cual sugiere que el desarrollo a lo largo de todo el ciclo de vida se estructura en ocho estadios que están en continua evolución. Este proceso implica la transformación integral de las estructuras

operativas, avanzando hacia una mayor diferenciación interna, complejidad, flexibilidad y estabilidad (Bordignon, 2005).

El estadio de la intimidad versus el aislamiento es una fase que abarca desde los 20 hasta los 40 años y se distingue por la obtención de confianza, así como por regular los ciclos de procreación, trabajo y tiempo libre. El objetivo es garantizar condiciones de vida y labor más favorables para las generaciones venideras. Esta etapa facilita la manifestación de interacciones sociales que promueven la integración y compromisos en diversas instituciones, como las culturales, políticas, deportivas y religiosas. (Papalia y Martorell, 2017).

Con lo abordado sobre la inteligencia emocional en los deportistas que se sitúan en la etapa de la adultez emergente, resulta necesario analizar lo planteado por la psicología del deporte en vista de que existe una conexión entre ambos constructos, deporte y psicología. Los elementos intra e interpersonales como el conocimiento de uno mismo, la autorregulación de emociones, la automotivación, las habilidades sociales y la empatía, son herramientas que todo deportista maneja en distinta forma y medida. Además, técnicas como relajación, concentración y visualización son compartidas tanto en el ámbito de la psicología como en el ámbito del deporte (Martínez et al, 2013).

### **Psicología Deportiva**

La conexión entre la psicología y el deporte tuvo sus inicios en 1895 cuando Norman Triplett, un psicólogo de la Universidad de Indiana apasionado por las carreras de bicicletas, inició sus investigaciones sobre la temática deportiva. En ese periodo, los profesionales de la psicología y los educadores físicos comenzaron a indagar en los aspectos psicológicos relacionados con el deporte y el desarrollo de habilidades motoras. Sin embargo, Coleman Griffith es reconocido como el pionero de la psicología deportiva debido a su dedicación significativa a lo largo de su carrera al estudio de la psicología en el ámbito deportivo, llevó a cabo varias investigaciones sobre la psicología y el deporte y llegó a generar un modelo para trabajar en la psicología enfocada al deporte y al ejercicio físico (Cox, 2008). Gill (2000) es otro autor de interés pues se dedicó al estudio científico de las personas, sus conductas en el contexto deportivo y su aplicación práctica.

La División 47 de la Asociación Americana de Psicología (2012) describe la psicología del deporte y la actividad física como un dominio de la psicología que ha progresado con el tiempo, abarcando diversas poblaciones que incluyen a niños, jóvenes, adultos y ancianos. Su enfoque se centra en la investigación de los factores psicológicos relacionados con la participación y el rendimiento en deportes, ejercicios y otras formas de actividad física (Weinberg y Gould, 2010).

Se debe mencionar que existen diversas formas de aproximarse teóricamente al deporte, por ejemplo, si lo que interesa son los efectos/beneficios físicos, sociales, de rendimiento o

aspectos emocionales. De este último se encarga la psicología del deporte puesto que busca analizar, estudiar y observar las conductas, reacciones y respuestas emocionales de las personas o del equipo en el momento de la competencia (Martínez et al., 2013). Por ello, en este trabajo, se considera la categoría de la psicología del deporte enfocada a las emociones, específicamente a la salud emocional.

### **El Fútbol en la Actualidad**

El fútbol ha ido evolucionando donde un buen rendimiento físico y una buena técnica no son suficientes para el éxito deportivo, también es necesaria una fortaleza emocional para poder enfrentar situaciones adversas que se presenta durante la carrera deportiva (Roffe y Rivera, 2016). La presión psicológica en el deporte es el resultado de una carga de estrés y ansiedad en el deportista, lo que implica una baja productividad, aunque brinde su mayor esfuerzo para mejorar su nivel (Salinas et al., 2019).

Para Buñuel et al. (2022) la ansiedad impacta negativamente en deportistas profesionales lo que afecta en su desempeño en los encuentros deportivos. Por lo tanto, al perder una competencia, los deportistas más competitivos suelen temer el fracaso, e incluso, sentirse inferiores a sus rivales, lo que conduce a una menor autoestima y a comportamientos de ira. Un ejemplo evidente de esto sucedió durante la final de la Copa Mundial de Fútbol en 2006, donde Zinedine Zidane, en respuesta a un comentario, lanzó un potente cabezazo al pecho de Marco Materazzi. Esta acción resultó en la expulsión de Zidane del partido, lo cual tuvo un impacto significativo en el resultado final que terminó favoreciendo a Italia. (Carrión, 2019).

El no manejar adecuadamente las emociones y actuar de forma impulsiva puede tener efectos negativos inmediatos en el rendimiento del propio equipo, como amonestaciones o expulsiones, discusiones y generar un ambiente desfavorable (Córdoba et al., 2021). Si los deportistas carecen de las habilidades necesarias para enfrentar de manera efectiva y satisfactoria situaciones amenazantes, podrían enfrentar un rendimiento deficiente, emociones negativas, malestar e incluso tomar la decisión de abandonar temporal o permanentemente la práctica deportiva (Campillo et al., 2013).

La Federación Internacional de Futbolistas Profesionales (2019) difunde campañas de concientización sobre la importancia de la salud mental en futbolistas profesionales dado que esta misma organización menciona que existe una alta prevalencia de padecer problemas de salud mental. Destaca que el 38% de los jugadores profesionales activos informaron haber experimentado síntomas de depresión. El 95% cree que los síntomas de trastornos mentales comunes tienen un impacto negativo en su rendimiento deportivo. El 65% afirmó que su carrera en el fútbol se estaba viendo afectada y un 84% afirmó que no recibió suficientes apoyos durante su carrera en el fútbol para tratar adecuadamente los síntomas de trastornos mentales comunes.



### Antecedentes

Se han realizado varios estudios sobre la inteligencia emocional en el ámbito deportivo, a continuación, se presentan los resultados de los estudios tanto a nivel internacional, nacional y local.

A nivel internacional, en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Perú, se llevó a cabo un estudio acerca de la inteligencia emocional en 16 jugadores del club Huanaco, cuyas edades oscilaban entre los 16 y 23 años. Los resultados revelaron que el 75% de los participantes presentaba un bajo nivel de inteligencia emocional, y todos enfrentaban dificultades para lidiar eficazmente con las demandas y presiones del entorno (Lastra, 2015). En Antioquia, Colombia, se llevó a cabo una investigación con 19 jugadores del Envigado Fútbol Club de edades comprendidas entre los 18 y los 45 años. Se descubrió que el 84% de los participantes prestan atención adecuada a sus emociones, debido a que tienen la capacidad de reconocer, sentir sus propias emociones, las emociones de los demás y expresarlas adecuadamente, según los puntajes obtenidos (Carvajal et al., 2016).

En Valladolid, 30 jugadoras de fútbol que pertenecían a la plantilla principal de un equipo de primera división femenina española, demostraron una inteligencia emocional adecuada y no apreciaron niveles excesivos o escasos, ya que el equipo evaluado estaba en un rango medio o adecuado a la población (Martínez, 2016).

En España, se llevó a cabo una investigación sobre inteligencia emocional en la que participaron 372 deportistas españoles de diferentes disciplinas, de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 18 y 50 años. Los participantes de mayor edad obtuvieron los valores más altos en la inteligencia emocional y sus dimensiones, mientras que los deportistas de entre los 20 y 22 años obtuvieron puntuaciones más bajas. Además, se informó que los hombres tenían valores ligeramente superiores en la inteligencia emocional general y en sus dimensiones, pero estas estadísticas se invertían en la dimensión utilización emocional, lo que resultó en valores superiores en las mujeres. Además, en el análisis de los atletas examinados, se observó que presentaban niveles altos de inteligencia emocional en todas sus dimensiones, destacándose la gestión autonómica como el factor más influyente en el desarrollo de dicha inteligencia emocional (Castro et al., 2018).

