



Relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales

Yulisa Del Carmen Montiel Medrano - ID - 000675655

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

27 abril de 2023

Relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales

Yulisa Del Carmen Montiel Medrano - ID - 000675655

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor

Germán Arley Baena Vallejo

Psicólogo y Magister en Paz, Desarrollo y Ciudadanía

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

27 abril de 2023

**Contenido**

Introducción .....	7
Planteamiento del problema .....	9
Antecedentes de investigación .....	15
Justificación .....	20
Marco teórico.....	25
Teoría cognitiva conductual .....	25
Inteligencia Emocional .....	25
Inteligencia emocional desde la teoría de Peter Salovey Y John Mayer.....	26
Inteligencia emocional desde Daniel Goleman.....	26
Marco conceptual .....	27
Emoción:.....	27
Adolescencia: .....	29
Procesos cognitivos:.....	30
Conductas de riesgo:.....	32
Objetivos .....	33
Objetivo general.....	33
Objetivos específicos.....	33
Metodología .....	34
Postura epistemológica.....	34
Estrategia metodológica .....	34

Participantes .....	35
Técnicas de recolección de la información .....	36
Procedimiento y análisis de la información .....	37
Consideraciones éticas.....	39
Resultados y discusión .....	40
Las problemáticas de la cotidianidad del adolescente .....	40
Inteligencia Emocional y adolescencia.....	43
Conductas de riesgo experimentadas por los adolescentes.....	47
Relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo .....	49
Conclusiones .....	51
Referencias.....	54

## Resumen

El objetivo de este trabajo fue identificar la relación entre la inteligencia emocional y las conductas de riesgo, según las experiencias de un grupo de adolescentes. Para esto, se tomaron en cuenta 10 participantes habitantes del barrio de Aranjuez en Medellín, con edades entre los 14 y los 17 años. Se llevó a cabo un estudio de caso mediante dos grupos focales, en los cuales se identificaron las principales situaciones que los adolescentes perciben como problemáticas, como las proyecciones sobre su futuro o la interacción con los demás, y cómo influyen las emociones en estas situaciones.

Se encontró que la forma en que los adolescentes gestionan las emociones tiene un papel fundamental a la hora de adquirir o no una conducta de riesgo. Asimismo, las conductas que manifiestan haber experimentado los participantes están relacionadas con conductas suicidas, como autolesiones, ideaciones e intentos de suicidio.

Del estudio anterior se pudo concluir que las conductas de riesgo están fuertemente ligadas a la inteligencia emocional, debido a que las variaciones en ésta pueden influir a la hora de adquirir una conducta de riesgo en adolescentes, o convertirse en un factor protector frente a ellas.

Palabras clave: inteligencia emocional, adolescentes, conductas de riesgo.

## Abstrat

The objective of this study was to identify the relationship between emotional intelligence and risk behaviors based on the experiences of a group of adolescents. For this purpose, 10 participants from the Aranjuez neighborhood in Medellín, aged between 14 and 17 years old, were included. A case study was conducted using two focus groups to identify the main situations that adolescents perceive as problematic, such as their future prospects or interactions with others, and how emotions influence these situations.

It was found that the way adolescents manage their emotions plays a crucial role in whether or not they engage in risky behaviors. Additionally, the reported behaviors experienced by the participants were associated with suicidal behaviors, such as self-harm, suicidal ideation, and suicide attempts.

Based on the above study, it can be concluded that risk behaviors are strongly linked to emotional intelligence. Variations in emotional intelligence can influence the acquisition of risky behaviors in adolescents or serve as protective factors against them.

Keywords: emotional intelligence, adolescents, risk behaviors.

## Introducción

En esta investigación se parte de las vivencias que tiene un grupo de adolescentes en relación a la inteligencia emocional y las conductas de riesgo a las cuales han estado expuestos. Se describe la etapa evolutiva por la que están pasando los participantes (la adolescencia), en la cual se presentan numerosos cambios físicos, cognitivos y psicosociales. Entre estos cambios se encuentran la búsqueda de identidad y la toma de decisiones, las cuales están influenciadas de alguna manera por las emociones. Con base en esto, el presente trabajo aborda cómo se percibe la inteligencia emocional en relación con las conductas de riesgo, a través del relato experiencial de un grupo de adolescentes.

Todo lo anteriormente mencionado se constata en los apartados de esta investigación que abordan el planteamiento del problema, la justificación y los antecedentes investigativos. En estos apartados se expone una perspectiva sobre lo mencionado anteriormente.

En el presente estudio se realizó un análisis sobre la inteligencia emocional en relación a las conductas de riesgo en un grupo de diez adolescentes pertenecientes al barrio de Aranjuez. Para esto, se abordaron categorías como las situaciones cotidianas que pueden percibirse como problemáticas, la inteligencia emocional en sus cinco esferas planteadas por Daniel Goleman, las conductas de riesgo a las cuales se han expuesto los participantes de este grupo, y la relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo mencionadas anteriormente. Se reconoce que estas características permiten un mejor enfoque y una visión amplia de la subjetividad de estos adolescentes, así como de los factores relevantes para su desarrollo interpersonal e intrapersonal.

Este estudio se fundamenta en bases teóricas y conceptuales para facilitar la comprensión de los conceptos relacionados con la etapa de la adolescencia, la emoción, la conducta de riesgo y la inteligencia emocional. Una vez que se ha obtenido claridad sobre cada uno de estos conceptos, se establecieron los objetivos de investigación y las categorías en las que se enfocaría cada uno de ellos.

Esto permitió orientar el trabajo de investigación y responder a la pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo, según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez en Medellín, en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales?

Para la recolección, interpretación y análisis de la información obtenida en el estudio, se tomó como base fundamental el paradigma constructivista, el cual se adapta de mejor manera a los objetivos ya mencionados, desde un marco interpretativo hermenéutico; para ello se realizó un estudio de caso, implementando la estrategia de grupo focal, esta información se encuentra construida de forma más amplia en el apartado "metodología" presente en esta investigación donde también se hace una descripción de los participantes y las consideraciones éticas tenidas en cuenta.

En el apartado de resultados y discusión, se presenta la forma en que se dividieron los apartados que hacen referencia a cada una de las categorías abordadas en los grupos focales. Se comienza por analizar las diferentes situaciones que los adolescentes pueden percibir como difíciles o problemáticas, ya sea en relación a ellos mismos o en su interacción con los demás. Estas situaciones incluyen proyecciones hacia el futuro, rendimiento académico, manejo de emociones, toma de decisiones y la influencia positiva o negativa de los demás en estos factores. Como era de esperar, todas estas situaciones están influenciadas por las emociones, siendo la inteligencia emocional una herramienta para enfrentar y gestionar adecuadamente las emociones. Además, se aborda la conducta de riesgo como un posible factor presente en la vida cotidiana de los adolescentes.

