

Universidad Católica de Santa María
Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades
Escuela Profesional de Psicología



RESILIENCIA E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EGRESADOS DEL
CONSERVATORIO DE ARTES ESCÉNICAS DE LA UNIVERSIDAD LA
SALLE, AREQUIPA

Tesis presentada por el bachiller
Bengoa Urizar, Estefani

Para optar el título profesional de
Licenciada en Psicología

Asesora:
**Dra. Zevallos Cornejo, Asunta
Vilma**

**Arequipa-Perú
2022**

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 11 de Julio del 2021

Dictamen: 002345-C-EPSIC-2021

Visto el borrador del expediente 002345, presentado por:

2010701002 - BENGOA URIZAR ESTEFANI

Titulado:

**RESILIENCIA E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EGRESADOS DEL CONSERVATORIO DE ARTES
ESCENICAS DE LA UNIVERSIDAD LA SALLE EN AREQUIPA**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

**1741 - MARTINEZ CARPIO HECTOR EMILIO
DICTAMINADOR**



**1900 - ZEVALLOS CORNEJO ASUNTA VILMA
DICTAMINADOR**





Agradecimientos

A mi familia, a Zoila Urizar y Reynaldo Bengoa, por su eterno amor; a los participantes de esta investigación por su tiempo y colaboración, a la Asociación Cultural Teatrando, por ser mi hogar, y a la labor titánica para bien de la cultura en Arequipa; y al Conservatorio de Artes Escénicas de la Universidad La Salle por la formación que me brindaron.

Dedicatoria

Dedico esta investigación a mi abuelo Óscar Urizar, por mostrarme una de las expresiones más lindas de la vida: el teatro. A Luli porque se fue cuando empezaba la primavera, a mis compañeros y maestros que me acompañan y me inspiran en formar una sociedad sensible, crítica y empática.

Resumen

En la presente investigación se determina la relación entre la resiliencia y la inteligencia emocional en actores egresados del Conservatorio de Artes Escénicas (CAE) de la Universidad La Salle, de Arequipa, Perú, mediante la propuesta de un método de tipo no experimental de corte transversal, que utiliza como instrumentos el inventario de inteligencia emocional de BarOn ICE, el cual tiene dos validaciones recientes, y la escala de resiliencia para adultos (RSA), que mide un nivel positivo y un nivel mínimo de resiliencia en adolescentes y adultos. La muestra fue no probabilística, el estudio se aplicó en todos los egresados del CAE, entre hombres y mujeres la población total fue de cuarenta personas, entre dieciocho y treinta y cinco años.

Los resultados mostraron que todos los encuestados presentan niveles por encima del punto medio del rango de puntajes en las variables de inteligencia emocional y resiliencia, específicamente en los factores de «competencia personal» y «aceptación de sí mismo», con diferentes grados en cada uno de los indicadores.

Palabras clave: inteligencia emocional, resiliencia, teatro, actores.

Abstract

This research aims to find the relationship between resilience and emotional intelligence in actors graduated from the Conservatory of Performing Arts (CAE) at La Salle University from Arequipa, Perú, by proposing a non-experimental type cross-sectional method, in which we used as instruments the BarOn emotional intelligence inventory (ICE) and the adult resilience scale (RSA), both surveys. The sample was non-probabilistic, the study was applied to all graduates of the CAE, between men and women the total population was 40 people between 18 and 35 years old.

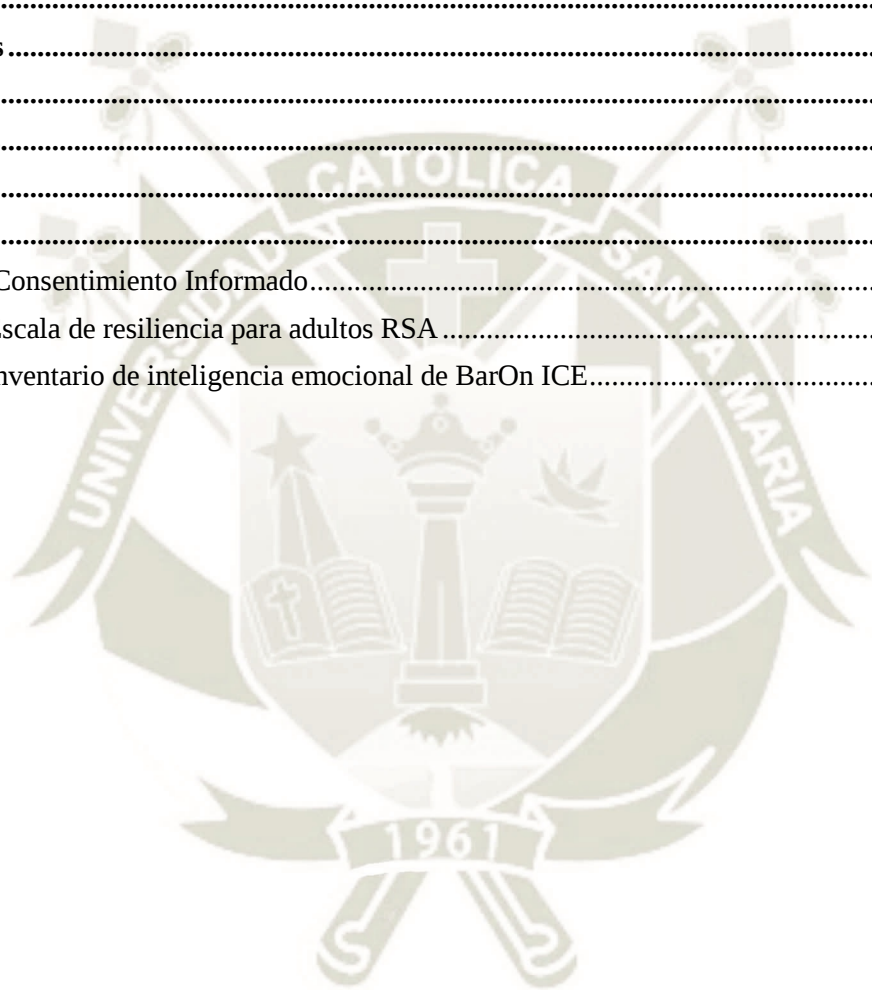
The results showed us that all respondents present levels above the midpoint of the range of scores in the variables of emotional intelligence and resilience, with different degrees in each of the indicators. But in conclusion, resilience and emotional intelligence specifically in the factors of "personal competence" and "self-acceptance", with different degrees in each. of the indicators.

Keywords: Emotional intelligence, resilience, actors

Tabla de contenido

Agradecimientos.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Resumen.....	v
Abstract.....	vi
Tabla de contenido.....	vii
Introducción	1
Capítulo I. Marco teórico	3
Problema de investigación	3
Variables y definición operacional	3
Variable 1: resiliencia	3
Variable 2: inteligencia emocional	3
Interrogantes secundarios.....	3
Objetivos	4
Objetivo general.....	4
Objetivos específicos	4
Antecedentes teóricos-investigativos	4
Resiliencia.....	4
Inteligencia emocional	7
Resiliencia en actores.....	11
Inteligencia emocional en actores	13
Hipótesis	15
Capítulo II. Diseño metodológico	16
Tipo o diseño de investigación.....	16
Técnica e instrumentos	16
Población o muestra.....	17
Estrategia de recolección de datos	17
Criterios de procesamiento de información	18
Capítulo III. Resultados	19
Tabla 1	19
Tabla 2	19
Tabla 3	20
Tabla 4	21
Tabla 5	21
Tabla 6	22

Tabla 7	23
Tabla 8	24
Tabla 9	25
Tabla 10	26
Tabla 11	26
Tabla 12	27
Discusión	28
Conclusiones	32
Sugerencias	33
Limitaciones.....	34
Referencias.....	35
Anexos	39
Anexo 1: Consentimiento Informado.....	39
Anexo 2: Escala de resiliencia para adultos RSA	40
Anexo 3: Inventario de inteligencia emocional de BarOn ICE.....	41



Introducción

El teatro, desde sus primeras manifestaciones registradas en la historia de la humanidad, ha sido utilizado para la libre exposición de las emociones. Los actores utilizan el teatro para representar la realidad social y expresarse sobre sus relaciones interpersonales. En la actualidad, ha estado siendo utilizado también como medio terapéutico. Del mismo modo, se ve a los actores diariamente expuestos a innumerables acontecimientos que pueden dificultar la superación de los problemas cotidianos. No todos tienen la misma capacidad para lidiar con las dificultades de la vida diaria y en especial los hechos que podemos considerar como trágicos; esta capacidad es lo que mantiene al actor diariamente esforzándose con metas y objetivos en la vida.