En Madrid en la Universidad Francisco de Vitoria se realizó una investigación sobre inteligencia emocional y ansiedad donde 48 deportistas masculinos de categoría juvenil con edades comprendidas entre los 16 y 18 años donde se reportó que los deportistas que son capaces de comprender sus estados emocionales y regularlos de manera correcta, la ansiedad e ira iban disminuyendo de forma progresiva (Acebes et al., 2021)

A nivel nacional, en la Universidad de Latacunga, se realizó un estudio acerca de la inteligencia emocional, enfocándose en 50 adolescentes deportistas pertenecientes al

Mushuc Runa Sporting Club en las categorías sub 16 y sub 18. Los resultados indicaron que la mayoría de los deportistas exhibían un nivel apropiado de inteligencia emocional. Un 22% de las muestras mostraron un nivel bajo de inteligencia emocional, mientras que el 12% restante presentó un nivel muy bajo, destacándose también una baja puntuación en la dimensión interpersonal (Espín, 2017).

A nivel local, no se encontró estudios sobre la IE en deportistas, pero sí sobre el estado emocional en el club de fútbol AVICED FC de segunda categoría. Se reportó que el estado de ánimo es positivo por lo que, al ingresar al campo de juego, podrán desempeñar sus actividades deportivas con un elevado nivel de rendimiento al encontrarse emocionalmente equilibrados y listos (Camuendo y Fernández, 2022).

La motivación para realizar esta investigación nació de la necesidad de visibilizar la influencia de las emociones en el contexto deportivo. Además, es crucial que los deportistas logren un buen rendimiento, ya que deben ser capaces de manejar sus emociones para poder rendir al máximo nivel y tomar decisiones asertivas bajo presión. Este trabajo puede contribuir con información sobre la temática en un contexto adecuado, puesto que existe muy poca información sobre el tema enfocado a deportistas en nuestro país y ciudad. Además, el conocimiento, gestión y regulación emocional son fundamentales para mantener sus reacciones emocionales estables, especialmente en situaciones adversas o de presión o desventaja que le producen estrés o angustia (Peralta, 2021).

Por lo expuesto, se planteó la siguiente **pregunta de investigación** ¿Cuáles son las dimensiones de inteligencia emocional que predominan en la selección masculina de Fútbol 11 de la Universidad de Cuenca, en el período 2023-2024, según las variables sociodemográficas?

Para responder la pregunta de investigación se planteó como objetivo general: determinar las dimensiones de la inteligencia emocional de jugadores masculinos de la selección de fútbol 11 de la Universidad de Cuenca, en el período 2023-2024. El primer objetivo específico fue describir los puntajes de las dimensiones que predominan de inteligencia emocional en jugadores masculinos de la selección de fútbol 11 de la Universidad de Cuenca, en el periodo 2023-2024. El segundo objetivo específico fue identificar las dimensiones de inteligencia emocional según las variables sociodemográficas edad, estado civil y facultad, en los jugadores masculinos de la selección de Fútbol 11 de la Universidad de Cuenca, en el periodo 2023-2024.



## Proceso Metodológico

### Enfoque, Diseño y Alcance

La investigación adoptó un enfoque cuantitativo con el propósito de recolectar datos numéricos relacionados con la variable examinada, que es la inteligencia emocional. Se eligió un diseño no experimental, dado que no se realizaron manipulaciones en las variables y no hubo intervención por parte del investigador. El diseño fue de tipo transversal, ya que la recopilación de datos se llevó a cabo en un único momento. El alcance de la investigación fue descriptivo, con el objetivo de determinar las características, perfiles y rasgos esenciales de un fenómeno, así como de especificar propiedades y describir tendencias en un grupo específico. La elección del enfoque, diseño y alcance se basó en las sugerencias de Hernández et al. (2014).

### Participantes

La población la constituyeron 30 futbolistas de la selección de fútbol de la Universidad de Cuenca, quienes eran estudiantes de las distintas facultades de esta Universidad al momento de la recolección de datos, con edades entre 18 a 29 años, que actualmente se encontraban activos. Debido a que es una población pequeña no se calculó muestra, al contrario, se buscó trabajar con todos los futbolistas, según lo sugerido por Hernández et al. (2014).

Los participantes de esta investigación tenían edades entre 18 y 26 años, con una media aritmética de 20 y una desviación estándar de 2.474. Todos eran solteros y en la tabla 1 se presenta que la mayor parte, pertenecían a la facultad de Ciencias Económicas y Administrativas (N=9)

**Tabla 1**

*Características de los Participantes*

Facultad	N
Arquitectura y Urbanismo	1
Ciencias Agropecuarias	2
Ciencias de la Hospitalidad	1
Ciencias Económicas y Administrativas	9
Ciencias Médicas	2
Ciencias Químicas	4
Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación	6
Ingeniería	4
Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales	1

### Criterios de Inclusión y Exclusión

El criterio de inclusión que se tomó en cuenta fue que hayan sido jugadores masculinos de fútbol 11 con edades comprendidas entre los 18 y 29 años de cualquier facultad de la

Universidad de Cuenca. El criterio de exclusión fue que los jugadores masculinos se lesionaran en el proceso de investigación.

### **Instrumentos**

Se aplicó una ficha sociodemográfica para identificar variables como la edad, el estado civil y la facultad en la que estudiaban (Anexo 1).

También, se empleó la escala de The Wong and Law Emotional Intelligence Scale que se conoce como WLEIS-S. Se utilizó la versión al castellano por Extremera et al. (2019), que evalúa la inteligencia emocional mediante 16 ítems, agrupados en cuatro dimensiones: dimensión uno que es percepción intrapersonal (ítem 1,5,9,13) que se refiere a la capacidad de una persona para comprender y comunicar sus emociones sin problemas, la segunda dimensión es la interpersonal (ítem 2,6,10,14) que se basa en ser capaz de reconocer las emociones de las personas que nos rodean, la tercera dimensión que es asimilación (ítem 3,7,11,15) que hace referencia a direccionar los sentimientos hacia la realización de acciones productivas y la última dimensión, regulación emocional (ítem 4,8,12,16) que es la capacidad de controlar las emociones.

Las opciones de respuesta tienen una escala tipo likert con opciones de respuesta que van de 1 (completamente en desacuerdo) a 7 (completamente de acuerdo). Para la calificación, se suma los puntajes de cada dimensión y se divide para cuatro, las puntuaciones más altas indican mayor inteligencia emocional, mientras que, las puntuaciones más bajas indican una menor inteligencia emocional, tanto para las dimensiones como para el puntaje total. Esto quiere decir que se puede obtener un puntaje de cada una de las dimensiones, como del puntaje total, que es la inteligencia emocional global. El instrumento tiene una buena fiabilidad medida a través del alfa de cronbach (Extremera et al., 2019).

En este trabajo de investigación el alfa de cronbach fue muy bueno en la escala global ( $\alpha$  escala global= .907) y en las subescalas fue aceptable (percepción intrapersonal  $\alpha$  = .814; interpersonal  $\alpha$  = .661; asimilación  $\alpha$  = .863 y regulación  $\alpha$  = .667). Este instrumento se presenta en el anexo 2.