Posteriormente, se establece una relación entre estas dos características, tal como fue expresado por los adolescentes participantes. Finalmente, se especifica la relación encontrada entre la inteligencia emocional y la conducta de riesgo en este grupo de adolescentes, basándose en el discurso y la experiencia de cada participante.

### Planteamiento del problema

La adolescencia es considerada una de las etapas más importantes del desarrollo humano, debido a los múltiples cambios que se presentan durante la misma, La Organización Mundial de la Salud (OMS) en su artículo “Salud del adolescente”, publicado en 2019 define a la adolescencia como “el periodo de crecimiento que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y 19 años” (s.p.). La OMS en el artículo antes mencionado también señala la importancia del valor adaptativo, funcional y decisivo que posee esta etapa dado que “los adolescentes experimentan un rápido crecimiento físico, cognoscitivo y psicosocial. Esto influye en cómo se sienten, piensan, toman decisiones e interactúan con su entorno” (2019, s.p.); tomando en cuenta lo anterior, se puede afirmar que en la etapa de la adolescencia se dan procesos físicos y psíquicos fundamentales para el desarrollo personal y social de cada individuo.

El fondo internacional de emergencia de las naciones unidas (UNICEF) en su artículo “¿Qué es la adolescencia?”, publicado en 2021, plantea que esta se divide en 3 etapas las cuales son: la adolescencia temprana comprendida entre los 10 y los 13 años aproximadamente, etapa en la cual se hacen visibles las hormonas sexuales y se dan los primeros cambios físicos tales como los cambios en la voz, aparición del vello púbico, axilas y barba (en el caso de los varones) olor corporal sudoración y el acné. La segunda etapa es la adolescencia media entre los 14 y 16 años y es donde se hacen presentes los cambios a nivel psicológico, comienza la búsqueda y construcción de la identidad. En esta etapa el adolescente tiene mucho en cuenta cómo es visto por sus pares debido a que en su búsqueda de identidad desea ser aceptado por los otros, cabe destacar que “la independencia de sus padres es casi obligatoria y es la etapa en la que pueden caer fácilmente en situaciones de riesgo” (s.p.); y la tercera etapa dada entre los 17 y los 21 años es en la cual empiezan a aceptarse y definir su identidad, se empiezan a preocupar por el futuro y por las decisiones que toman y grupos con los que se rodean, esto también expuesto por UNICEF al mencionar que los adolescentes:

Comienzan a sentirse más cómodos con su cuerpo, buscando la aceptación para definir así su identidad. Se preocupan cada vez más por su futuro y sus decisiones están en concordancia con ello. Los grupos ya no son lo más importante y comienzan a elegir relaciones individuales o grupos más pequeños. (2021, *s.p.*).

Es importante señalar que, debido a los distintos cambios presentados en esta etapa del desarrollo, los adolescentes necesitan un acompañamiento adecuado e la información oportuna que les permita desarrollarse de una mejor manera en los distintos ámbitos de su vida personal y social. Así mismo lo expresa la OMS (2019) en el artículo “Salud del adolescente” al afirmar que:

Para crecer y desarrollarse sanamente los adolescentes necesitan información, en particular una educación integral acerca de la sexualidad que sea apropiada para la edad; oportunidades para adoptar aptitudes para la vida; servicios de salud aceptables, equitativos, apropiados y eficaces; y la creación de entornos seguros y propicios (*s.p.*).

Debido a que:

Durante esta fase, los adolescentes establecen pautas de comportamiento –por ejemplo, relacionadas con la alimentación, la actividad física, el consumo de sustancias psicoactivas y la actividad sexual – que pueden proteger su salud y la de otras personas a su alrededor, o poner su salud en riesgo en ese momento y en el futuro. (OMS, 2019, *s.p.*).

Tomando en cuenta lo anterior se puede decir que los adolescentes están expuestos a múltiples situaciones tanto psicológicas como sociales que pueden o no contribuir al desarrollo de habilidades cognitivas tales como: el pensamiento abstracto, la capacidad de razonar, la consideración de múltiples puntos de vista y el procesamiento del pensamiento (Stanford Medicine Children’s Health, *s. f.*).

Estas habilidades son necesarias para el crecimiento y desarrollo saludable del sujeto, en este caso el adolescente, también se hace la salvedad de que para fomentar todo lo anterior es necesario que el adolescente posea la información necesaria y apropiada a su edad y/o contexto social.

Ahora bien ¿cómo aplica lo anterior a los jóvenes de hoy en día? Actualmente los jóvenes se mueven en un entorno que está muy inmerso en la tecnología y en las tendencias que se dan a raíz de esta, lo cual influencia la manera en que se relacionan unos con otros; según autores como Roxana Morduchowicz (2022). Los jóvenes de la actualidad se mueven entre dos esferas: la virtual (on line), que se refiere a aquellos vínculos que los adolescentes establecen en el ciberespacio, y la real (off line) la cual se refiere a los vínculos que se dan a partir de la interacción física y presencial con los demás.

Morduchowicz también nos expresa que la existencia de estas dos esferas les ha permitido a los jóvenes relacionarse y expresarse de una manera más amplia al afirmar que: "Internet les ha dado a los adolescentes la oportunidad de convertirse en productores de contenidos. Les permite expresarse con su propia voz y representar sus experiencias con sus propias palabras" (Morduchowicz, 2022, p.11) así mismo contribuyendo a la creación de su identidad.

Siguiendo esta línea, el mundo social del adolescente se ve en peligro debido a la cultura en la que está inmerso, debido a los cambios que surgen en su cuerpo, en su mente y en la relación con sus padres e iguales. Salas (2018) parte de que "las conductas de riesgo entendidas como el comportamiento que puede amenazar el equilibrio y el desarrollo de una persona se incluye en los valores predominantes de la sociedad moderna" (p.2), se puede decir que la adolescencia es una de las etapas donde estas conductas están más presentes, esto se debe a que en el contexto sociocultural actual, como ya se ha mencionado, los adolescentes tienen la tendencia a tomar decisiones arriesgadas que pueden ser en varias ocasiones autodestructivas. Como lo indica Donas Burak (2001) citado por Salas (2018) "la cultura se ha modificado hasta el punto de ser denominada "cultura de riesgo", la cual

influye de una manera negativa el cultivo de imaginarios que contribuyen y promueven conductas de riesgos" (p.3).