La inteligencia emocional desarrolla un papel muy importante en la vida personal y profesional de las personas. Goleman (1996) refiere que incluso es mucho más importante que el coeficiente intelectual, porque es necesario conocer las emociones y evaluarlas, pues estas mejoran los niveles de autoconocimiento y autocontrol. La inteligencia emocional es la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, así como la empatía y la capacidad para comprender la dinámica de las relaciones interpersonales, que promueven el desarrollo intelectual y emocional.

Por su parte, la resiliencia es abordada como la capacidad para afrontar, recuperarse y adaptarse después de un evento estresante. La importancia de la resiliencia se debe utilizar para poder lidiar con circunstancias negativas que están lejos de nuestro control.

Los problemas alrededor de la inteligencia emocional y la resiliencia son el constante contacto con distintas emociones. Esto quiere decir que los personajes interpretados por los actores de teatro parten desde la emoción –«la memoria emotiva»– y, en muchas ocasiones, tienen como objetivo representar roles que evocan hechos del pasado. Esto hace que las

habilidades que conlleva la inteligencia emocional y la resiliencia se vean afectadas. Es cierto que el teatro permite la libre exposición de nuestras emociones y relaciones interpersonales, pero para personas dedicadas, sea en la docencia o en la práctica de este oficio, se debe buscar también diferentes canalizadores o depuradores de las emociones.

Esta investigación colabora con los estudios y la revisión de las teorías acerca de la resiliencia y la inteligencia emocional, para confirmar de forma empírica el estado emocional y su facilidad para adaptarse en actores egresados del Conservatorio de Artes Escénicas (CAE) de la Universidad La Salle, de Arequipa. Además, pretende ayudar a promover el teatro para mejorar la resiliencia y la inteligencia emocional no solo en actores, sino también en personas dedicadas a las artes en general. Esto, de manera personal, me motiva y hace reflexionar sobre las capacidades que pueden poseer este grupo de personas hacia las distintas variables de estudio, como también me permite afianzar y aplicar los conocimientos adquiridos durante mi formación profesional.

Capítulo I. Marco teórico

Problema de investigación

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la inteligencia emocional en egresados del Conservatorio de Artes Escénicas (CAE) de la Universidad La Salle, de Arequipa?

Variables y definición operacional

Variable 1: resiliencia

Grotberg (1995) define la resiliencia como la capacidad humana universal para enfrentarse a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas.

Variable 2: inteligencia emocional

Goleman (1996) describe a la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer nuestros sentimientos y los sentimientos de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones sociales.

Interrogantes secundarios

- ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional según las escalas de BarOn ICE en egresados del CAE de la Universidad La Salle?
- ¿Cuál es el nivel de resiliencia según el cuestionario RSA en los egresados del CAE de la Universidad La Salle?
- ¿Cuál es la diferencia de la resiliencia entre los sexos en egresados del CAE de la Universidad La Salle?
- ¿Cuál es la diferencia de nivel de la inteligencia emocional entre los sexos del CAE de la Universidad La Salle?

Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre la resiliencia y la inteligencia emocional en egresados del Conservatorio de Artes Escénicas (CAE) de la Universidad La Salle, de Arequipa.

Objetivos específicos

- Establecer el nivel de inteligencia emocional en egresados del CAE de la Universidad La Salle.
- Establecer el nivel de resiliencia en egresados del CAE de la Universidad La Salle.
- Comparar la resiliencia por género en egresados del CAE de la Universidad La Salle.
- Comparar la inteligencia emocional por género en egresados del CAE de la Universidad La Salle.

Antecedentes teóricos-investigativos

Resiliencia

Encontrar un único concepto sobre resiliencia es limitado, primero, según refieren Forés y Grané (2008), para realizar aquello que se quiere es indispensable pensar que el futuro no es un regalo. Quieren decir que no se está delante de una situación que es ajena, es más bien algo que se puede conquistar y transformar.

Sumado a este concepto, que nos ayuda a reforzar el primero, es el de Saavedra y Villalta (2008) que denominan a la resiliencia como un término que aparece en la literatura sobre salud mental como una hipótesis explicativa de la conducta saludable en condiciones adversas. Así mismo, se relaciona con otros términos como factores productores, factores de riesgo y vulnerabilidad.

Históricamente, el tema de la resiliencia toma relevancia a partir de la segunda mitad del

siglo XX, donde se lo define como un constructo que es utilizado para que el ser humano pueda adaptarse positivamente a pesar de las adversidades (Kotliarenco y Cáceres, 2013).

Recientemente, el concepto se ha venido aplicando a situaciones cotidianas, las cuales enfrentamos en diferentes procesos que dependen de la forma en la que la persona o el sujeto toma dichas situaciones. La resiliencia es la capacidad que posee el ser humano frente a las adversidades que se suscitan durante la vida, aprender de estas, superarlas e incluso sacar una enseñanza o algo positivo de forma optimista (Grotberg, 2002).

Según lo anterior, se puede ir definiendo la resiliencia entonces como un proceso que implica una forma más positiva y optimista; Cyrulnik (2002) afirma que la resiliencia es la habilidad para afrontar de manera positiva condiciones negativas de la vida. Esta se construye con experiencias en el entramado de lazos afectivos que nos permiten salir ilesos de momentos traumáticos.

Finalmente, en las investigaciones de Becoña (2006) se incluyen los conceptos de Fergus y Zimmerman, los cuales describen a la resiliencia como un proceso de superación de los efectos dañinos ante la exposición del peligro, la confrontación exitosa de situaciones traumáticas y el cuidado en las trayectorias negativas asociadas al riesgo. Para esto se necesitan tanto los factores de riesgo como los de protección que den un resultado óptimo y reduzcan el riesgo. Teniendo en cuenta que los factores que colaboran con la resiliencia pueden ser cualidades o recursos (muchos de ellos aprendidos en el transcurso de la vida).

Desde una visión más psicopedagógica se intenta comprender cómo en los niños, los adolescentes, los adultos y los adultos mayores existe la capacidad de superar las adversidades a pesar de haber vivido en situaciones de pobreza, violencia familiar, crisis económica o catástrofes naturales.

La Asociación Americana de Psicología (2011) expone sobre algunos de los factores que influyen en la resiliencia. Muchos estudios demuestran que uno de los factores más importantes en la resiliencia es tener relaciones de cariño y apoyo dentro y fuera de la familia. Algunos de estos factores asociados a la resiliencia son:

- «La capacidad para hacer planes realistas y seguir los pasos necesarios para llevarlos a cabo» (párr. 1).
- «Una visión positiva de sí mismos, y confianza en sus fortalezas y habilidades» (párr. 2).
- «Las destrezas en la comunicación y en la solución de problemas» (párr. 3).
- «La capacidad para manejar sentimientos e impulsos fuertes» (párr. 4).

Por otro lado, Saavedra y Villalta (2008) también describen tres tipos de reacciones frente a los estímulos dolorosos o adversos:

- Personas que frente al dolor o la adversidad reaccionan con conductas de vulnerabilidad frente al estímulo.
- Personas que permanecen indiferentes o existe una ausencia de reacción frente a la situación.
- Personas resilientes, resistentes al estímulo adverso y que logran alcanzar una adecuada calidad de vida a pesar de las condiciones negativas para su desarrollo. (p.10)

Al acercarnos desde perspectivas diferentes hacia la sociedad, se hace evidente la importancia de la resiliencia en el ámbito social y académico (Gómez y Rivas, 2017). Se podría decir que se entiende como una respuesta óptima y un desarrollo constructivo al exponerse a lo traumático o estresante.

Se podría decir que la resiliencia, desde mucho antes de que fuera investigada, fue utilizada como una herramienta emocional de supervivencia por el *Homo sapiens*. Desde tiempos remotos,

el hombre en la tierra tuvo la capacidad para afrontar situaciones que no se pueden manejar en la vida diaria, como sobreponerse al dolor de las adversidades, aprender de ellas y seguir desarrollándose como ser humano y persona. Si bien es cierto que esto no es nada fácil, llegar a un estado en el cual el sujeto tenga la capacidad para lograrlo, es importante que esta capacidad se desarrolle de tal forma que en todos los ámbitos de la vida se vea reflejada, este proceso resiliente se hará de forma inconsciente. En algunos casos, conlleva más tiempo que a otros, ya que esto incluye conductas, pensamientos y acciones que pueden ser aprendidas y desarrolladas.

Inteligencia emocional

La inteligencia emocional es un término que ha sido bastante utilizado en los últimos años. No obstante, desde diferentes perspectivas, el estudio de las emociones se remonta a autores clásicos. Por ejemplo, Charles Darwin, científico inglés, en el escrito *La expresión de las emociones en el hombre y los animales* detalla los principios indispensables para la expresión emocional, además de la voluntad que tiene el ser humano para adquirir diversas impresiones, al señalar que la «impresión» se reconoce casi instintivamente y son herencia de nuestros antecesores.