### **Procedimiento**

Primero, se contó con la aprobación del comité de ética de investigación en seres humanos (CEISH). Luego, en los meses posteriores se mantuvo una reunión con el entrenador del equipo para acordar fecha para una reunión con los futbolistas. El día de la reunión se proporcionó información necesaria sobre el trabajo de investigación y se les invitó a participar en el estudio. Se les entregó el consentimiento informado a los participantes, y a continuación, se les envió el formulario de Google forms. Este proceso tomó entre 10 y 15 minutos, finalmente, las respuestas recolectadas se pasaron a una base de datos para su análisis.

### **Tabulación y Análisis de los Datos**

Para el análisis y tabulación de datos se empleó el Software IBM SPSS Statistics, versión 28. Se calcularon estadísticos como medidas de frecuencias, media aritmética (M), mínimo, máximo y desviación estándar (DE), así como tablas cruzadas. También, se calculó el alfa de cronbach para analizar la fiabilidad del instrumento. Los resultados se presentaron mediante tablas y figuras.

### **Consideraciones Éticas**

El proyecto de investigación se realizó tras la aprobación por parte del Comité de Bioética en Investigación del Área de Salud de la Universidad de Cuenca, posteriormente se dio paso con la investigación “Inteligencia emocional en la selección masculina de fútbol 11 de la Universidad de Cuenca, periodo 2023- 2024”. El estudio se desarrolló respetando los principios éticos generales establecidos por la American Psychological Association (2017) referidos a la beneficencia y no maleficencia en el uso de datos, la lealtad y la responsabilidad en la investigación, la integridad y la honestidad en todo el proceso, junto con la aplicación de la justicia y el respeto por los derechos y la dignidad de las personas que participen en el estudio, se describen a continuación.

Tras la autorización del director técnico de la selección de la Universidad de Cuenca, se coordinó con las autoridades respectivas los horarios en los que se podrá reunir con los futbolistas. Se les comunicó inicialmente a los deportistas la finalidad de la investigación, que su participación es voluntaria, si deciden participar, se les informará sobre la duración estimada y se garantizará la confidencialidad total de la información recopilada. También se especifica que la participación es voluntaria, sin compensación económica, y que tienen la opción de abstenerse de responder o retirarse del estudio en cualquier momento según su deseo.

Con los deportistas que participaron de la investigación se les explicaron mediante un consentimiento informado, los objetivos de la investigación, el procedimiento, los riesgos y beneficios, los derechos de los participantes, la confidencialidad, el uso netamente académico que se le dará a los datos. A continuación, se les envió el formulario de Google donde se encontrará el instrumento tras la aceptación libre y voluntaria de participar en la investigación, garantizando así su derecho a autonomía.

La confidencialidad de la información recopilada se garantizó a través de la asignación de un código a cada participante para identificar los cuestionarios, de manera que no podrán ser identificados en la base de datos, la misma que se guardará en una carpeta digital a la cual tendrán acceso únicamente los autores de la investigación, garantizando los derechos y la dignidad de los participantes.

El beneficio es que este trabajo permitió contar con información acerca de las dimensiones de la inteligencia emocional en la selección de fútbol y con ello, a futuro, se pueden desarrollar y fortalecer estrategias o programas de intervención enfocados en la salud mental y al fortalecimiento de la inteligencia emocional, lo cual, supondría un beneficio directo para los participantes.

El estudio no presentó riesgos para los participantes. Se declara que durante la aplicación de instrumentos no existieron conflictos con otras actividades deportivas, dado que previamente se establecieron horarios junto con el director técnico, contando con la predisposición de los deportistas para responder el instrumento y se evitará cualquier predisposición negativa que condicione la ejecución y análisis de los resultados.

Se declaró que no existirán factores económicos en la investigación, por el hecho de que la investigación será financiada y solventada por el autor del estudio. Además, la presente investigación declaró las siguientes posiciones del autor para evitar conflictos de interés una vez concluido el estudio.

No se podrá emplear la base de datos por un autor sin el consentimiento del otro, ni para presentación de evento, ni para publicaciones. Se expresa el consentimiento del autor en la cláusula que se plasmarán al inicio del documento final de Trabajo de Titulación II, una vez sustentado, en relación con la licencia y autorización para la publicación del trabajo de investigación en el repositorio institucional de la Universidad de Cuenca y, la de propiedad intelectual, donde se manifestará que todas las ideas, opiniones y contenidos son de exclusiva responsabilidad del autor.

### Presentación y Análisis de Resultados

En este apartado se presentan los resultados en el orden de los objetivos, primero se presentarán aquellos que corresponden al objetivo general que fue determinar las dimensiones de la inteligencia emocional de jugadores masculinos de la selección de fútbol 11 de la Universidad de Cuenca, en el período 2023-2024. Después, se presentarán los resultados que dan respuesta a los objetivos específicos que fueron describir los puntajes de las dimensiones que predominan de inteligencia emocional en jugadores masculinos de la selección de fútbol 11 de la Universidad de Cuenca, en el periodo 2023-2024 e identificar las dimensiones de inteligencia emocional según las variables sociodemográficas edad, estado civil y facultad, en los jugadores masculinos de la selección de Fútbol 11 de la Universidad de Cuenca, en el periodo 2023-2024.

#### Dimensiones de la Inteligencia Emocional

En la tabla 2 se presentan las dimensiones de inteligencia emocional y se destaca que hubo un puntaje mayor en la dimensión asimilación ( $M=5.68$ ;  $DE=1.149$ ), en tanto que el menor puntaje se encontró en la dimensión interpersonal ( $M=4.81$ ;  $DE=1.004$ ). Cabe mencionar que las cuatro dimensiones presentaron un puntaje medio, mayor a la media de la escala que es cuatro. Esto significa que los participantes tuvieron alta inteligencia emocional en sus cuatro dimensiones, sin embargo, la menos desarrollada fue la dimensión interpersonal y la mayor desarrollada fue asimilación.

Este resultado de alta inteligencia emocional coincide con el estudio realizado por Carvajal et al. (2016) donde los participantes mostraron buena inteligencia emocional, puesto que presentaron adecuados rangos en las dimensiones de atención, claridad y reparación. Cabe mencionar que estos autores trabajaron con un instrumento denominado Trait Meta Mood Scale-24) que mide dimensiones similares, la de percepción emocional y comprensión emocional se asemeja a la dimensión interpersonal que se refiere a la comprensión de las emociones propias y regulación que se asemeja a la dimensión de regulación que se basa principalmente en la gestión y regulación de las emociones de forma asertiva.

Con lo analizado, se destaca que en las personas que practiquen algún tipo de deporte, como el fútbol, por ejemplo, existe una tendencia hacia un buen desarrollo de inteligencia emocional en todas sus dimensiones, independientemente del instrumento que se emplee para medirla (Castro et al., 2018). Por ello, resulta interesante que se promueva la práctica deportiva en vista de que se conoce que un estado de ánimo positivo influye para que el futbolista rinda de manera óptima a las recomendaciones y ordenes que brinde el entrenador (Camuendo y Fernández, 2022).

Entonces, se puede afirmar que los participantes de este trabajo de investigación no tendrían riesgo de desarrollar ansiedad, puesto que los deportistas que son capaces de comprender y

regular sus emociones darán como resultado una disminución de su ansiedad (Acebes et al., 2021).

Así mismo, Martínez (2016) menciona que los niveles de inteligencia emocional en futbolistas femeninas eran adecuados. Además, no apreciaron niveles excesivos o escasos, situándose el equipo evaluado en un rango medio o adecuado en mujeres. Con estos datos, se podría analizar que el deporte constituye un factor positivo independientemente de si se trata de hombres o mujeres.