Así mismo, las conductas de riesgo son determinantes en la salud, pues son las principales causas de enfermedad y mortalidad durante este período. Algunos ejemplos de estas conductas incluyen el uso de drogas, el embarazo temprano, la falta de una alimentación saludable, las infecciones de transmisión sexual, así como la depresión y el suicidio, entre otras.

De igual manera autores como Sánchez (2013) citado por Salas (2018) definen como "conducta de riesgo a cualquier comportamiento que comprometa los aspectos biopsicosociales del desarrollo exitoso del adolescente" (p.5) conociendo esto, se puede decir que se ha convertido en un problema dentro de los márgenes sociales y que es necesario atenderlo ya que afecta a gran parte de los adolescentes en la actualidad.

La psicología ha intentado trabajar estas conductas desde diferentes metodologías, una de las más vigentes es el trabajo con la Inteligencia Emocional (IE), autores como Salazar (2022) plantean que la inteligencia emocional adquiere una mayor relevancia en el período de la adolescencia debido a que en esta etapa se producen cambios físicos y psicológicos, mismos que conllevan dificultades en diversos aspectos como el control de impulsos, las relaciones interpersonales y la toma de decisiones. Por esta razón es importante el estudio de la inteligencia emocional a fin de desarrollar en el adolescente aptitudes y cualidades que le permitan desenvolverse de forma adaptativa dentro de su medio social.

El estudio de la inteligencia emocional se ha venido visualizando hace poco, pero ha empezado a tomar fuerza debido al importante papel que tienen las emociones en la manera en que se relaciona el ser humano con la realidad. Bauzá (2009) plantea que "las emociones eran vistas como obstáculos que interferían en la racionalidad, siendo ésta el componente más valorado y la expresión de la objetividad; las emociones, contrariamente, representaban la subjetividad" (p.238); sin embargo, actualmente el aspecto racional y emocional se complementan "de tal modo, que facilita la comprensión de las

dificultades que puedan tener las personas para establecer una conexión entre sus pensamientos y sentimientos, lo que, en muchas ocasiones, deviene en una perpetuación de sus problemas" (Bauzá, 2009, p. 238)

Los primeros en conceptualizar la IE fueron Peter Salovey y John D. Mayer (1990), quienes definen la inteligencia emocional como "la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones" (Bisquerra, 2012, s.p.), posteriormente, especifican que la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, por otro lado, se presenta la habilidad de para acceder y comprender los sentimientos que faciliten el pensamiento emocional; también definen la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

Así mismo, Daniel Goleman en su libro "Inteligencia Emocional" (2021) plantea que existe un equilibrio entre la mente emocional y la mente racional, dentro de este equilibrio la mente emocional alimenta y da forma a las operaciones de la mente racional, mientras que esta ajusta y a veces censura las entradas procedentes de las emociones.

Teniendo en cuenta que la adolescencia es una etapa que trae consigo muchos cambios, diversos autores se cuestionaron sobre el papel que tienen las emociones en el desarrollo del adolescente. Ortiz (1999) citado por Bauzá (2009) refiere las características de los estudios sobre los procesos emocionales en la adolescencia tales como mayor conciencia a la hora de explicar sus emociones, conocimiento del efecto que tienen los estados afectivos (negativos o positivos) en el modo de percibir a la gente y en la realización de actividades y tareas, mayor comprensión de las emociones de los demás, entre otras. Igualmente, Rosenblum y Lewis (2004) analizando el desarrollo emocional, sugieren que durante esta etapa se deben desarrollar las habilidades para la regulación de emociones intensas, modular las emociones que fluctúan rápidamente, autocontrolarse, autoconocerse y reflexionar sobre cómo se expresa la emoción de manera menos dañina.

Se puede inferir que el aspecto emocional tiene un papel importante en la adolescencia debido a que influye en el desarrollo de habilidades, conocimientos y actitudes necesarias para el correcto desarrollo de la personalidad del adolescente y su relación con el entorno. Bauzá (2009) refiere que "se puede decir que al potenciar el desarrollo de las competencias emocionales se favorece, no sólo la construcción de una persona más íntegra, sino también el prevenir o disminuir comportamientos problemáticos o de riesgo" (p.240). En el caso contrario Bauzá (2009) nos expresa que "Los resultados obtenidos en diversas investigaciones han mostrado que los adolescentes que tenían bajas competencias emocionales tienden a tener más problemas de identidad, estrés, depresión, alteraciones psicósomáticas, menos habilidades para pedir ayuda y apoyo social" (p 240).

Así mismo, autores como Soriano y Osorio (2008) citados por Bauzá (2009) señalan que:

Numerosas investigaciones, en torno a la inteligencia y educación emocional, ponen de manifiesto que una carencia emocional puede conllevar fuertes repercusiones para la vida cotidiana de las personas, debido a que la falta de control en las emociones y sentimientos puede desencadenar en la infancia y la adolescencia problemas graves de salud como la anorexia, la bulimia, drogadicción, conducta sexual no protegida y comportamiento agresivo. (p.240)

En el contexto colombiano se ha encontrado que autores como García y Ramírez (2022) nos dicen que existe una delgada línea entre la exploración y la práctica de riesgo, pero, si un adolescente no cuenta con los recursos que le permitan diferenciar la exploración de la práctica, podría verse envuelto en situaciones de peligro y riesgo que lo podría llevar incluso a la muerte.

De acuerdo con el planteamiento expuesto, esta investigación se da en función de la siguiente pregunta de investigación, ¿Cuál es la relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez en Medellín en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales?

## **Antecedentes de investigación**

Desde hace varios años, la inteligencia emocional (IE) ha sido un tema de interés en la sociedad, especialmente en el ámbito de la psicología. La inteligencia emocional se define como "la capacidad para reconocer, comprender y regular las emociones propias y ajenas, discriminando entre ellas y utilizando la información como guía de los pensamientos y acciones" (Mayer y Salovey, 1997, p. 10). Se considera que esta capacidad es esencial para llevar una vida saludable y equilibrada. El concepto de inteligencia emocional está cada vez más vinculado al estudio de diversos temas de interés interdisciplinario, como las conductas de riesgo. Estas conductas se definen como todos aquellos comportamientos que pueden tener consecuencias negativas o dañinas para la vida social, emocional, financiera, física o psicológica, que se realizan de forma repetitiva, a pesar de que los sujetos son conscientes de sus consecuencias. Las conductas de riesgo no solo se limitan a situaciones que pongan en peligro la integridad física, sino también a aspectos emocionales, como las relaciones tóxicas, la codependencia o la generación de vínculos volátiles (Peele, 1991).