Otros autores indispensables para hablar sobre las emociones y la inteligencia emocional son Mayer y Salovey, como lo señala el artículo «La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey» de Fernández y Extremera (2005), estos autores, a principios de la década del noventa, defendían una visión más funcionalista de las emociones, pues, para ellos, estas ayudan a resolver problemas y adaptarse al medio. También, merece la pena mencionar a Howard Gardner (2001) como uno de los pioneros en investigar las inteligencias múltiples, antes de ser investigada la inteligencia emocional como tal. En la teoría de las inteligencias múltiples se introdujo la idea de incluir tanto la inteligencia interpersonal (la

capacidad para comprender las intenciones, las motivaciones y los deseos de otras personas) y la inteligencia intrapersonal (la capacidad para comprenderse a uno mismo, apreciar los sentimientos, los temores y las motivaciones propios). Para Gardner (2001), los indicadores de inteligencia, como el coeficiente intelectual, no explican plenamente la capacidad cognitiva, pues cometen el error de separar las inteligencias y las emociones.

Por otro lado, Trujillo y Rivas (2005) brindan la ruta de los orígenes y la evolución de la inteligencia emocional, con lo que aportan a esta investigación más modelos sobre dicho tema. En este estudio, consideran a la inteligencia social antecesora de la inteligencia emocional, según sus conclusiones.

Además, Wechler toma la inteligencia emocional como un constructo que facilita la comprensión del comportamiento humano, estas son capacidades con las que el individuo actúa según su medio ambiente. Es decir, la inteligencia emocional integra otros aspectos del desarrollo humano para obtener una lectura completa.

En el estudio de Ugarriza (2001) se presentan los alcances y las definiciones de BarOn sobre la inteligencia emocional. Según el autor, es un grupo de competencias personales, emocionales, sociales y de habilidades que nos guían para adaptarnos y sobrellevar las presiones del entorno.

A partir de lo mencionado, BarOn construye el inventario de cociente emocional, que utilizamos para efectos del estudio, y se explica en el apartado de técnicas e instrumentos. Este mismo inventario es usado por Ugarriza (2001) en su investigación en Lima Metropolitana.

Para algunos, el mejor referente universal a la hora de hablar acerca de la inteligencia emocional, en el campo teórico y práctico, es Goleman (1996), quien ahonda en el día a día de las emociones y cómo influyen en la sana convivencia. Goleman (1996), quien ahonda en la

convivencia sana de las emociones, nos explica cómo estas influyen en nuestros pensamientos y decisiones, y le devuelve a la inteligencia emocional su lugar especial al lado de los aspectos racionales.

En su libro *Inteligencia emocional*, Goleman (1996) describe cuatro habilidades que conforman los indicadores de la inteligencia emocional. El autor presenta un gran cuadro de referencias que muestran algunos principios fundamentales como la conciencia de uno mismo, la autogestión, la conciencia social y la capacidad para manejar relaciones, que se traducen en el éxito del mundo laboral.

También se conceptualizan cuatro habilidades básicas según el modelo de Mayer y Salovey (como se cita en Fernández y Extremera, 2005):

La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender las emociones y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. (p. 68)

En definitiva, el término inteligencia emocional se refiere a la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar adecuadamente las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones. Además, encontramos que la inteligencia emocional describe aptitudes complementarias, pero distintas de la inteligencia académica.

Quienes dispongan de estas habilidades emocionales podrán realizar un mejor procesamiento y asimilación de la información emocional producida por los sucesos vitales cotidianos, lo que favorece mayores niveles de bienestar y estrategias de solución de problemas y, por tanto, una regulación emocional más adaptativa (Extremera *et al.*, 2010).

En otras palabras, la inteligencia emocional estaría relacionada con los procesos de afrontar

con éxito las situaciones adversas, además, facilitar las respuestas adecuadas a los diferentes acontecimientos que una persona ha de afrontar en su vida diaria, lo que disminuye las reacciones emocionales desadaptativas, proporciona la experimentación de estados de ánimo positivos y reduce la incidencia de los negativos (Limonero *et al.*, 2012).

La resiliencia junto con la inteligencia emocional son conceptos que poseen relación entre sí, igual de importantes no solo para el manejo de las emociones, sino para el control del estrés, el bienestar y la felicidad. Estos conceptos mantienen el lazo del desarrollo de las competencias socioemocionales con la capacidad y las competencias asociadas a la misma. Los cuales se entrenan e incrementan de manera conjunta en el ámbito educacional (Núñez y Luzarraga, 2017).

Al ser la inteligencia emocional una competencia, existe un uso adecuado de estrategias para obtener una mejora, la cual contribuye a experimentar una mejor resiliencia, por lo tanto, tendrá una incidencia positiva en el bienestar y la salud de las personas (Cejudo *et al.*, 2016).

Además, las dimensiones que componen la inteligencia emocional podrían reducir la frecuencia y la duración de las emociones negativas que aparecen como consecuencia de eventos estresantes o traumáticos.

Burga *et al.* (2016) en su investigación acerca de la relación entre la resiliencia y la inteligencia emocional en pacientes con cáncer, demostraron en los resultados que existe una relación positiva y altamente significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia. En otras palabras, a medida que los pacientes con cáncer de mama evidenciaron mayores niveles de inteligencia emocional, también presentaron mayores niveles de resiliencia.

Por lo tanto, la inteligencia emocional está conectada directamente con la resiliencia, es así como el comportamiento emocionalmente inteligente en circunstancias de estrés es adaptativo, por lo que se considera que la inteligencia emocional es un antecedente de la resiliencia. Las

personas resilientes tienen enfoques optimistas y enérgicos ante la vida y se caracterizan por una alta emocionalidad positiva (Gómez-Díaz y Jiménez-García, 2018).

Finalmente, el desarrollo de la inteligencia emocional es un factor que favorece el crecimiento personal. Según una investigación, hecha con profesionales de atención a personas adultas con exposición a violencia, se demostró que de todos los trabajadores evaluados los que presentaron un nivel de inteligencia emocional elevado eran más resistentes a los niveles de estrés o ansiedad. Lo cual da por resultado que la resiliencia permite a las personas adaptarse a procesos o situaciones adversas, por lo que la inteligencia emocional es importante para mejorar el nivel de desarrollo de la resiliencia (Castro *et al.*, 2018).

Resiliencia en actores

Motta (2015) define al teatro como transformador del enfoque hacia el mundo y forjador de nuevos procesos para relacionarse con este. También hace aportes propios, sacando a los sujetos de su estado de opresión, conociendo herramientas que contribuyen a la formación de su identidad y legitimando los procesos de inclusión.

Su investigación acerca del desarrollo de la resiliencia y las fortalezas de carácter en los actores, la cual se describe desde el ambiente de trabajo de un actor, plantea los retos que este asume para agotar la resiliencia personal. También hace mención a la investigación psicológica apoyada en el desarrollo de la resiliencia y el uso de las fortalezas del carácter para reforzar los recursos psicológicos que aumentan el bienestar frente a la adversidad. Taylor (2014), por su parte, propone que se pueden crear posibles vías para cultivar el bienestar en los actores y así el éxito profesional a largo plazo.

En el libro *The self in performance: autobiographical, self-revelatory, and autoethnographic forms of therapeutic theatre* de Pendizk *et al.* (2016) analizan a estudiantes de

teatro, los cuales expresan inquietudes sobre la falta del autoconocimiento hacia la práctica ética en la creación teatral con respecto la obra escénica. Mencionan que es un proceso de creación teatral ideado en el concepto de cada individuo. Aquí observamos la vulnerabilidad involucrada en esta profesión específica: el teatro.

En un aspecto general, el cine, la escultura, la pintura, el teatro, la danza, entre otras artes, se vuelven un factor de resiliencia, pues nos ayudan a enfrentar y dar nombre a los problemas o los traumas que vivimos, al ayudarnos a reconstruir y transformar lo que se rompió. Cyrulnik, en una conferencia organizada por el Banco de la República de Colombia (Banrepcultural, 2017), menciona, como ejemplo, el proceso de crisis que sufrió Francia en la Segunda Guerra Mundial. El gobierno francés dio potestad a los artistas para que junto con la población iniciaran un proceso de resiliencia por medio de la expresión artística.

Doron (2015) en su investigación puntualiza que en el principio del trabajo y el juego de roles del actor, este apoya y fortalece todos los componentes de la resiliencia. Este estudio, en principio, relata el trabajo del actor, que incluye el cuerpo y la conciencia. El proceso creativo de la actuación teatral conlleva fuerzas terapéuticas inherentes que aportan al desarrollo personal del actor, no solo como la repetición de patrones infantiles o la absorción total en la realidad imaginaria, sino también para hacer frente a su vida personal. Además de que se desarrolla la capacidad de reproducir múltiples identidades y personajes.