**Tabla 2**

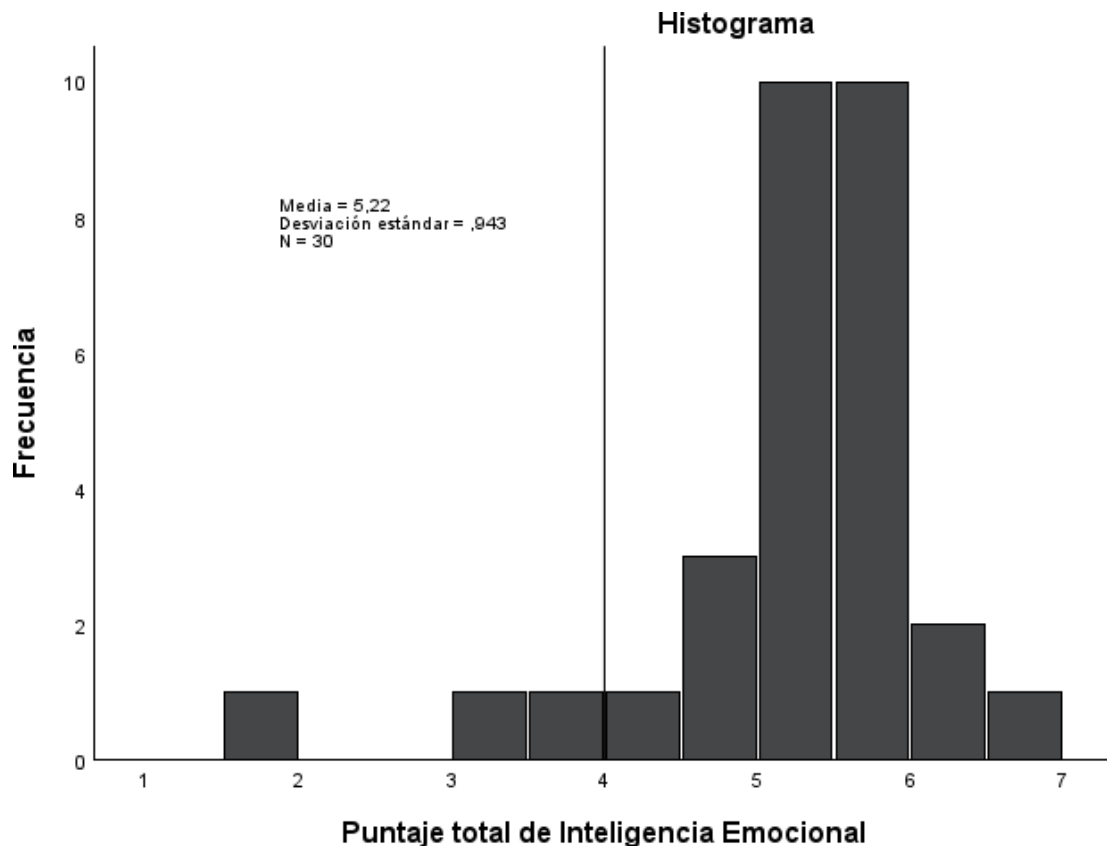
*Puntajes de las dimensiones de inteligencia emocional*

Dimensiones de inteligencia emocional	Estadísticos			
	M	DE	Mínimo	Máximo
Intrapersonal	5.19	1.247	2	7
Interpersonal	<b>4.81</b>	1.004	3	7
Asimilación	<b>5.68</b>	1.149	1	7
Regulación	5.20	1.047	2	7

En la figura 1 se muestra un histograma del puntaje global de inteligencia emocional, que engloba cuatro dimensiones, demostrando que los participantes presentaron una tendencia hacia los valores de medios altos con una  $M=5.22$  y una  $DE=.943$ . Esto indica que, de forma general, los deportistas poseen una inteligencia emocional media alta.

Este resultado de inteligencia emocional media alta coincide con el estudio realizado por Carvajal et al. (2016) que reportaron que los deportistas encuestados prestan atención a sus emociones y las expresan adecuadamente, ya que pueden reconocer y sentir sus propias emociones y las de los demás. De la misma manera autores como Castro et al. (2018) Indica que los atletas que formaron parte de su estudio exhibieron niveles altos tanto en la inteligencia emocional general como en las cuatro dimensiones específicas.

Con estos datos se puede analizar la inteligencia emocional y los deportistas puede estar ligado a una mejor gestión emocional, como punto clave para controlar emociones desadaptativas en el contexto deportivo. Pues las emociones negativas en varias ocasiones pueden afectar y reducir el rendimiento y el bienestar de los deportistas, por lo que entrenar estas habilidades es muy importante para el deportista. Tanto así, que incluso, la Federación Internacional de Futbolistas Profesionales (2019), difunde campañas de concientización sobre la importancia de la salud mental en futbolistas profesionales dado que esta misma organización menciona que existe una alta prevalencia de padecer problemas de salud mental.

**Figura 1***Puntaje Total de Inteligencia Emocional*

### **Dimensiones Predominantes la Inteligencia Emocional**

En vista de que en la tabla 1 se visualiza que las dimensiones predominantes de inteligencia emocional fueron asimilación y regulación, en la tabla 3 se presentan los ítems que componen cada una de estas dimensiones. Se destaca que, de los cuatro ítems que compone la dimensión asimilación, el más puntuado fue el ítem 15 que corresponde a *Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda* ( $M=5.87$ ;  $DE=1.383$ ). De los cuatro ítems que componen la dimensión regulación, el mayor puntaje se ubicó en el ítem cuatro que es *soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional* ( $M=5.30$ ;  $DE=1.317$ ).

Esto significa que los participantes de este trabajo suelen motivarse para realizar su mayor esfuerzo y tienen un buen control de su temperamento, asimismo, lo manejan de manera óptima. Al respecto, conviene mencionar lo señalado por Espín (2017) quien señaló que, pese a que la mayoría de la población, presentó una adecuada IE, requiere potenciarla pues encontraron emociones y sentimientos negativos.

Se debe tomar en cuenta que la capacidad de motivarse para realizar su mayor esfuerzo corresponde a la dimensión asimilación de las emociones, esto implica que los participantes

pueden tener un bienestar emocional, puesto que son capaces de usar las emociones de manera productivas (Extremera et al., 2019).

Además, el otro indicador más desarrollado que fue el control emocional que es un factor de protección debido a que daría paso que los jugadores se puedan regular y no caer en un comportamiento impulsivo de un jugador que puede tener efectos negativos inmediatos en el rendimiento del propio equipo, como amonestaciones o expulsiones, discusiones, ambiente desfavorable entre otros (Córdoba et al., 2021).

Es importante destacar la relevancia de la autorregulación en el ámbito del fútbol, ya que poseer habilidades en el manejo y regulación emocional resulta fundamental para mantener un equilibrio en las reacciones emocionales. Esto adquiere especial importancia en momentos adversos, bajo presión o en situaciones de desventaja, donde el estrés o la angustia pueden surgir (Peralta, 2021).