La literatura científica ha demostrado que existe una relación entre la inteligencia emocional y el comportamiento de los adolescentes. Mediante estudios que vinculan diferentes conductas de riesgo con este tipo de inteligencia, diversos países a nivel global han estudiado la relación entre estos dos conceptos. Esto se debe a que no son ajenos a las distintas conductas de riesgo que pueden presentarse en el mundo psíquico de cada individuo.

España es uno de los países que cuenta con más investigaciones con relación a estos dos conceptos. Un ejemplo de ello es el estudio realizado en 2020 por Sara González-Yubero, Susana Lázaro-Visa y Raquel Palomera, titulado "¿Qué aporta la inteligencia emocional al estudio de los factores personales protectores del consumo de alcohol en la adolescencia?". Este estudio buscó encontrar los diferentes aportes que tiene la inteligencia emocional en una de las conductas de riesgo más marcadas en la sociedad moderna: el consumo de alcohol. Su objetivo principal fue analizar la contribución de la

inteligencia emocional rasgo y habilidad a la comprensión del consumo de alcohol en comparación con otros factores protectores personales previamente estudiados, como la autoestima, la autoeficacia y la asertividad.

Esta investigación está planteada dentro de los métodos cuantitativos, ya que se utilizó la metodología de aplicación de diversos tests y análisis de datos. A su vez, se llevó a cabo un muestreo aleatorio estratificado, en el que participaron 799 estudiantes de la Comunidad de Cantabria con edades comprendidas entre los 12 y los 16 años.

De los resultados obtenidos se permite concluir que es menos probable que los adolescentes con mayor habilidad para percibir las emociones propias y ajenas, capaces de comprender y reparar los propios estados emocionales negativos y atender a sus emociones de forma moderada, que además cuenten con habilidades asertivas y una autoestima óptima, consuman alcohol y tengan un consumo elevado.

Asimismo, en España se han investigado diversas conductas de riesgo con relación a la IE. Una de ellas es la ciberagresión, la cual fue estudiada por Carolina Yudes, Lourdes Rey y Natalio Extremero en 2019. Lo hicieron mediante un estudio titulado: "Ciberagresión, adicción a internet e inteligencia emocional en adolescentes: un análisis de diferencias de género". El objetivo general de este estudio es aportar evidencias sobre las diferencias de género en la ciberagresión en una muestra de adolescentes españoles. Específicamente, se centra en establecer el valor predictivo de factores de riesgo (adicción a Internet) y de protección (IE) respecto a la ciberagresión. Para ello, se utilizó una metodología cuantitativa, específicamente de carácter transversal, basada en autoinformes. La población utilizada para la realización del estudio fue de 845 adolescentes (393 chicos y 452 chicas) pertenecientes a seis centros escolares de la provincia de Málaga (España), con edades comprendidas entre los 14 y 18 años. La información se recopiló mediante el European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire (ECIQ). Se concluyó que tanto la adicción a Internet como los déficits emocionales (percepción

intrapersonal en chicos y regulación emocional en chicas) son predictores significativos de la agresión en entornos digitales.

Esta relación no solo se ha investigado en el continente europeo, sino que también es un denominador común dentro de la psicología latinoamericana. Un ejemplo de ello son las investigaciones en los países de México y Chile, donde se han venido desarrollando a raíz de los diferentes contextos socioculturales en los que se desenvuelven los jóvenes en la actualidad. Si bien las conductas de riesgo no son un término limitado a un territorio específico, sí se ha podido evidenciar que la literatura científica latinoamericana lleva a cabo diversas investigaciones en este tema. Un ejemplo de ello es el estudio publicado en 2021 por la Universidad de Guadalajara, realizado por Mercedes Gabriel Orozco Solís, el cual se titula como "Inteligencia emocional, empatía y buen trato como factores protectores frente a la agresión física en adolescentes". Este estudio tiene como objetivo analizar el valor predictivo que tienen la inteligencia emocional, la empatía y el buen trato sobre la agresión física en adolescentes. El método cuantitativo se basa en la aplicación de una prueba que permite comprender la inteligencia emocional en los adolescentes. Dicha prueba fue el Inventario de Competencias Socioemocionales para Adolescentes, la cual es una medida de autoinforme que evalúa la inteligencia emocional y sus componentes emocionales. De este estudio se concluyó que las competencias emocionales y sociales influyen de manera conjunta en la forma en que el adolescente responde al conflicto. En particular, la capacidad de tolerar el enojo, controlar los impulsos, generar estados emocionales acordes con lo que el otro siente y adaptarse a los cambios de manera flexible, resultaron elementos significativos en la prevención de la agresión física en adolescentes. Asimismo, las dimensiones relacionadas con el buen trato proporcionado a otros ejercen una influencia relevante para prevenir este tipo de conductas.

Por otro lado, en la Universidad Nacional de Lima, Perú, se realizó una investigación titulada "Relación entre la inteligencia emocional y conductas de riesgo en adolescentes de dos escuelas públicas de Lima Metropolitana", realizada por Kiara Lelkes Rizo Patrón en el año 2019. Este estudio tuvo como

objetivo general determinar si existe una relación entre los componentes de la inteligencia emocional y las conductas de riesgo en adolescentes de tercero a quinto año de secundaria en Lima Metropolitana. Para investigar esto, la autora utilizó una metodología cuantitativa no experimental mediante el Inventario del Cociente Emocional de BarOn ICE y el Cuestionario Confidencial de Conductas de Riesgo. La población empleada para dicha investigación estuvo compuesta por 177 participantes adolescentes que pertenecían a los grados de tercero a quinto de secundaria de las instituciones educativas públicas llamadas Aurelio Miro Quesada Sosa y Sagrado Corazón de Jesús. Se pudo concluir que la inteligencia emocional representa un factor importante en la aparición de conductas de riesgo en la adolescencia y que en el Perú aún no se ha llevado a cabo una investigación que relacione estas variables, lo que motivó el interés por este estudio. Además, se observa que muchos centros educativos aún se centran en que los estudiantes adquieran conocimientos técnicos, dejando de lado la importancia de educar emocionalmente a sus alumnos.