Siguiendo esta línea, Doron (2015) describe sobre la técnica del manejo de historias en la improvisación teatral, la cual se relaciona con componentes de afrontamiento y resiliencia. En dicha investigación, se define a la improvisación teatral como un estado de ser y producción de actividad sin planificación previa. Durante las improvisaciones, los participantes experimentan situaciones desconocidas y alteradoras a las que se les exige accionar sin preparación previa, así,

se manejan los conflictos por medio de la atención y la acción. Para improvisar, el participante aporta habilidades de afrontamiento y flexibilidad, y utiliza su intuición que son recuerdos más amplios y profundos de la vida. La improvisación permite un trabajo terapéutico que revela significados, ofrece conductas alternativas que contienen emociones y contribuye al autoconocimiento.

Inteligencia emocional en actores

Uno de los investigadores más renombrados de las artes escénicas es Stanislavski (2009) quien en *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la encarnación* describe no percibir ninguna diferencia entre el pensamiento del actor, la parte física del intérprete, sus ideas, sus emociones o sus deseos.

Debido a esto, el autor ruso tuvo la necesidad de separar, observar e investigar más acerca de los procesos mentales del artista dramático. Es así como su método propuesto se divide en dos partes: una para explicar «el proceso de lo interior» (vivencia), y el otro, «el proceso de lo exterior» (encarnación). En sus palabras, Stanislavski (2009) afirma:

No nos interesan las impresiones fuertes pero pasajeras; no nos satisfacen simplemente las sensaciones visuales y auditivas; nosotros valoramos sobre todo las impresiones emocionales, que se graban para siempre en el espíritu del espectador, que renacen con el recuerdo de los actores que transforman sus papeles en personas auténticas, reales, vivas, que incluyen en el círculo de amigos íntimos, queridos, a los que aprecias y a los que vas a visitar al teatro un año tras otro. (pp. 2-3)

Es importante saber que el proceso de aprender arte dramático constituye una metodología que proviene de la confianza, el afecto y la empatía. Este proceso de reflexión acerca a múltiples realidades, como la comunicación interpersonal, la cual acompaña el proceso de escucha, y engloba o encamina hacia las distintas habilidades sociales (Navarro, 2009).

Anthony (2013) enfatiza en la habilidad natural del actor de recrear situaciones imaginarias

relacionadas con experiencias o situaciones de la vida real. En este proceso pueden ocurrir cambios en la percepción y la comprensión del actor. Este define el proceso dramático como la ejecución del compromiso y la reflexión.

En una investigación acerca del proceso de los actores para la intervención de las emociones en escena, debido a su gran capacidad para generar un estado emocional a pedido, los actores a menudo han sido reclutados para experimentos relacionados con el teatro y el cine (Noice & Noice, 2006).

En dicha investigación descubrieron que los estados afectivos producidos de manera imaginativa resultaban ligeramente superiores al estado neutro. La ansiedad y la felicidad producían mayor inestabilidad y depresión. Esta investigación dio como resultado el despliegue emocional de los actores hacia la realización y el esfuerzo en ejercicios emocionales intensos; fuera y dentro de un contexto teatral.

La teoría de la empatía, y la inteligencia emocional de Goldstein (2009), señala en otro estudio que los actores profesionales informaron diferencias entre sentir empatía por alguien y observar o analizar a la otra persona al mismo tiempo. Los actores muestran y perciben una gran variedad de emociones en el escenario, y pueden hacerlo sin sentirlas realmente. La falta de empatía que los actores sienten al interpretar sus personajes en el teatro las estudian y las desarrollan, pero no logran esto en su vida fuera del escenario o en sus relaciones interpersonales.

Thomson & Jaque (2012) realizan una investigación sobre la relación entre la imaginación y la vulnerabilidad psicológica en actores. En este estudio, se presenta que los actores demostrarían tener una alta autonomía psicológica, con mayor aceptación en el duelo. Sin embargo, muchos de ellos no pudieron mantener la coherencia narrativa cuando discutieron

acerca de sucesos de traumas pasados y pérdidas.

Finalmente, se explica sobre la influencia de la expresión corporal sobre el manejo emocional, en el cual menciona que los individuos no se ven afectados por la continuidad y la influencia de las emociones al realizar ejercicios dramático-corporales. Sin embargo, sí hay cierta variante en cuanto a la vergüenza hacia las acciones que son poco ensayadas o nuevas.

Hipótesis

Existe una correlación positiva y significativa entre la Inteligencia Emocional y Resiliencia en egresados del Conservatorio de Artes Escénicas de la Universidad la Salle en Arequipa.



Capítulo II. Diseño metodológico

Tipo o diseño de investigación

La presente investigación es del tipo no experimental de corte transversal. Aplicamos la metodología no experimental ya que esta se realiza sin manipular voluntariamente las variables. Lo que se busca es encontrar y analizar la problemática tal cual la estamos encontrando en su estado natural, para posteriormente analizarla. Esta investigación también es de corte transaccional o transversal, ya que se recolecta datos en un solo momento, la intención es detallar las variables y analizar su relación en el momento que se está aplicando y se abarca a un solo grupo de personas.

Técnica e instrumentos

La técnica que se utiliza es la encuesta. Los cuestionarios utilizados son la escala de resiliencia para adultos (RSA por sus siglas en inglés) y el inventario de inteligencia emocional BarOn ICE.

El RSA es un cuestionario originalmente creado por Wagnild y Young; se utiliza como instrumento para medir el nivel de resiliencia. El cuestionario cuenta con veinticinco ítems de tipo cerrado, contruidos en la escala tipo Likert de siete alternativas cuya valoración está entre uno (totalmente en desacuerdo) y siete (totalmente de acuerdo). La escala es calificada positivamente, con una puntuación máxima posible de ciento setenta y cinco y una mínima de veinticinco. El instrumento se aplica a adolescentes y adultos, también puede utilizarse en personas mayores. Dicha prueba se puede aplicar de forma individual o colectiva. Tarda aproximadamente unos veinte minutos como tiempo total.

El RSA fue validado por Castillo *et al.* (2016). Se administró a un grupo de 332

participantes, varones (34.3 %) y mujeres (65.7 %) de edades comprendidas entre los diecisiete y sesenta y cuatro años, en la ciudad de Lima. En dicha validación, el RSA obtuvo un coeficiente de alfa de Cronbach de 0.89, este índice es considerado adecuado, lo que hace que este cuestionario sea confiable.

Se puede apreciar que el RSA tiene una confiabilidad estable y buena, dado que en los tres estudios de validación en tres países distintos presenta coeficientes de alfa de Cronbach altos.

El BarOn ICE es un cuestionario creado por Reuven BarOn, que contiene sesenta ítems distribuidos en siete escalas. También incluye una escala que evalúa las respuestas inconscientes. El cuestionario tiene una duración aproximada entre veinte y cincuenta minutos.

El inventario del cociente emocional BarOn ICE fue validado por primera vez por Ugarriza (2001). Se aplicó a una muestra representativa de 1996 sujetos de Lima Metropolitana, varones y mujeres, de quince años y más. Con el cual, se obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach de 0.93, estos índices son considerados adecuados, lo que hace que este cuestionario sea confiable.

Población o muestra

La población de la presente investigación son todos los egresados del CAE de la Universidad La Salle, quienes son hombres y mujeres mayores de edad. Se usa un muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que la investigadora puede acceder a la totalidad de la población. Se considera al total de la población que son una muestra censal de cuarenta egresados, que oscilan entre los dieciocho y los treinta y cinco años.

Estrategia de recolección de datos

Para dicha toma de cuestionarios se cuenta con una relación de egresados del conservatorio, a los cuales se les explica los objetivos del estudio; seguidamente, se les agenda una reunión para concretar la realización de los cuestionarios; y, por último, se califica según la

ficha técnica de cada instrumento para obtener los resultados necesarios. Los resultados son vaciados en una hoja de Excel para crear la base de datos previa. Luego se trabaja con el paquete estadístico SPSS v.25 para responder a los objetivos de la investigación.

Criterios de procesamiento de información

Las variables son trabajadas como cuantitativas. Se utiliza estadística descriptiva para ordenar, resumir y presentar los resultados generales del estudio, además se analizan los datos con estadística inferencial para probar la hipótesis de la investigación como también frecuencias, porcentajes, medidas de tendencia central y de dispersión. Por último, se aplica la prueba de correlación más adecuada según la distribución de datos.