**Tabla 3**

*Puntajes de los ítems de las dimensiones predominantes de inteligencia emocional*

Dimensiones predominantes de inteligencia emocional		Estadísticos			
		M	DE	Mínimo	Máximo
<b>Dimensión asimilación</b>	Ítem 3	5.63	1.450	1	7
	Ítem 7	5.47	1.383	1	7
	Ítem 11	5.73	1.230	2	7
	Ítem 15	<b>5.87</b>	1.383	1	7
<b>Dimensión regulación</b>	Ítem 4	<b>5.30</b>	1.317	2	7
	Ítem 8	5.10	1.561	2	7
	Ítem 12	5.13	1.432	1	7
	Ítem 16	5.27	1.596	2	7

También, se presenta la figura 2 que contiene un histograma del puntaje total de la dimensión asimilación y en la figura 3 se presenta el histograma de dimensión regulación que fueron las más desarrolladas. Se evidencia una tendencia hacia los valores altos, pues asimilación presentó una  $M=5.68$  y una  $DE=1.149$ , y regulación, una  $M=5.2$  y  $DE=1.047$ .

Los puntajes altos en la dimensión asimilación y regulación se corresponden por lo señalado por Castro et al. (2018) que también reportaron altos valores de inteligencia emocional, específicamente en la dimensión de gestión auto-emocional, dimensión que obtuvo las puntuaciones más elevadas. Así mismo Acebes et al. (2021) mencionaron que se encontró de forma óptima la dimensión de atención emocional además que no se encuentra diferencias significativas entre comprensión emocional y regulación emocional.

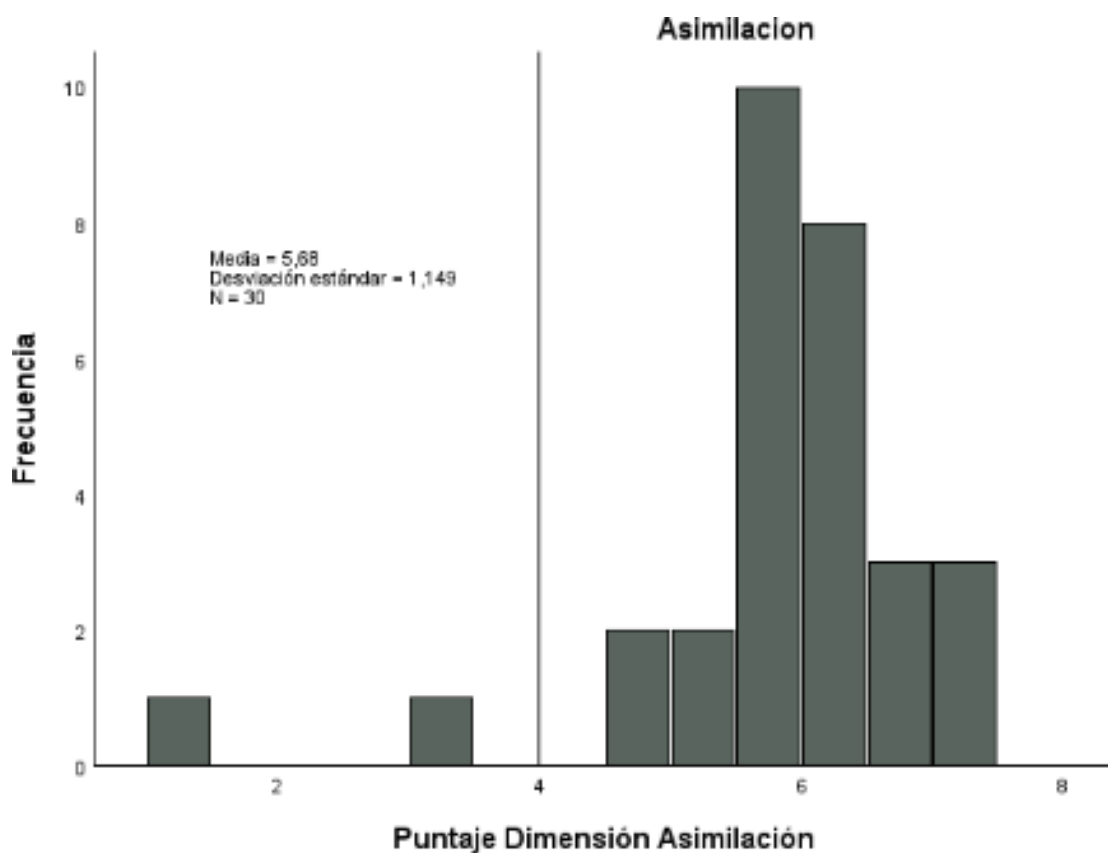
Además, Espín (2017) menciona que la dimensión estado de ánimo, cuenta con el porcentaje más alto de acuerdo a la escala aplicada así mismo la dimensión de adaptabilidad se encuentra en un nivel adecuado. Con lo analizado se ha encontrado que en las diferentes