A nivel nacional, se han llevado a cabo investigaciones desde un enfoque cuantitativo. Diversas ciudades como Medellín y Santa Marta han investigado este tema. Uno de estos estudios fue titulado "La inteligencia emocional como factor protector en adolescentes con ideación suicida", realizado por Oscar Javier Manami Benito, Magaly Alejandra Brousett Minaya, Dummy Neyma Ccori-Zuñiga y Karen Shirley Villasante en 2018. El objetivo principal de este estudio era determinar la eficacia de un programa de intervención para desarrollar la inteligencia emocional en un grupo de riesgo. Se utilizó un diseño cuasi-experimental, ya que los participantes del grupo experimental no se asignaron al azar, sino que se conformaron antes del experimento. Se trabajó con un grupo intacto, el cual se sometió a una evaluación antes y después de la intervención. De este estudio se concluyó que se encontraron diferencias significativas entre los niveles de ideación suicida antes y después de la intervención. Específicamente, el desarrollo de las dimensiones intrapersonal, manejo de estrés y estado de ánimo

general fueron determinantes para que el programa de intervención logre desarrollar la inteligencia emocional, y como consecuencia, disminuyan los niveles de ideación suicida en la población de riesgo.

Por otro lado, en la ciudad de Medellín se llevó a cabo un estudio titulado "Riesgo suicida y su relación con la inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios". Fue desarrollado por los psicólogos Anyerson Stiths Gómez Tabares, César Núñez, María Paula Agudelo Osorio y Vicente E Caballo en el año 2020. El objetivo general fue establecer la relación entre el riesgo suicida, la inteligencia emocional y la autoestima en una muestra de 1414 estudiantes universitarios de dos ciudades colombianas mediante un estudio cuantitativo con diseño no experimental de tipo transversal. Para esto, se aplicaron el test Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) y la Escala de Autoestima de Rosenberg (RAE), así como una ficha sociodemográfica ad hoc.

El estudio concluyó que tanto la inteligencia emocional como la autoestima son recursos personales que los sujetos desarrollan a lo largo de su vida y les permiten afrontar los distintos eventos vitales de una manera que enriquece su personalidad y su salud mental, mejorando su calidad de vida.

### Justificación

Las emociones son de vital importancia en el ser humano, puesto que le permite traducir el mundo desde diversos puntos de vista, como lo indica Goleman (2021) “todas las emociones son, en esencia, impulsos que nos llevan a actuar, programas de reacción automática con los que nos ha dotado la evolución” (p.16.); conociendo esta definición es importante hacer énfasis en que las emociones van más allá de una simple traducción de estímulos vacíos, pues estas pueden llegar al punto de mediar procesos de interacción social.

En las últimas décadas se ha empezado a preocupar por el papel de las emociones dentro de la vida diaria de las personas. En la última mitad del siglo pasado se empezó a cambiar la concepción del ser humano, dejando de lado la racionalidad absoluta y empezando a mostrar la influencia de las emociones en el desarrollo del individuo, en palabras de Casassus (2006), “nos hemos despertado un día para darnos cuenta de que somos seres emocionales. Una parte de mí, una dimensión importante de mi ser un ser humano, es un ser emocional” (p.38); partiendo de esta afirmación, se puede observar cómo la concepción del ser humano ha cambiado significativamente con respecto a lo que se definía como ser humano, por ende, es importante indagar acerca de cómo influyen las emociones en el mundo actual.

En el último tiempo han nacido conceptos como el de la inteligencia emocional, acuñado por Salovey y Mayer (1990) como la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con un margen de exactitud, la capacidad para acceder y/o generar sentimientos que puedan facilitar el pensamiento; también se refleja la habilidad de comprender emociones y el conocimiento emocional, terminando con la regulación emocional el cual promueve un conocimiento emocional e intelectual.

El concepto fue popularizado por Daniel Goleman (2021) quien nos dice que es un conjunto de habilidades que hemos dado en llamar inteligencia emocional, habilidades entre las que destacan el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia y la capacidad para motivarse a uno mismo, en otras palabras, comprende las habilidades que contribuyen al bienestar personal y social del ser humano, por

medio del reconocimiento y manejo de sus emociones y las de los demás, permitiéndole relacionarse de mejor manera con el entorno.

Durante los últimos años se ha venido trabajando la inteligencia emocional como un grupo de las habilidades que son comprendidas bajo el concepto de IE que han contribuido con el desarrollo personal y social de las personas a través del fortalecimiento de cinco componentes también llamados esferas de la IE mencionadas por Daniel Goleman en su libro *Inteligencia Emocional* (2021), los cuales son:

- El conocimiento de las propias emociones, expresado como la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que se da.

- La capacidad de controlar las emociones, la conciencia de uno mismo es una habilidad básica que nos permite controlar los sentimientos en relación con lo experimentado.

- La capacidad de motivarse uno mismo.

- El reconocimiento de las emociones ajenas, es decir la empatía con el otro.

- El control de las relaciones, este se basa en la habilidad para relacionarnos adecuadamente con las emociones ajenas.

El desarrollo de estas habilidades se hace mucho más presente durante la etapa de la adolescencia debido a los distintos cambios como lo son los cambios físicos, psicológicos y sociales; así lo plantea Salazar (2022) al mencionar que la inteligencia emocional:

Adquiere una mayor relevancia en el período de la adolescencia debido a que en esta etapa se producen cambios físicos y psicológicos, mismos que conllevan dificultades en diversos aspectos como el control de impulsos, las relaciones interpersonales y la toma de decisiones. Por esta razón es importante el estudio de la inteligencia emocional a fin de desarrollar en el adolescente aptitudes y cualidades que le permitan desenvolverse de forma adaptativa dentro de su medio social (p.2).

Con lo anterior, se busca evitar que se lleve a cabo conductas de riesgo, mismas que se dan por falta de autonomía, por encajar en un grupo de pares y por la manera en que se da manejo a los distintos cambios que se presentan en esta etapa. todos estos cambios y experiencias que pueden conducir al adolescente a llevar a cabo conductas que ponen en riesgo su bienestar físico, emocional, social y psicológico, tales como el consumo de sustancias, el sexo indiscriminado e irresponsable, problemas alimenticios, fracaso escolar, entre otras en las cuales se ve comprometido el bienestar del adolescente y su desarrollos personal y social.

Coleman y Hendry (2003) mencionan que en la adolescencia muchas personas experimentan la transición con gran facilidad mientras que otras se topan con dificultades y deben afrontar retos para su autoestima y su identidad. Durante este proceso algunos encuentran en el comportamiento antisocial o las conductas autodestructivas una manera de suplir su necesidad de tener una posición en la sociedad o un consuelo, otros se ven atraídos a correr riesgos debido a las emociones fuertes que estos le ofrecen o por la idea de que por medio de estos se identifican con patrones adultos de comportamiento.