Capítulo III. Resultados

Se presentan los resultados obtenidos con base en la muestral evaluada de cuarenta actores del CAE de la Universidad La Salle, de Arequipa. Se describen los datos, para posteriormente presentar los análisis inferenciales para contrastar la hipótesis planteada.

Tabla 1

<i>Sexo de los participantes</i>		
	n	%
Femenino	27	67.50 %
Masculino	13	32.50%

En la tabla 1 se observa que de los cuarenta actores evaluados, el 67.50 % son mujeres y el 32.50 % son hombres.

Tabla 2

<i>Descriptivo de la edad</i>						
	Femenino		Masculino		Total	
	M	DE	M	DE	M	DE
Edad	26.78	5.60	30.15	5.60	27.88	5.76

Respecto a las edades de los participantes, en la tabla 2 se observa que la edad promedio de las mujeres es 26.78 años (DE = 5.60), mientras que la edad promedio de los varones es de 31.15 años (DE = 5.60). Se observa que la edad promedio de toda la muestra es de 27.88 con una desviación estándar de 5.76.

Tabla 3
Niveles de inteligencia emocional y componentes

	n	%
Componente intrapersonal		
Alto	7	17.50 %
Medio	28	70.00 %
Bajo	5	12.50 %
Componente interpersonal		
Alto	3	7.50 %
Medio	32	80.00 %
Bajo	5	12.50 %
Componente adaptabilidad		
Alto	6	15.00 %
Medio	30	75.00 %
Bajo	4	10.00 %
Componente manejo del estrés		
Alto	4	10.00 %
Medio	28	70.00 %
Bajo	8	20.00 %
Componente estado de ánimo		
Alto	6	15.00 %
Medio	27	67.50 %
Bajo	7	17.50 %
Coeficiente emocional		
Bajo	0	0.00 %
Medio	0	0.00 %
Alto	40	100.00 %

En la tabla 3 se observan los niveles de los componentes de la inteligencia emocional, como el coeficiente emocional total. Se puede apreciar que la mayor cantidad de participantes presentan niveles medios en todos los componentes de la inteligencia emocional. Por el contrario, el 100 % de los participantes tiene un nivel alto de inteligencia emocional. Esta discrepancia se da por los puntajes cuantitativos de la escala, por lo tanto, la suma de todos los

componentes, elevan el puntaje del sujeto, lo que evidencia un alto nivel de inteligencia emocional.

Tabla 4

Niveles de resiliencia y factores

	n	%
Factor competencia personal		
Bajo	0	0.00 %
Alto	40	100.00 %
Factor aceptación de sí mismo		
Bajo	1	2.50 %
Alto	39	97.50 %
Resiliencia		
Bajo	0	0.00 %
Alto	40	100.0 %

En la tabla 4 se presentan los niveles de resiliencia y los factores de esta. Se observa que solo hay un participante que presenta un nivel bajo de «aceptación de sí mismo», mientras que en el otro factor y en la escala total el 100 % de los participantes presentan un nivel alto. En el caso con nivel bajo, se debe mencionar que es probable que su puntaje directo esté cerca del punto de corte, por lo que no se debe interpretar como que tiene una mala «aceptación de sí mismo».

Tabla 5

Media y desviación estándar de las variables y dimensiones

	M	DE
Inteligencia emocional	230.83	27.32
Resiliencia	114.13	13.50
Competencia personal	79.98	10.18
Aceptación de sí mismo	34.15	4.15
Componente intrapersonal	76.20	11.15
Componente interpersonal	58.80	5.57

Componente adaptabilidad	33.90	5.84
Componente manejo del estrés	28.00	5.20
Componente estado de ánimo	33.93	5.58

Por otro lado, en la tabla 5 se observan los promedios y las desviaciones estándar de las variables estudiadas y de sus dimensiones asociadas. Se puede observar que el promedio de inteligencia emocional es de 230.83 (DE = 27.32) lo que indica que, en promedio, los participantes presentan puntajes elevados. Del mismo modo, el promedio de la resiliencia es de 114.13 (DE = 13.50) que indicaría que los participantes, en promedio, tienen puntajes elevados de resiliencia. Los promedios de los factores de resiliencia, competencia personal (M= 79.98, DE = 10.18) y aceptación de sí mismo (M = 34.15, DE = 4.15) están por encima del punto medio del rango de puntajes, por lo que se puede indicar que los participantes tienen puntajes elevados en resiliencia. De igual manera, los promedios obtenidos en los componentes de inteligencia emocional muestran que los participantes tienden a obtener puntajes ligeramente elevados.

Tabla 6

Pruebas de normalidad Shapiro-Wilk (S-W) y Kolmogorov-Smirnov (K-S)

	S-W	p	K-S	p
Inteligencia emocional	0.972	0.402	0.098	0.841
Resiliencia	0.979	0.640	0.116	0.650
Competencia personal	0.972	0.425	0.122	0.595
Aceptación de sí mismo	0.975	0.513	0.099	0.828
Componente intrapersonal	0.970	0.357	0.112	0.700
Componente interpersonal	0.976	0.539	0.091	0.897
Componente adaptabilidad	0.944	0.047	0.128	0.533
Componente manejo del estrés	0.977	0.586	0.060	0.999
Componente estado de ánimo	0.945	0.051	0.154	0.302

En la tabla 6 se aprecian las pruebas de normalidad de las variables estudiadas y sus

dimensiones. Para asumir la normalidad de la distribución de los datos, el p-valor asociado debe ser mayor a 0.05 ($p > .05$). Se puede observar que según la prueba de Shapiro-Wilk solo una variable no está normalmente distribuida ($p < .05$), la cual es el «componente adaptabilidad». Sin embargo, el estadístico de contraste de Shapiro-Wilk es elevado ($S-W = 0.944$) por lo que se puede asumir normalidad. A modo de contraste, por las contradicciones de los autores de la cantidad de muestra requerida para realizar la prueba de Shapiro-Wilk, se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual indica que la variable «componente adaptabilidad» está normalmente distribuida ($p > .05$). Se puede asumir que los datos recolectados están distribuidos normalmente, por lo que se utilizan pruebas estadísticas paramétricas.

Tabla 7

Comparación por sexo de los componentes de inteligencia emocional y resiliencia

	Femenino		Masculino		t	p
	M	DE	M	DE		
Competencia personal	79.59	10.62	80.77	9.55	-0.352	0.728
Aceptación de sí mismo	34.59	3.53	33.23	5.26	0.846	0.409
Componente intrapersonal	74.41	11.01	79.92	10.92	-1.492	0.149
Componente interpersonal	57.78	5.19	60.92	5.94	-1.633	0.117
Componente adaptabilidad	32.96	6.41	35.85	3.98	-1.743	0.090
Componente manejo del estrés	27.56	5.44	28.92	4.72	-0.816	0.422
Componente estado de ánimo	33.30	5.72	35.23	5.26	-1.058	0.300

En la tabla 7 se observan las comparaciones de las variables y sus dimensiones entre hombres y mujeres. Se puede observar que en lo que respecta a la «competencia personal» los hombres presentan puntajes levemente más elevados ($M = 80.77$, $DE = 9.55$) que las participantes mujeres ($M = 79.59$, $DE = 10.62$), aunque esta diferencia no es significativa ($t = -$

0.352, $p = 0.728$). En lo que respecta al factor de «aceptación de sí mismo», los participantes varones presentan puntajes levemente disminuidos ($M = 33.23$, $DE = 5.26$), en comparación con las mujeres ($M = 34.59$, $DE = 3.53$), aunque la diferencia no es significativa ($t = 0.846$, $p = .409$).

Por otro lado, se observa que en el «componente intrapersonal», los varones presentan puntajes más elevados ($M = 79.92$, $DE = 10.92$) que las mujeres ($M = 74.41$, $DE = 11.01$), aunque la diferencia no es significativa ($t = -1.492$, $p = .149$). Del mismo modo, los participantes varones presentaron puntajes más elevados ($M = 60.92$, $DE = 5.94$) que las participantes mujeres ($M = 57.78$, $DE = 5.19$) en lo que respecta al «componente interpersonal», aunque la diferencia no es significativa ($t = -1.633$, $p = .117$). En lo referente al «componente adaptabilidad», los participantes varones presentan puntajes más elevados ($M = 35.85$, $DE = 3.98$) que las mujeres ($M = 32.96$, $DE = 6.41$), aunque la diferencia no es significativa ($t = -1.743$, $p = .090$). Respecto al «componente manejo del estrés», los participantes varones presentan puntajes elevados ($M = 28.92$, $DE = 4.72$) en comparación con las mujeres ($M = 27.56$, $DE = 5.44$), aunque la diferencia no es significativa ($t = -0.816$, $p = .422$). Por último, en lo referente al «componente estado de ánimo» los varones presentan puntajes más elevados ($M = 35.23$, $DE = 5.26$) que las participantes mujeres ($M = 33.30$, $DE = 5.72$), sin embargo, esta relación tampoco es significativa ($t = -1.058$, $p = .300$).