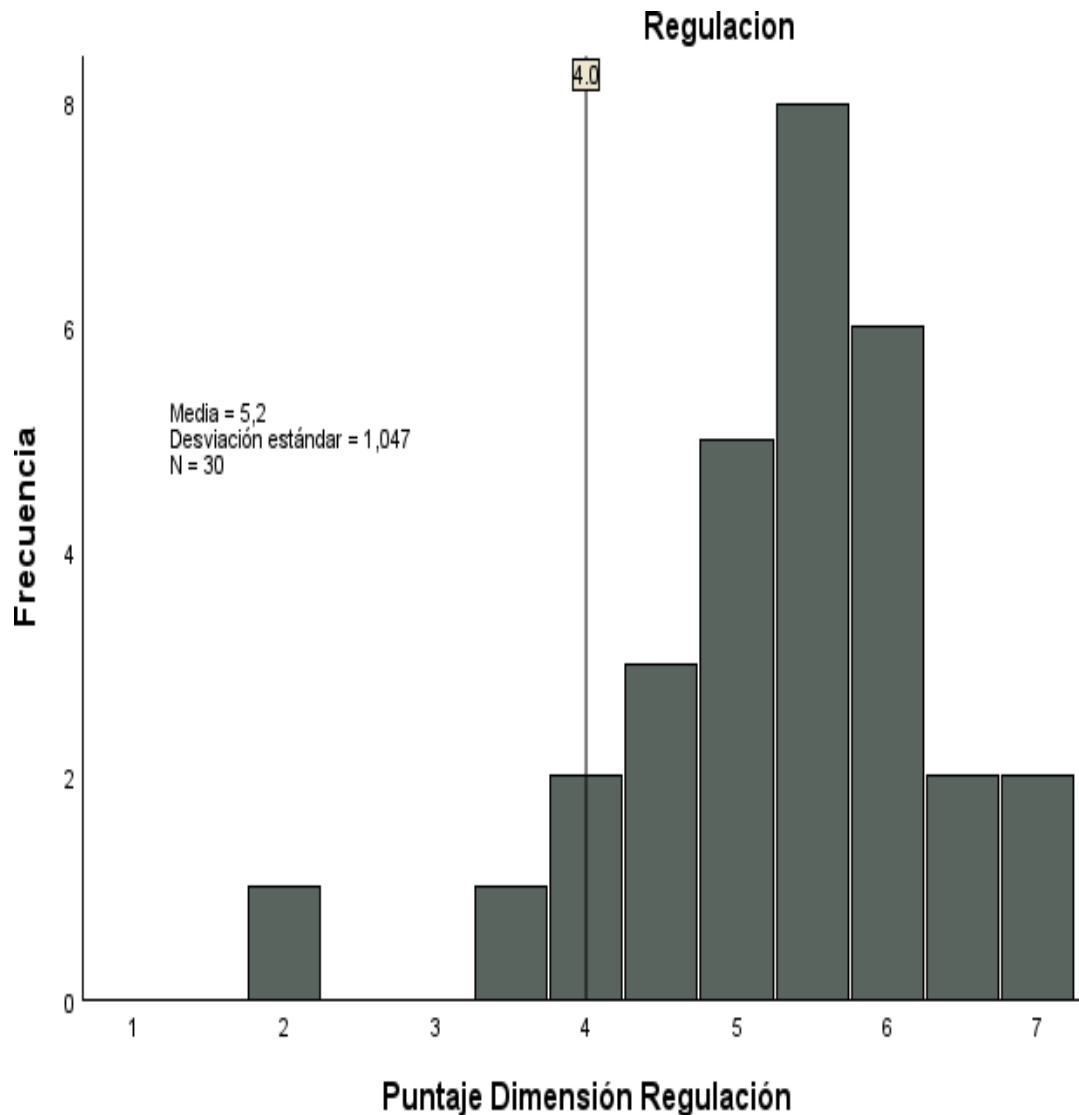


investigaciones las dimensiones, la regulación emocional es la dimensión que más predomina siendo esta importante para el control de las emociones ya que los atletas altamente competitivos tienden a enfrentar el miedo al fracaso y, en ocasiones, experimentan sentimientos de inferioridad en comparación con sus oponentes al no lograr el éxito en una competición, esto puede resultar en comportamientos que tienen un impacto significativo en su bienestar emocional y rendimiento deportivo (Carrión, 2019). Así mismo, para Córdoba et al. (2021) la regulación emocional es importante para controlar y gestionar el comportamiento impulsivo de un jugador puede tener efectos negativos que se pueden presentar en durante el encuentro deportivo.

**Figura 2**

*Histograma de dimensiones asimilación*



**Figura 3***Histograma de dimensiones regulación***Dimensiones de Inteligencia Emocional según Variables Sociodemográficas**

A continuación, se presentan los datos de la inteligencia emocional según las variables sociodemográficas. En este caso en particular, se contó con la participación total de los futbolistas con estado civil soltero. Por ello, se analizó solamente la inteligencia emocional según la variable edad y facultad. En la tabla 4 se presentan las dimensiones de inteligencia emocional según el rango de edad y se aprecia que en las cuatro dimensiones hubo una tendencia hacia valores altos en el rango de edad de entre 18 a 20 años y, tendencia hacia valores bajos, en los rangos de edad de entre 21 a 23 años y 24 a 26 años.

Por lo tanto, los participantes de entre 18 a 20 años presentaron mayor inteligencia emocional y los participantes de mayor edad presentaron una baja inteligencia emocional. Este resultado difiere con la investigación realizada por Castro et al. (2018) que encontró que los sujetos de

entre 18 y 22 años presentaban puntuaciones más bajas de Inteligencia emocional y que los atletas de mayor edad presentaban los niveles más altos en inteligencia emocional y en sus respectivas dimensiones.

Así mismo del Rio et al. (2019) mencionaron que los futbolistas de mayor edad tenían mejor regulación emocional esto debido al conocimiento en el deporte y las situaciones que suceden en el encuentro deportivo que lo sabe sobrellevar de forma óptima, aunque, la presencia de futbolistas más jóvenes tiene un mayor potencial físico, cognitivo y emocional es superior a los sujetos nacidos más tarde (Lovell et al., 2015). Así mismo los futbolistas más jóvenes al no contar con un acompañamiento psicológico óptimo y experimentar presión y exigencias en el deporte, puede menor rendimiento en el campo deportivo (Lorenzo y Acero, 2019).

Se debe considerar que los futbolistas de entre 18 a 26 años se encuentran en una etapa denominada adultez temprana, cabe mencionar que en la teoría de Erikson se encuentran en el estadio de la intimidad versus el aislamiento, aquí, se inicia el deseo de compartir de manera confiada y regulada los ciclos de vida relacionados con la reproducción, trabajo y ocio para garantizar a las generaciones futuras mejores condiciones de vida y laborales.

Para Arnett (2000) la etapa de la adultez emergente se caracteriza por cinco componentes, siendo la exploración de la identidad, la inestabilidad, el optimismo, enfocarse en uno mismo y la sensación de encontrarse entre la adolescencia y la adultez los aspectos más destacados. Con este dato, se podría analizar que durante la adultez temprana al contar con varias preocupaciones y responsabilidades podría afectar sus emociones desencadenando en un nivel de inteligencia emocional bajo. Sin embargo, se debe considerar que la mayor parte de la población estuvo en el rango de entre 18 y 23 años.

**Tabla 4**

*Dimensiones de inteligencia emocional según edad*

Tendencia hacia inteligencia emocional baja o alta		Rango de Edad			Total
		18-20	21-23	24-26	
Intrapersonal	Baja	2	1	1	4
	Alta	<b>17</b>	6	3	26
	Total	19	7	4	30
Interpersonal	Baja	4	1	1	6
	Alta	<b>15</b>	6	3	24
	Total	19	7	4	30
Asimilación	Baja	1	1	0	2
	Alta	<b>18</b>	6	4	28
	Total	19	7	4	30
Regulación	Baja	1	1	1	3
	Alta	<b>18</b>	6	3	27
	Total	19	7	4	30

En la tabla 5 se presentan las puntuaciones altas y bajas de las dimensiones de la inteligencia emocional y se obtuvo que la Facultad de Ciencias Económicas y Administrativas obtuvo una mayor puntuación hacia valores altos en todas las dimensiones, seguida de la Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

En este sentido, Carvajal (2016) menciona que la mayoría de futbolistas que participaron en el estudio cuentan con estudios de secundaria, y solo el 10.53% lo tiene en curso. Además, se destaca que los deportistas encuestados han finalizado una carrera profesional.

**Tabla 5**

*Tendencia hacia puntuaciones altas o bajas en las dimensiones de Inteligencia Emocional*

Tendencia hacia		Facultad										
inteligencia	emocional	baja o alta	Arq	Agrop	Hosp	Econ	Med	Quím	Filo	Ing	Juris	Total
Intrapersonal	Baja	0	0	0	3	0	1	0	0	0	0	4
	Alta	1	2	1	6	2	3	6	4	1	26	
	Total	1	2	1	9	2	4	6	4	1	30	
Interpersonal	Baja	0	0	0	2	1	0	2	1	0	6	
	Alta	1	2	1	7	1	4	4	3	1	24	
	Total	1	2	1	9	2	4	6	4	1	30	
Asimilación	Baja	0	0	0	1	0	0	0	1	0	2	
	Alta	1	2	1	8	2	4	6	3	1	28	
	Total	1	2	1	9	2	4	6	4	1	30	
Regulación	Baja	0	0	0	2	0	0	0	1	0	3	
	Alta	1	2	1	7	2	4	6	3	1	27	
	Total	1	2	1	9	2	4	6	4	1	30	

*Nota:* Arq=Arquitectura y Urbanismo. Agrop=Ciencias Agropecuarias. Hosp=Ciencias de la Hospitalidad. Econ=Ciencias Económicas y Administrativas. Med=Ciencias Médicas. Quím=Ciencias Químicas. Filo=Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación. Ing=Facultad de Ingeniería. Juris=Jurisprudencia, Ciencias Políticas y Sociales

### Conclusiones

En cuanto al objetivo general que fue describir las dimensiones de inteligencia emocional, se concluye las dimensiones son altas, así mismo la mayor desarrollada es la asimilación que se basa en el uso de las emociones de forma positiva. Esto indica que los participantes asimilan adecuadamente sus emociones.