La relación con los padres puede hacer que el adolescente tenga más o menos posibilidades de pasar óptimamente por esta etapa, pues estos pueden proveer herramientas para así facilitar su tránsito por la vida, como lo indican Schmit Et. Al (2010): “La comunicación con los padres también tiene una poderosa influencia en nuestro contexto y puede funcionar como factor protector o de riesgo en el pasaje por esta etapa” (p.300), es importante recordar que, si bien los padres juegan un papel muy importante en la vida del adolescente, este también busca una independencia de estos, puesto que la autonomía es una de las características de este periodo evolutivo.

Así mismo, Coleman y Hendry (2003) especifican 3 categorías por las cuales los adolescentes caen en las conductas de riesgo: 1. Búsqueda de emociones (generalmente excitantes que los activen o pongan a prueba sus propios límites) 2. Comportamientos controlados por la audiencia (estas se presentan debido a la necesidad de ser aceptados y/o tener un lugar o posición social) 3. Conductas

irresponsables (demuestran la incapacidad del individuo para ver las consecuencias a largo plazo, también están mediadas por la obtención de una satisfacción a corto plazo). Conociendo las tres categorías de la adquisición de una conducta de riesgo, es pertinente recordar que la adolescencia es un periodo donde el foco social está puesto en la búsqueda de identidad, y estos tres factores pueden llegar a crear la idea de una falsa identidad.

Después de conocer lo anterior, es importante recordar que, las conductas de riesgo es una problemática que está presente en la actualidad. Según datos del Department of Health and Human Services de EE.UU (2013)., aproximadamente entre un 20% y 30% de los adolescentes se implican en múltiples conductas de riesgo para su salud física y mental, problemas como el consumo de drogas, conductas sexuales de riesgo, conducción temeraria, violencia, y su salud mental, entre otros. Esta problemática no se limita solamente a los adolescentes estadounidenses, es una problemática global que aqueja a muchos de los jóvenes que se desarrollan en la actualidad. Estos problemas, como se ha evidenciado, o van de la mano con la incorrecta gestión emocional, es pertinente empezar a estudiar las conductas de riesgo desde la inteligencia emocional, dado que esta perspectiva teórica se ha mostrado con una gran validez dentro de los diversos estudios que han expuesto en las últimas décadas, logrando con ello la aprehensión y apropiación científica.

Teniendo en cuenta lo anterior, esta investigación busca identificar la relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales, ya que esto aportaría a la ampliación del conocimiento a la hora de prevenir dichas conductas, esto sustentado en diversos autores antes mencionados, que han mostrado la importancia de adquirir las habilidades propias de la inteligencia emocional, por ejemplo, Bello et al., (2010) expresan que “Los estudios actuales destacan el papel modelador de las emociones, su funcionalidad en la regulación conducta humana” (p.38.)

El presente trabajo, pretende generar conocimiento científico con relación a la inteligencia emocional y las conductas de riesgo mediante la revisión bibliográfica y la recolección de información en una población específica. El alcance que se plantea en para esto es analítico y se ubica en el nivel aprehensivo, ya que pretende encontrar analizar la relación entre ambas variables en un grupo determinado de adolescentes, como se ha venido evidenciando en el presente trabajo, los factores de riesgo son una problemática que aquejan a la sociedad en general, y no son ajenos a la psicología, puesto que estas conductas pueden llegar a afectar la mente debido a que estas pueden generar una baja autoestima, algunos esquemas maladaptativos, la pérdida de la identidad y/o autonomía, la adquisición de una adicción, entre otras. Por otro lado, estas generan un malestar a nivel psicosocial también, debido a las situaciones problemáticas en las que se ven envueltos los jóvenes, afectando así su familia, llegando al punto de generar conflictos dentro su entorno familiar y social.

Así mismo, esta investigación toma relevancia para el psicólogo en formación ya que permite ampliar el conocimiento que ha adquirido sobre los temas que se mencionan a lo largo del presente trabajo, permitiendo también una apropiación y un acercamiento a la población, al entorno en que se desenvuelve dicha población y a la realidad que experimenta.

## Marco teórico

### Teoría cognitiva conductual

La psicología cognitiva es definida por David Groome (2005) como la psicología del conocer y el entender, además es descrita como el estudio de los procesos mentales, básicamente el estudio de cómo el cerebro procesa la información. El modelo conductual, como lo indica Almenara (2008), se centra en cómo la conducta humana se aprende y abarca principios y técnicas de la teoría del aprendizaje, esta nace como respuesta a la revolución cognitiva misma que a su vez es una respuesta a la revolución postindustrial, el termino cognitivo se adoptó gracias a las ciencias de la computación que estaban en auge, puesto que el ser humano se empezó a concebir como un procesador de información, es decir, una especie de computador.

Desde la psicología cognitiva se estudian los principales factores de individuo que intervienen en cómo se adquiere la información, así como su procesamiento a nivel de los procesos básicos cognitivos los cuales son: percepción, memoria, pensamiento, lenguaje e inteligencia.

Se considera importante apoyar se en esta teoría debido a que lo que busca esta investigación se encuentra relacionado abiertamente con la conducta, pensamientos y sentimientos de la población a investigar, mismos que están comprendidos por diversos autores pertenecientes a la cognitiva conductual, además de que se trabajan factores específicos que intervienen en una o varias de las categorías estudiadas como es la inteligencia emocional, las conductas de riesgo y la relaciones interpersonales e intrapersonales.

### Inteligencia Emocional

El termino inteligencia emocional nace a finales del siglo XX como una teoría emergente que une dos conceptos que se consideraban independientes: la emoción y la cognición. Los primeros en acuñar el concepto fueron Peter Salovey Y John Mayer (1990) quienes definen la inteligencia emocional como “tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las

de los demás, discriminar entre ellas y usar la información (afectiva) para guiar el pensamiento y las emociones de uno.” (p.189), haciendo énfasis en el concepto desde las neurociencias o la psicología clínica.

### ***Inteligencia emocional desde la teoría de Peter Salovey Y John Mayer***

Tras la definición de I.E que se expuso en el año 1990, Salovey y Mayer reformularon en múltiples ocasiones dicho concepto de forma que en 1997 se concluyó que:

la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual. (Bisquerra, 2012, s.p.).