Tabla 8

Comparación por sexo de inteligencia emocional y resiliencia

	Femenino		Masculino		t	p
	M	DE	M	DE		
Inteligencia emocional	226.00	26.93	240.85	26.33	-1.658	0.110
Resiliencia	114.19	13.58	114.00	13.90	0.040	0.969

Al realizar las comparaciones de las variables principales se puede observar que los participantes varones presentan puntajes más elevados ($M = 240.85$, $DE = 26.33$) que las participante mujeres ($M = 226.00$, $DE = 26.93$), sin embargo, nuevamente, esta diferencia no es estadísticamente significativa ($t = -1.658$, $p = .110$). En lo que respecta a la resiliencia el promedio de los participantes varones es prácticamente el mismo ($M = 114.00$, $DE = 13.90$) que las participantes mujeres ($M = 114.19$, $DE = 13.58$), la diferencia no es significativa ($t = 0.040$, $p = .969$).

Tabla 9

Correlación entre dimensiones de resiliencia e inteligencia emocional

	Competencia personal	Aceptación de sí mismo
Componente intrapersonal	0.184	0.179
Componente interpersonal	0.157	0.038
Componente adaptabilidad	0.239	0.096
Componente manejo del estrés	0.095	-0.087
Componente estado de ánimo	0.204	0.286*

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$; a una cola

En la tabla 9 se observa la correlación de Pearson, unilateral, entre los factores de la resiliencia y los componentes de la inteligencia emocional. Se puede apreciar que la única relación significativa es la existente entre la «aceptación de sí mismo» y el «componente estado de ánimo» ($r = .286$, $p < .05$).

Tabla 10

Correlación resiliencia con los componentes de inteligencia emocional

	Resiliencia
Componente intrapersonal	0.193
Componente interpersonal	0.130
Componente adaptabilidad	0.210
Componente manejo del estrés	0.045
Componente estado de ánimo	0.242

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$; a una cola

Por otro lado, en la tabla 10 se observa la correlación entre la resiliencia en general y los componentes de la inteligencia emocional. Se observa que los componentes independientes de la inteligencia emocional no muestran relaciones estadísticamente significativas con la resiliencia.

Tabla 11

Correlación de inteligencia emocional y factores de resiliencia

	Inteligencia emocional
Competencia personal	0.218
Aceptación de sí mismo	0.143

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$; a una cola

Del mismo modo, en la tabla 11 se aprecia la correlación entre la inteligencia emocional y los factores de la resiliencia, no se observan correlaciones estadísticamente significativas.

Tabla 12

Correlación entre resiliencia e inteligencia emocional

Inteligencia emocional

Resiliencia	0.20 8
-------------	-----------

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$; a una cola

Por último, en lo referente a la correlación entre la inteligencia emocional y la resiliencia, se puede observar que el coeficiente de correlación es de .208, lo que muestra una correlación con dirección positiva. Sin embargo, esta correlación no es estadísticamente significativa ($p > .05$).

Discusión

Para el presente estudio se planteó la hipótesis de que a mayor inteligencia emocional hay mayor resiliencia en egresados del CAE de la Universidad La Salle, de Arequipa. Los resultados que se obtuvieron indican que la inteligencia emocional tiene una relación con tendencia positiva a la resiliencia. Sin embargo, esta relación no es estadísticamente significativa, por lo que se rechaza la hipótesis.

Esta discrepancia se da por los puntajes cuantitativos de la escala, la población muestra una elevada inteligencia emocional, podría imaginarse que esta es un factor más desarrollado en el trabajo actoral; así como determinan Tony Noice y Helga Noice (2010), los actores utilizan distintas herramientas o estrategias para poder interpretar la psicología del personaje. No obstante, estos valores dependen del porcentaje o el tamaño de la muestra cuando son grupos generalmente pequeños (Ugarriza, 2001).

Según la media y las desviaciones estándares se puede observar que el promedio de inteligencia emocional presenta puntajes elevados. Del mismo modo, el promedio total de la resiliencia, además los promedios de los factores de esta variable como la «competencia personal» y la «aceptación de sí mismo» están por encima del punto medio del rango de puntajes, por lo que se puede indicar que los participantes tienen puntajes elevados en resiliencia.

Debido a la relación de la inteligencia emocional con la «competencia personal» y la «aceptación de sí mismo» se le atribuye la concepción de «catarsis», la cual visualizamos en la *Poética* de Aristóteles. El autor dispone al actor haciendo uso del reconocimiento de las emociones y lo corporal.

Se observan también las comparaciones de las variables y sus dimensiones entre los hombres y las mujeres. Se puede observar que en lo que respecta a la «competencia personal» los

hombres presentan puntajes levemente más elevados que las participantes mujeres, no obstante, esta diferencia no es significativa. Dichos resultados no significativos son atribuidos generalmente al desarrollo de distintos factores: educación, biológicos, etc., los cuales normalmente moldean los factores de competencias emocionales (Palomino y Almenara, 2009).

En lo que respecta al factor de aceptación de sí mismo, los participantes varones presentan puntajes levemente disminuidos en comparación con las mujeres, aunque la diferencia no es significativa. Esto corrobora la investigación de Galindo (2017), en donde detalla que los estudiantes de arte dramático, en comparación con las mujeres y con otros artistas evaluados, obtuvieron un mayor nivel de inestabilidad e inseguridad emocional.

Del mismo modo, los participantes varones presentaron puntajes más elevados que las participantes mujeres en lo que respecta al «componente interpersonal», «adaptabilidad», «manejo del estrés» y «estado de ánimo». Esto corresponde a factores de cómo relacionarse adecuadamente y la capacidad de reconocer y reaccionar ante el humor; ello está ligado al temperamento y las emociones de los otros, aunque esta diferencia no es significativa. Sin embargo, justificamos estos resultados ya que el estrés en las mujeres en todo campo laboral ha sido una responsabilidad fundamentada en el rol de género socializado, la adaptabilidad y el humor artístico de las actrices. Esto se manifiesta en nuestro contexto cultural en la exposición y la exageración de sus roles en la sociedad (Imaz y Antzerki, 2019).

Al realizar las comparaciones de las variables principales se puede observar que los participantes varones presentan puntajes más elevados que las participantes mujeres, sin embargo, esta diferencia no es estadísticamente significativa. En lo que respecta a la resiliencia, el promedio de los participantes varones es prácticamente el mismo que las participantes mujeres, siendo la diferencia no significativa. Este resultado puede deberse a la población

específica del estudio, ya que se trata de futuros profesionales en un ámbito artístico, en el que tanto los hombres como las mujeres deben de ser capaces de tener un buen control de la inteligencia emocional y la resiliencia.

En la tabla 9 se observa la correlación entre los factores de la resiliencia y los componentes de la inteligencia emocional. Se puede apreciar que la única relación significativa es la existente entre el «componente aceptación de sí mismo» y el «componente estado de ánimo».

Por último, en la correlación entre la inteligencia emocional y la resiliencia, se observa que el coeficiente de correlación muestra una correlación positiva. Sin embargo, esta no es estadísticamente significativa, dichos resultados pueden deberse a que la muestra evaluada ha sido escasa. Podría decirse que las distintas edades de los participantes son factores que podrían influir en los resultados. La resiliencia en jóvenes y adultos determina que puede ser una limitación el estudio en cuanto a la edad de los estudiantes, lo que implica precaución con respecto a la generalización de los resultados (International Journal of Testing, 2001).

En relación con el sexo y la edad, Ugarriza (2001) menciona que evaluó a sujetos jóvenes mayores de quince años, en donde se observan diferencias no significativas, esto debido a la naturaleza homogénea y compleja de la inteligencia emocional.

Hemos podido valorar una óptima inteligencia emocional, en relación con la resiliencia, aunque tenemos una percepción de puntuaciones cuyas diferencias no son significativas. Según Grotowsky (como se cita en Zarapico, 2017) el actor en la práctica debería atender a tres aspectos: en primer lugar, dominar la técnica y la física del cuerpo; en segundo lugar, la búsqueda de emociones y las sensaciones que el cuerpo no acostumbra a transitar; y, en tercer lugar, el ataque específico a los rasgos observables en el cuerpo físico, abordándolo con honestidad y virtud. Sin embargo, al no haber diferencias reales entre la inteligencia emocional y

la resiliencia nos propone la necesidad de buscar y abrir nuevas investigaciones al campo psicológico teatral en nuestra ciudad.



Conclusiones

Primero. Se determina que existe una óptima relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia. Sin embargo, esta no es estadísticamente significativa.