En cuanto al primer objetivo fue describir los puntajes de las dimensiones de inteligencia emocional que predominan, se concluye que de la dimensión asimilación, el ítem más puntuado *siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda*. Mientras que, de los cuatro ítems que componen la dimensión regulación, el mayor puntaje se ubicó en *soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional*. Esto indica que los participantes emplean la automotivación.

En relación al segundo objetivo fue identificar las dimensiones de inteligencia emocional según las variables sociodemográficas, en torno a la edad, los futbolistas más jóvenes presentan una mayor inteligencia emocional en todas las dimensiones de inteligencia emocional.

En cuanto a la variable sociodemográfica facultad, se concluye que la facultad con una mejor inteligencia emocional es la de ciencias económicas y de administración. Sin embargo, al ser una población pequeña no se puede generalizar por toda la facultad.

### Recomendaciones

Una vez presentados los resultados en torno a la inteligencia emocional en los deportistas, se recomienda que se potencie la dimensión intra e interpersonal puesto que fue la que presentó el puntaje más bajo. Una opción puede ser brindar talleres de inteligencia emocional para reforzar los niveles bajos de la dimensión intrapersonal e interpersonal, con el fin de adquirir más habilidades de inteligencia emocional para una mejor comprensión, regulación y uso emocional de los jugadores.

Al haber encontrado puntajes diversos de inteligencia emocional según la variable edad y facultad en la que estudian, se recomienda que se trabaje con un mayor número de participantes y que se emplee un alcance mayor como el comparativo o relacional para establecer diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de comparación.

Una limitación de este trabajo fue el tiempo corto para la ejecución del trabajo puesto que debido a procesos. Otra limitación fue el limitado acceso a investigaciones que aborden específicamente la inteligencia emocional en deportistas de edades correspondientes a la adultez emergente, asimismo, la falta de investigaciones sobre este tema en el contexto local. Otra limitación fue que se contó solamente con participantes hombres, por lo que se recomienda que se trabaje también con mujeres deportistas y realizar investigaciones similares en otros equipos de fútbol con el fin de contrastar los resultados obtenidos para analizar las habilidades de inteligencia emocional. Esto en vista de que en este grupo de participantes se encontró un buen desarrollo emocional. En caso de corroborar estos datos, se puede considerar la posibilidad de realizar una campaña de promoción del deporte en los adultos emergentes como medida para favorecer la inteligencia emocional, a más, de los beneficios propios de la actividad física.

La psicología del deporte es un campo de aplicación de la psicología que tiene muchos espacios de desarrollo para contribuir al bienestar emocional de las personas, sobre todo, desde las competencias de prevención de problemas emocionales y la promoción de la salud y el bienestar psicológico. También permite un abordaje a los deportistas que favorezcan procesos de adaptación y preparación psicológica frente a sus competencias para lograr los mejores resultados.

Finalmente, se recomienda incentivar a las demás facultades de la Institución en donde se desarrolló este trabajo a participar en actividades recreativas no solamente para la salud física sino mental.

## Referencias

- Acero, R., y Lorenzo, L. (2019). Vista de Edad relativa, minutos de competición y debut en fútbol profesional. *Apuntes. Educación Física y Deportes*. 138(50), 40-50 <https://lc.cx/zbF5HB>
- Acebes, J., Granado, M., y Marchena, C. (2021). Relación entre inteligencia emocional y ansiedad en un club de fútbol sala de Madrid. *Retos*, 39(2021), 643–648. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.81975>
- Acosta, J. (2016). Presión y tensión en el ámbito del deporte. *Revista Digital: Actividad Física y Deporte*, 2(1), 136-139. <https://lc.cx/DjRE-r>
- Alarcón, L. M. G., Pérez, J. P., Boero, P., Domínguez, A. S. y Vinet, E. (2021). Individuación en la Adultez Emergente: Una forma diferente de convertirse en adulto. *Revista REDES*, 43(43), 75–66. <https://lc.cx/M51QT0>
- American Psychological Association. (2012) APA Sport Psychology Proficiency. Society for Sport, Exercise & Performance Psychology. [https://lc.cx/whh\\_ZX](https://lc.cx/whh_ZX)
- Arnett, J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *The American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://lc.cx/RILnok>
- Arrieta, L. A. y Chaverri, P. (2019). Componentes del autocontrol. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 22(5), 1005-1023. <https://lc.cx/tHEPF3>
- Pacheco, P., y Berrocal, F. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 19(3). [https://lc.cx/d\\_59Lm](https://lc.cx/d_59Lm)
- Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de investigación*, 2(2), 50-63. <https://lc.cx/AQaq8n>
- Brito, D., Santana, Y. y Pirela, G. (2019). El Modelo de Inteligencia Emocional de Bar-On en el Perfil Académico- Profesional de la FACO/LUZ. *CienciaOdontológica. Revista Arbitrada de la Facultad de Odontología de la Universidad de Zulia*, 16(1), 27-40. <https://acortar.link/wrpHWi>
- Camuendo, G., y Fernández J. (2022). El estado de ánimo en los futbolistas titulares y suplentes del equipo de fútbol profesional AVICED FC, en etapa competitiva [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional Universidad de Cuenca. <https://lc.cx/fCi5el>
- Carvajal, V., Echevarría, Y., y Román, A. (2016). La inteligencia emocional de los deportistas profesionales del envigado fútbol club [Tesis de grado, Institución Universitaria de Envigado]. Repositorio Institucional IUE. <https://bibliotecadigital.iue.edu.co/>

- Castro, S. M., Ortega, F. Z., y Cuberos, R. C. (2018). Inteligencia emocional en deportistas en función del sexo, la edad y la modalidad deportiva practicada. *Sportis Scientific Journal of School Sport Physical Education and Psychomotricity*, 4(2), 288–305. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6712642>
- Cooper, R. K., y Sawaf, A. (1998). La inteligencia emocional aplicada al liderazgo ya las organizaciones. Grupo Editorial Norma. <https://acortar.link/G5nYnw>
- Córdoba, E. A. P., Vázquez, R. S., Contreras, O. E., y Castro, M. E. H. (2021). Intervención para reducir la frecuencia de aparición de conductas disruptivas en un Fútbolista. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 6(1). 1-9 <https://doi.org/10.5093/RPADEF2021A8>
- Cox, R. (2008). *Psicología del deporte: Conceptos y sus aplicaciones* (6ta ed) Editorial Medica Panamericana.
- Del Rio, M., Rabadán, D., Redondo, J. C., Y Sedano, S. (2019). Vista de Efecto relativo de la edad en fútbol profesional: influencia del nivel competitivo y la posición. *Apunts. Educación Física y Deportes*. 138(4) 26-39 <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/361461/456088>
- Espín, A. G. (2017). Memoria de Trabajo e Inteligencia Emocional en Adolescentes Deportistas (Tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato. Repositorio Universidad Técnica de Ambato. <https://lc.cx/12-Dxh>
- Extremera, N., Rey, L., y Sánchez-Álvarez, N. (2019). Validación de la versión española de la escala de inteligencia emocional de Wong y Law (WLEIS-S). *Psicothema*, 31(1), 94-100. <https://lc.cx/y7mE-u>
- Federación Internacional de Fútbolistas Profesionales. (2019). Abrirse a la salud mental FIFPro.org. <https://bit.ly/3ZUPWMu>
- Flores, J., Morales, M., Sarmiento, L., y Espino, C. (2022). Vista de Inteligencia social y convivencia escolar en una institución pública del Perú. *Revista Bolivariana de Educación*, 4(6). 40-51. <https://bit.ly/46qkc3Y>
- Fernández, I., Espejo, V., Caballero, B., Pastrana, L. M., Toro, E., y Zafra, A. (2019). Eficacia de un programa de preparación psicológica en jugadores jóvenes de fútbol. *Colegio Oficial de la Psicología de Madrid*.4(2) <https://lc.cx/6oJa0i>
- Gardner, H. (1983). *Inteligencias Múltiples*. Paidós Educación (2<sup>da</sup> ed.). 18-25. <https://bit.ly/3ZP4LjB>
- Gill, D. L. (2000). *Psychological dynamics of sport and exercise* (2nd ed.). Human Kinetics.
- Goleman, D. (2012). *Inteligencia Emocional*. Editorial Kairós. <https://lc.cx/LJAYq1>
- González, C., Domínguez, M., y Gallardo, A. (2019). Inteligencia emocional y conducta agresiva en el deporte ¿Puede inferir la modalidad deportiva y las horas