### ***Inteligencia emocional desde Daniel Goleman***

Daniel Goleman es un psicólogo estadounidense que popularizó el concepto desarrollado por Salovey y Mayer conocido hoy en día como inteligencia emocional, esto lo hizo a través de su libro *Inteligencia emocional* publicado en 1995 el cual ha venido actualizando con el pasar de los años, este autor recalca la importancia de la I.E con relación a la Inteligencia racional ya que menciona que debe haber un equilibrio entre ambas para que el individuo pueda llevar a cabo sus procesos cognitivos:

Las emociones, pues, son importantes para el ejercicio de la razón. En la danza entre el sentir y el pensar, la emoción guía nuestras decisiones instante tras instante, trabajando mano a mano con la mente racional y capacitando —o incapacitando— al pensamiento mismo Goleman (2021, p.40)

Este autor facilitó la comprensión del concepto mediante las cinco esferas o componentes que fueron propuestos por Salovey y Mayer y posteriormente expuestos y explicados en el libro *Inteligencia emocional*, dichos componentes se pueden dividir en dos categorías: intrapersonales e interpersonales

definidas por Gardner en su teoría de las inteligencias múltiples. Inteligencia interpersonal: esta consiste en la capacidad de establecer contacto con los propios sentimientos, emociones, motivaciones y deseos esto con la finalidad de orientar la conducta. Inteligencia intrapersonal: la cual consiste en la comprensión de los demás, sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones y deseos.

Tomando en cuenta lo anterior mencionado se determina que tomar la teoría de la inteligencia emocional permite una mejor clasificación y entendimiento de las experiencias de la población ya que aborda los factores interpersonales (reconocimiento de la emoción, gestión de la misma y regulación emocional) y factores intrapersonales (empatía y relaciones con los demás) mismos que son relevantes para esta investigación.

### **Marco conceptual**

#### **Emoción:**

Es importante hablar del concepto de emoción desde diversas perspectivas, pues este ha ido mutando con el pasar de las décadas, para entender los cambios que ha tenido dicho concepto, primero se debe comprender cuál es el significado de la emoción desde diversos puntos de vista. La emoción es definida por la Real Academia De La Lengua Española (2022) como una: “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa que va acompañada de cierta conmoción somática” (s.p), esta definición permite comprender que la emoción va de la mano con varios aspectos y pueden ser entendidas desde diversas lógicas como por ejemplo, una biológica al tener una respuesta orgánica, psicológica al hablar de alteración de ánimo o construccionista al mencionar la intensidad, el estudio de esta se debe ver desde diferentes márgenes, puesto que una mirada a priori permite reconocer que en el mismo concepto hay muchas ramas que se subdividen.

Partiendo desde una mirada biológica, las emociones son entendidas como aquellos estímulos biológicos que tienen una influencia dentro del comportamiento de la persona; Gómez y Calleja (2016) afirman que la visión biológica considera que las emociones son patrones observables específicos y

limitados de respuestas que se desencadenan por la interpretación de un estímulo en una situación o de un objeto que pueda resultar amenazante para el bienestar y la supervivencia de los individuos. La perspectiva biológica viene en desarrollo desde hace un tiempo, pues desde el siglo XIX cuando Charles Darwin publica su libro "The Expression of the Emotions in Man and Animals", se ve implícito el concepto de emoción desde una perspectiva evolucionista y adaptativa con respecto a las respuestas conductuales. Posteriormente, se empezó a tener en cuenta las teorías que trataran de explicar la emoción desde un área biológica, en el siglo XIX nace la primera teoría a cerca de la biología emocional propuesta por James y Leng, Ellos plantean que dice que detrás de cada percepción de un estímulo hay una respuesta conductual que va de la mano con aspectos psicofísicos; Palmero (1996) afirma que la teoría de estos autores se basa en que "algunos eventos del ambiente producen un patrón específico de cambios corporales; este patrón específico es identificado por el cerebro como perteneciente a una emoción particular, tras lo cual se produce la experiencia de dicha emoción" (p63), las concepciones biológicas buscan explicar los cambios conductuales que existen en el momento del estímulo de una emoción, por ende, también se ven inmersos cuestiones de supervivencia, neurobiológicas y sociales como lo indica Ostrosky (2013) "estas ayudan a generar reacciones apropiadas en momentos de peligro producidos por el entorno, como la súbita aparición de un depredador" (p.4)

Por otro lado, la emoción desde la psicología cognitiva ha sido entendida como aquella respuesta a diferentes estímulos que van de la mano con un cambio dentro de los aspectos psíquicos, en palabras de Mestre y Palermo (2004)

Son procesos episódicos que, elicitados por la presencia de algún estímulo o situación interna o externa, que ha sido evaluada y valorada como potencialmente capaz de producir un desequilibrio en el organismo, dan lugar a una serie de cambios o repuestas en los planos subjetivo, cognitivo y fisiológico y motor expresivo; cambios que están

íntimamente relacionados con el mantenimiento del equilibrio, esto es: con la adaptación a las condiciones específicas del medio ambiente (p.244)

Tomando esto como punto de partida, se puede evidenciar como la psicología cognitiva, parte desde una perspectiva integradora entre la parte biológica, fisiológica y cognitiva, es pertinente recordar que las emociones juegan un papel muy importante dentro de esta teoría, puesto que como enuncia Carmerini (2004) "las emociones nos informan de diversos desequilibrios en nuestras vidas, así como el hambre informa necesidad de alimento o el cansancio de la necesidad de reposo" (p.21).

### **Adolescencia:**

La adolescencia es definida por la Organización Mundial De La Salud como: "el período de crecimiento que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y 19 años" (s.p.). Dentro del periodo de la adolescencia hay diferentes cambios a nivel físico, social y psicológico, lo que termina construyendo una identidad en la vida adulta. Rivero y Fierro (2005), menciona tres momentos vitales dentro de la adolescencia, los cuales son entre los 10 y 13 años, la adolescencia temprana, entre los 14 y 17 años la adolescencia media y entre los 17 y 21 años que es conocida como la adolescencia tardía.

Lázaro (2013) expresa que: "La adolescencia es una etapa fundamental en el desarrollo psicológico de una persona, pues es el periodo en el que se forja su personalidad, se consolida su conciencia del yo (adquirida en la primera infancia), se afianza su identidad sexual y se conforma su sistema de valores" (p.2), tomando esto como referencia, se puede decir que la adolescencia es una etapa con una importancia vital dentro del desarrollo del individuo, pues es aquí donde se construye la identidad, la forma de ver e interpretar el mundo. El mismo autor indica que la adolescencia es el periodo de búsqueda, rebeldía y posiciones extremistas, donde se puede adquirir alguna conducta de riesgo.