Segundo. Se establece que el nivel de inteligencia emocional posee un nivel alto.

Tercero. Se evidenció, que, en la totalidad de la población evaluada, el nivel de resiliencia es de nivel alto.

Cuarto. Se hallaron, puntajes más elevados en los participantes varones a diferencia de las mujeres, en el nivel de inteligencia emocional, no siendo estadísticamente significativo.

Quinto. Se hallaron en participantes varones niveles dominantes de resiliencia a diferencia de las participantes mujeres, siendo este resultado no significativo.

Sugerencias

- Primera. Continuar investigando sobre la inteligencia emocional y la resiliencia en actores, pero bajo diferentes condiciones como un mayor número de muestra, y sumando nuevas variables como años de experiencia del actor u otros elementos.
- Segunda. Ampliar en la malla curricular de formación actoral, con capacitaciones, cursos, talleres para desarrollar en los docentes y los estudiantes los componentes de la inteligencia emocional. Además, fomentar los talleres teatrales para el desarrollo de la resiliencia, en los componentes como «componente intrapersonal», «componente interpersonal», «componente adaptabilidad», «componente manejo del estrés», «componente estado de ánimo».
- Tercera. Ahondar la investigación correlacional en los demás factores entre la inteligencia emocional y la resiliencia, aparte de «aceptación de sí mismo» y «estado de ánimo», para verificar si existe una relación estadísticamente significativa.
- Cuarta. Profundizar en la investigación de las artes escénicas como herramientas psicodramáticas, para el fortalecimiento de la salud física y mental.

Limitaciones

El Conservatorio de Artes Escénicas de la Universidad La Salle, de Arequipa, al tener poco tiempo de inaugurado posee poco alumnado. Al momento de revisar las características de la muestra se encontró que tenían rangos de edades muy desiguales. Al ser una muestra pequeña no se puede generalizar los resultados.

Debido al tiempo de la investigación no se pudo recoger los datos con diferentes técnicas, a parte de la usada. El usar diferentes técnicas de recojo de datos nos permite tener resultados más confiables.

Por último, no se logró tomar en cuenta o controlar algunas variables externas que han podido influir en los resultados finales. Por ejemplo, la experiencia de los actores en la práctica de este oficio, o si poseen otros grados de instrucción académica, que pueden ser indicadores a tomar en cuenta.

Referencias

- Anthony, K. A. (2013). *Process drama: a medium for creating a hospitable space for learning through reverent listening*. [Thesis for the Degree of Master of Arts, University of Nebraska, Lincoln], Department of Teaching, Learning and Teacher Education. <https://digitalcommons.unl.edu/teachlearnstudent/>
- Asociación Americana de Psicología. (2011). *El camino hacia la resiliencia* <https://www.apa.org/centrodeapoyo/resiliencia-camino.aspx>
- Banrepcultural. (2017, 23 de junio). *Conferencia Boris Cyrulnik: resiliencia y arte, los relatos del trauma* [Video] YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=6CC_g157QL0
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características, utilidad y conceptos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), pp. 125-146. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.4024>
- Burga, I., Sánchez, T., y Jaimes, J. (2016). Inteligencia emocional y resiliencia en pacientes con cáncer de mama en un hospital de EsSalud de Lima. *Revista de Investigación Apuntes Psicológicos*, 1(2), pp. 9-16.
- Castro, L., De León, C., Acevedo, J., y Ramírez, C. (2018). Resilience processes, engagement and emotional competencies, in professionals attending elder people in violence situations in Saltillo, Coahuila and Monterrey, Nuevo León, México. *Actualidades en Psicología*, 32(125), pp. 33-50. <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v32i125.32528>
- Cejudo, J., López-Delgado, M. L., y Rubio, J. (2016). Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción de vida en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología*, 46, pp. 51-57. <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.07.001>
- Cyrulnik, B. (2002). *Los patitos feos; la resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Gedisa.
- Doron, M. (2015). «To be on stage means to be alive». Theater work with education undergraduates as a promoter of students mental resilience. *Procedia, Social and Behavioral Sciences*, 209, pp.161-166. [10.1016/j.sbspro.2015.11.272](https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.11.272)
- Extremera, N., Duran, A., y Rey, L. (2010). Recursos personales, síndrome de estar quemado por el trabajo y sintomatología asociada al estrés en docentes de enseñanza primaria y secundaria. *Ansiedad y Estrés*, 16(1), pp. 47-60.

- Fernández, P., y Extremera, N. (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), pp. 63-93.
- Forés, A., y Grané, J. (2008). *Crece desde la adversidad*. Plataforma Editorial.
- Galindo, D. (2017). *Inteligencia emocional y personalidad de los alumnos de arte dramático ¿qué los define como actores y directores?* [Tesis de doctorado, Universidad de Murcia] Tesis Doctorals en Xarxa. <http://hdl.handle.net/10803/336667>
- Gardner, H. (2001). *Estructuras de la mente: la teoría de las inteligencias múltiples*. Fondo de Cultura Económica.
- Goldstein, T., & Wu, K. (2009). Actors are skilled in theory of mind but not empathy. *Imagination, Cognition and Personality*, 29, pp. 115-133. 10.2190/IC.29.2.c
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Kairós.
- Gómez, G., y Rivas, M. (2017). Resiliencia académica, nuevas perspectivas de interpretación del aprendizaje en contextos de vulnerabilidad social. *Calidad en la Educación*, (47), pp.215-233. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-45652017000200215>
- Gómez-Díaz, M., y Jiménez-García, M. (2018). Inteligencia emocional, resiliencia y autoestima en personas con discapacidad física y sin discapacidad. *Enfermería Global*, 17(2), pp. 263-283. <https://doi.org/10.6018/eglobal.17.2.291381>
- Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit*. Bernard van Leer Foundation.
- Grotberg, E. (2002). *Resiliencia descubriendo sus propias fortalezas*. Paidós.
- Imaz, V., y Antzerki, O. (2019). *Género y humor*. Escuela para la Igualdad y el Empoderamiento de las Mujeres.
- International Journal of Testing. (2001). The resilience scale for adults, construct, validity and measurement in a Belgian Sample. *International Journal of Testing*, 11(1), pp. 53-70. 10.1080/15305058.2010.508570
- Kotliarenco A., y Cáceres, I. (2013). Resiliencia y apego. En Roizblatt, A. *Terapia familiar y de pareja* (pp. 411-418). Mediterráneo.
- Limonero, J., Tomás-Sábado, J., Fernández-Castro, J., Gómez-Romero, M. J., y Ardilla-Herrero, A. (2012). Estrategias de afrontamientos resilientes y regulación emocional: predictores de satisfacción con la vida. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 20(1), pp. 183-

196.

- Motta, L. (2015). *Proceso formativo teatral para la resiliencia. El caso de la asociación Asomujer y Trabajo*. [Tesis de pregrado, Universidad Pedagógica Nacional] Repositorio Institucional UPN. <http://hdl.handle.net/20.500.12209/1204>
- Navarro, R. (2009). Drama y educación en Inglaterra: una mirada a través de algunos de sus protagonistas. *Creatividad y Sociedad*, (14), pp. 1-21.
- Noice, H., & Noice, T. (2006). What studies of actors and acting can tell us about memory and cognitive functioning. *Current Directions in Psychological Science*, 15(1), pp. 14- 18. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2006.00398.x>
- Noice, T., & Noice, H. (2010). The expertise of professional actors: a review of recent research. *High Ability Studies*, 13. pp. 9-17. <https://doi.org/10.1080/13598130220132271>
- Núñez, J. y Luzarraga, J. (2017, 4 de mayo). Relación entre resiliencia e inteligencia emocional. Implicaciones en el desarrollo de competencias socioemocionales. *Campus Educación Revista Digital Docente*. <https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/relacion-resiliencia-e-inteligencia-emocional/>
- Palomino, P., y Almenara, C. (2009). Inteligencia emocional en estudiantes de comunicación: estudio comparativo bajo el modelo de educación por competencias. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), pp. 1-16.
- Pendizk, S., Emunah, R., & Read, D. (eds.). (2016). *The self in performance: autobiographical, self-revelatory, and autoethnographic forms of therapeutic theatre*. Palgrave Macmillan.
- Saavedra, E., y Villalta, M. (2008). Medición de las características resiliente, en un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. *Liberabit*, 14, pp.3-40.
- Stanislavski, K. (2009). *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la encarnación*. Alba Editorial.
- Taylor, L. (2014). *Acting strengths: the development of resilience and character strengths in actors* [Master of Applied Positive Psychology, University of Pennsylvania]. ScholarlyCommons https://repository.upenn.edu/mapp_capstone/70
- Thomson, P., & Jaque, V. (2012). Holding a mirror up to nature: psychological vulnerability in actors. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 6(4), pp. 361-369. [10.1037/a0028911](https://doi.org/10.1037/a0028911)
- Trujillo, M., y Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional.