- entrenamiento? Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación, 35(35). 176–180. <https://acortar.link/QomID1>
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. (6<sup>ta</sup> ed.). McGraw-Hill Education.
- Labbé, C., López-Neira, L., Saiz, J. L., Vinet, E. v., y Boero, P. (2019). Uso de TIC en estudiantes universitarios chilenos: enfoque desde la adultez emergente. Revista de Investigación Latinoamericana. 56(2), 1–14. <https://lc.cx/vd22if>
- Lastra, M (2015). La inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés en la reserva de un club social deportivo de futbol profesional de Huánuco [Tesis de pregrado, Universidad Nacional HERMILIO VALDIZAN- Huánuco]. Repositorio HUNHEVAL. <https://lc.cx/N2-NL8>
- Lovell, R., Towlson, C., Parkin, G., Portas, M., Vaeyens, R., Y Cobley, S. (2015). Soccer player characteristics in English lower-league development programmes: The relationships between relative age, maturation, anthropometry and physical fitness. Plos One, 10(9), 4-11. <https://lc.cx/F0Gx4f>
- Martínez, A., Moya-Faz, F., y de los Fayos, G. (2013). Inteligencia emocional y deporte: situación actual del estado de la investigación. Cuadernos de psicología del deporte, 13(1), 105-112. <https://revistas.um.es/cpd/article/download/177241/149071>
- Martínez, J (2016). Inteligencia Emocional y Rendimiento Deportivo en el Fútbol Femenino de Alta Competición [Tesis Doctoral, Institución Universidad de Valladolid]. UvaDoc. <https://uvadoc.uva.es/>
- Mayer, J. D., Salovey, P., y Caruso, D. R. (2000). Models of Emotional Intelligence. Cambridge University Press eBooks (pp. 396-420). <https://lc.cx/Bp8OWC>
- Mayer, J. y Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? En Salovey, P. y Sluyter, D. (Eds.) Emotional development and emotional intelligence. Education implications BasicBooks. 3-31
- Molano, N., Molano, D. (2015). Fútbol: Identidad, pasión, dolor y lesión deportiva. Rev Mov Cient. 9(2), 23-32. <https://lc.cx/ahR0Fd>
- Ortiz, J. (2007). Historia del fútbol: evolución cultural. Revista Digital efdeportes.com lecturas: Educación física y deportes 11(106) 1-1. [https://lc.cx/ReK\\_a5](https://lc.cx/ReK_a5)
- Papalia, D. E. y Martorell, G. (2017). Desarrollo humano. McGraw-Hill Educación. 1(13) 385-416. <https://acortar.link/1DXO8O>
- Peralta, T. L. (2021). La importancia de la inteligencia emocional en la población masculina. Revista Digital Universitaria, 22(6). 3-8. <https://lc.cx/JJtBOz>
- Ríos, M. B. (2021). Automedicación con AINE en Fútbolistas profesionales de los equipos de primera división del DMQ. Revista Vive, 3(9), 213–226. <https://lc.cx/lr3dAy>

- Rodríguez, A. N. (2018). Envejecimiento: Edad, Salud y Sociedad. Horizonte Sanitario, 17(2), 87–88. <https://lc.cx/D0xpod>
- Ruiz, M., Díaz, M., Villalobos, A. (2012). Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales. Desclée de Brouwer.
- Salinas, M., Azanza, A., Borrero, A., y Silva, L. (2022). Depresión y ansiedad en deportistas juveniles masculinos y femeninos de Ecuador. Revista Digital efdeportes.com lecturas: Educación física y deportes, 27(293), 30-47 <https://lc.cx/NhGdaa>
- Soto, M., Lunahuaná-Rosales, M., & Kumar, R. (2016). Validación estructural del Wong-Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS): estudio preliminar en adultos. Liberabit, 22(1), 103-110. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272016000100009](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272016000100009)
- Thorndike, E.L. (1920). Intelligence and its uses. Harper's Magazine, 140, 227–235. <https://lc.cx/tUO7gV>
- Weinberg, R. S., y Gould, D. (2010). Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico. Ed. Médica Panamericana. (4) 250-269. <https://lc.cx/X7gfMY>

## Anexos

### Anexo A. Ficha sociodemográfica

Edad	<input type="checkbox"/> 18-20 <input type="checkbox"/> 21-23 <input type="checkbox"/> 24-26 <input type="checkbox"/> 27-29
Estado de pareja	<input type="checkbox"/> Soltero <input type="checkbox"/> Casado <input type="checkbox"/> Divorciado <input type="checkbox"/> Separado <input type="checkbox"/> Viudo <input type="checkbox"/> Convivencia o unión libre
Facultad de la Universidad de Cuenca	<input type="checkbox"/> Facultad de Psicología <input type="checkbox"/> Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Políticas y Sociales <input type="checkbox"/> Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación <input type="checkbox"/> Facultad de Facultad de Ciencias Químicas <input type="checkbox"/> Facultad de Ciencias Económicas y Administrativas <input type="checkbox"/> Facultad de Ingeniería <input type="checkbox"/> Facultad de Arquitectura y Urbanismo <input type="checkbox"/> Facultad de Ciencias de la Hospitalidad <input type="checkbox"/> Facultad de Odontología <input type="checkbox"/> Facultad de Ciencias Médicas <input type="checkbox"/> Facultad de Ciencias Agropecuarias <input type="checkbox"/> Facultad de Artes

## Anexo B. Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law (WLEIS-S)

Cada una de las divisiones académicas de una universidad, en la que se agrupan los estudios de una carrera determinada.

**Instrucciones.** A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Señale la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. Elija **una sola respuesta**.

ÍTEMS	Completamente en desacuerdo (1)	En desacuerdo (2)	Medianamente en desacuerdo (3)	Ni de acuerdo ni en desacuerdo (4)	Medianamente de acuerdo (5)	De acuerdo (6)	Completamente (7)
1. La mayoría de las veces sé distinguir porqué tengo ciertos sentimientos.							
2. Conozco siempre las emociones de mis amigos a través de sus comportamientos.							
3. Siempre me fijo metas y luego intento hacerlo lo mejor para alcanzarlas.							
4. Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades de manera racional.							
5. Tengo una buena comprensión de mis propias emociones.							
6. Soy un buen observador de las emociones de los demás.							
7. Siempre me digo a mí mismo que soy una persona competente.							
8. Soy capaz de controlar mis propias emociones.							
9. Realmente comprendo lo que yo siento.							
10. Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás.							
11. Soy una persona auto motivadora.							
12. Me puedo calmar fácilmente cuando me siento enfadado.							
13. Siempre sé si estoy o no estoy feliz.							
14. Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean.							
15. Siempre me animo a mí mismo para hacerlo lo mejor que pueda.							
16. Tengo un buen control de mis propias emociones.							