Innovar, 15(25), pp. 9-24.

Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*, (4), pp. 129-160.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118178005>

Zarapico, J. G. (2017). Interpretación e inteligencia emocional. *Arteterapia Escénica*.



Anexos

Anexo 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO

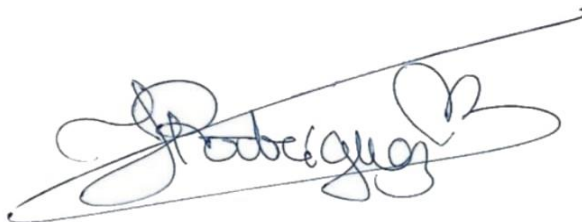
LA COORDINADORA DEL CONSERVATORIO DE ARTES ESCENICAS
DE LA UNIVERSIDAD LA SALLE DE AREQUIPA

HACE CONSTAR QUE:

La Srta. **ESTEFANI BENGOA URIZAR**, alumna egresada del Conservatorio de Artes Escénicas de esta Universidad, ha sido autorizada para la aplicación de Pruebas Psicológicas en alumnos egresados de este Conservatorio, con la finalidad que sus resultados sean parte la investigación de su Tesis Profesional denominada **“RESILIENCIA E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EGRESADOS DEL CONSERVATORIO DE ARTES ESCENICAS DE LA UNIVERSIDAD LA SALLE DE AREQUIPA”**, que fuera sustentada en la Facultad de Psicología de la Universidad Católica Santa María de Arequipa. Y, habiendo cumplido con el Informe de la Investigación de manera satisfactoria y de gran utilidad para nuestra Institución.

Se otorga este documento, a solicitud de la interesada para los fines que estime conveniente.

Arequipa, 15 de octubre del 2021.



JIMENA RODRIGUEZ MOSCOSO
DIRECTORA DEL CONSERVATORIO DE ARTES ESCENICAS DE LA UNIVERSIDAD LA
SALLE AREQUIPA

Anexo 2: Escala de resiliencia para adultos RSA

Instrucciones A continuación, se les presentará una serie de frases a las cuales usted responderá. No existen respuestas correctas ni incorrectas; estas tan solo nos permitirán conocer su opinión personal sobre sí mismo(a).		Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	De acuerdo		En desacuerdo	Muy de des acuerdo	Totalmente en desacuerdo
1.	Cuando planeo algo lo realizo							
2.	Generalmente me las arreglo de una manera u otra							
3.	Dependo más de mí mismo(a) que de otras personas							
4.	Es importante para mí mantenerme interesado(a) en las cosas							
5.	Puedo estar solo(a) si tengo que hacerlo							
6.	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas al mismo tiempo							
7.	Usualmente ver las cosas a largo plazo							
8.	Soy amigo(a) de mí mismo(a)							
9.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo							
10.	Soy decidido(a)							
11.	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo							
12.	Tomo las cosas uno por uno							
13.	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente							
14.	Tengo autodisciplina							

Anexo 3: Inventario de inteligencia emocional de BarOn ICE

Versión abreviada adaptada por Nelly Ugarriza

INSTRUCCIONES

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permite hacer una descripción de usted. Lea cada una de las frases y seleccione **UNA** de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para usted. Hay cinco respuestas por cada frase.

1. Rara vez o nunca es mi caso

2. Pocas veces es mi caso

3. A veces es mi caso

4. Muchas veces es mi caso

5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

Marque con un aspa sobre el número que corresponde su elección.

Si alguna de las frases no tiene que ver usted, igualmente responda teniendo en cuenta como se sentiría, pensaría o actuaría si estuviera en esa situación. Notará que algunas frases no le proporcionan toda la información necesaria; aunque no esté seguro(a) seleccione la respuesta más adecuada para usted. No hay respuestas “correctas” o “incorrectas”, ni respuestas “buenas” o “malas”. Responda honesta y sinceramente de acuerdo a cómo es, **NO** como le gustaría ser, ni como le gustaría que otros lo vieran. No hay límite de tiempo, pero por favor trabaje con rapidez y asegúrese de responder a **TODAS** las oraciones.

- | | |
|--|-----------|
| 1. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida. | 1 2 3 4 5 |
| 2. Es duro para mí disfrutar de la vida. | 1 2 3 4 5 |
| 3. Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables. | 1 2 3 4 5 |
| 4. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos. | 1 2 3 4 5 |
| 5. Me siento seguro (a) de mí mismo (a) en la mayoría de situaciones. | 1 2 3 4 5 |
| 6. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas. | 1 2 3 4 5 |
| 7. Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella. | 1 2 3 4 5 |
| 8. Me gusta ayudar a la gente. | 1 2 3 4 5 |
| 9. Cuando trabajo con otros, tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías. | 1 2 3 4 5 |
| 10. Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago. | 1 2 3 4 5 |
| 11. En general, me resulta difícil adaptarme. | 1 2 3 4 5 |
| 12. Soy una persona bastante alegre y optimista. | 1 2 3 4 5 |
| 13. Prefiero que otros tomen decisiones por mí. | 1 2 3 4 5 |
| 14. Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso. | 1 2 3 4 5 |
| 15. He logrado muy poco en los últimos años. | 1 2 3 4 5 |
| 16. Cuando estoy enojado (a) con alguien se lo puedo decir. | 1 2 3 4 5 |
| 17. Me resulta fácil hacer amigos (as). | 1 2 3 4 5 |
| 18. Soy impulsivo (a), y eso me trae problemas. | 1 2 3 4 5 |
| 19. Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas. | 1 2 3 4 5 |
| 20. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar. | 1 2 3 4 5 |
| 21. A la gente le resulta difícil confiar en mí. | 1 2 3 4 5 |
| 22. Estoy contento (a) con mi vida. | 1 2 3 4 5 |
| 23. Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo (a). | 1 2 3 4 5 |
| 24. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos. | 1 2 3 4 5 |

- | | |
|--|-----------|
| 25. Mis amigos me confían sus intimidades. | 1 2 3 4 5 |
| 26. No me siento bien conmigo mismo (a). | 1 2 3 4 5 |
| 27. Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor. | 1 2 3 4 5 |
| 28. Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento | 1 2 3 4 5 |
| 29. Soy una persona divertida. | 1 2 3 4 5 |
| 30. Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo. | 1 2 3 4 5 |
| 31. Me importa lo que puede sucederle a los demás. | 1 2 3 4 5 |
| 32. Me deprimó. | 1 2 3 4 5 |
| 33. Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles. | 1 2 3 4 5 |
| 34. En general me siento motivado (a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles. | 1 2 3 4 5 |
| 35. Me siento feliz con el tipo de persona que soy. | 1 2 3 4 5 |
| 36. Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar. | 1 2 3 4 5 |
| 37. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana. | 1 2 3 4 5 |
| 38. Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado (a). | 1 2 3 4 5 |
| 39. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes. | 1 2 3 4 5 |
| 40. Soy capaz de respetar a los demás. | 1 2 3 4 5 |
| 41. Prefiero seguir a otros que ser líder. | 1 2 3 4 5 |
| 42. Disfruto de las cosas que me interesan. | 1 2 3 4 5 |
| 43. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas. | 1 2 3 4 5 |
| 44. Soy impulsivo (a). | 1 2 3 4 5 |
| 45. Me resulta difícil cambiar mis costumbres. | 1 2 3 4 5 |
| 46. Considero que es muy importante ser un (a) ciudadano (a) que respeta la ley. | 1 2 3 4 5 |
| 47. En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas. | 1 2 3 4 5 |
| 48. Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles. | 1 2 3 4 5 |
| 49. Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten. | 1 2 3 4 5 |
| 50. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza. | 1 2 3 4 5 |
| 51. Los demás opinan que soy una persona sociable. | 1 2 3 4 5 |
| 52. Estoy contento (a) con la forma en que me veo. | 1 2 3 4 5 |
| 53. Me gusta divertirme. | 1 2 3 4 5 |
| 54. Me parece que necesito de los demás más de los que ellos me necesitan. | 1 2 3 4 5 |
| 55. Intento no herir los sentimientos de los demás. | 1 2 3 4 5 |
| 56. No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida. | 1 2 3 4 5 |
| 57. No mantengo relación con mis amistades. | 1 2 3 4 5 |
| 58. Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo (a). | 1 2 3 4 5 |
| 59. Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente | 1 2 3 4 5 |
| 60. Si me viera obligado (a) a dejar mi casa actual, me sería fácil adaptarme nuevamente. | 1 2 3 4 5 |