Otro factor que influye durante esta etapa es la comunicación que tiene el adolescente con el padre siendo justamente este periodo de desarrollo un factor protector o un factor de riesgo dependiendo de cómo se dé dicha interacción. El adolescente durante su búsqueda de identidad buscará tomar sus propias decisiones dejando de lado a sus padres y dando le lugar a la relación con los pares, misma que es importante porque se entiende como la capacidad que adquiere el adolescente para asumir la perspectiva del otro y porque esta relación con los pares le permite al adolescente ser parte de un grupo, le permite formar una identidad.

Ayestarán (1986) menciona que “el deterioro de los vínculos familiares, como consecuencia de la búsqueda de una autonomía mayor por parte del adolescente, dejaría a éste en un vacío que trata de colmar en el grupo de los iguales” (p.124). Teniendo en cuenta que esta relación que se establece con los pares le permite al adolescente tener una identidad, tener una visión de sí mismo en relación con su entorno, sin embargo, esto también significa que el adolescente debe abandonar su visión infantil de sí mismo, siendo esto necesario para su desarrollo, pero representando de alguna manera un duelo, la pérdida del mundo tal y como lo conocía. Lillo Espinosa (2004) plantea que:

El niño necesita tomarse tiempo para terminar de asumir y conformarse a esos cambios, en definitiva, para aceptarse a sí mismo. Pero sólo llega a esta conformidad mediante un largo proceso de duelo a través del cual puede tolerar renunciar a su cuerpo de niño y abandonar la fantasía omnipotente de la bisexualidad (s.p.).

### **Procesos cognitivos:**

Los procesos cognitivos son operaciones mentales que le permiten al cerebro almacenar, procesar y analizar la información que le rodea, siendo así fundamentales en el proceso de adaptación al entorno, los procesos o funciones cognitivas comprenden la percepción, la atención, el procesamiento de la información, la memoria (procesos cognitivos básicos) el pensamiento, las funciones ejecutivas, el

aprendizaje, el lenguaje, la creatividad, la motivación, sentimiento e inteligencia (procesos cognitivos superiores).

*Percepción:* La percepción es definida por Davidoff (1989) como un proceso cognoscitivo complejo, donde la cognición y la realidad se encuentran, en esta influye el mundo exterior. En la teoría psicológica de Neisser, la percepción es un proceso activo-constructivo en el cual, se percibe la información antes de procesarla para generar un esquema anticipatorio que le permite contrastar y aceptar o rechazar el estímulo, este también está mediado por experiencias sensoriales.

*Atención:* Londoño (2009) dice que la atención es el conjunto de mecanismos que trabajan de forma coordinada para seleccionar los estímulos relevantes, que sirven para llevar a cabo una acción y alcanzar unos objetivos. Este, por lo tanto, es un proceso dinámico que va de la mano con las experiencias previamente vividas.

*Procesamiento de información:* Ato (1984) dice que el procesamiento de información es un modo ordenado con un grado alto de coherencia de estudiar experimentalmente las tareas cognitivas realizadas por los hombres, cuyas características fundamentales se presenta al ser humano como procesador de la información”.

*La memoria:* Según Ballesteros (1990) la memoria es un proceso psicológico que se basa en almacenar información codificada, esta información puede ser recuperada, en algunas ocasiones voluntariamente y en otra de manera involuntaria.

*El pensamiento:* El pensamiento es definido por Melgar (2000): “como la capacidad de planear y dirigir en forma oculta una conducta posterior, lo que prevenía de errores o permitía postergar las acciones para posibilitar adaptaciones mejores en duración y efectividad” (p.24)

*Las funciones ejecutivas:* las funciones ejecutivas son el conjunto de habilidades implicadas en la generación, la supervisión, regulación, ejecución y reajuste de conductas adecuadas para alcanzar

objetivos complejos, en específico aquellos que requieran formas de abordaje novedosas y creativas (García y Bechara, 2010).

*Aprendizaje:* este es definido como un cambio relativamente permanente en la conducta o en su potencialidad que se produce a partir de la experiencia y que no puede ser atribuido a un estado temporal somático inducido por la enfermedad, la fatiga o las drogas (Hergenhahn ,1976, citado en Fernández et al., 2019, p.355).

*Lenguaje:* es un sistema de códigos con la ayuda de los cuales se designan los objetos del mundo exterior, sus acciones, cualidades y relaciones entre los mismos (Luria,1977, como se citó en Hernández, 2009, p.4 ) Esta definición es pertinente para esta investigación dada a la importancia que se presta a los códigos para la delimitación de objetos, ya sean concretos o abstractos, los cuales en gran medida nos ayudan a visualizar el mundo que nos rodea considerando nuestros preceptos socioculturales.

### **Conductas de riesgo:**

Las conductas de riesgo son entendidas como cualquier comportamiento que comprometa los aspectos biopsicosociales del desarrollo exitoso del adolescente (Sánchez, 2013, citado en Salas, 2018, p.5) partiendo de esta definición, se puede ver que las conductas de riesgo son todas aquellas situaciones problemáticas que ponen en riesgo la integridad de la vida de una persona, estas se relacionan directamente con la toma de decisiones y una autonomía. Las conductas de riesgo, según Urzúa (1997), se pueden adquirir debido a muchas situaciones adversas al joven, estas van de la mano con conceptos macroeconómicos, culturales sociales y personales, teniendo en cuenta que la conducta de riesgo en sí misma siempre existirá, solo que en casos mediante la promoción y prevención se transitará estas situaciones desde unas lógicas más saludables. El adolescente al estar en constante búsqueda de aprobación tiene la tendencia a buscarla en las acciones del otro, ejemplo de ello sería un chico que empieza el consumo de alguna sustancia psicoactiva por encajar debido a que todos sus amigos la consumen, las conductas de riesgo generalmente se dan en un mismo subgrupo, los

adolescentes generalmente adquieren las conductas de riesgo dentro de márgenes sociales y contextuales que apoyan la generación de dicha conducta.

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Analizar la relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales.

### **Objetivos específicos**

- Describir los principales problemas intrapersonales e interpersonales según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín.
- Identificar las dificultades en la inteligencia emocional según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales.
- Identificar las conductas de riesgo experimentadas por un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín.
- Determinar la relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales.

## **Metodología**

### **Postura epistemológica**

La postura epistemológica o paradigma desde el cual se desarrolla la presente investigación es el constructivismo debido a que es aquel que se adapta mejor a los intereses de la misma, debido a que no busca una verdad absoluta si no que toma en cuenta las construcciones sociales e individuales los involucrados que se dan por medio de la experiencia, usando una metodología hermenéutica y dialéctica que permitan adquirir conocimiento a partir de la interacción entre el investigador y quienes participan (Guba y Lincoln, 2002).

### **Estrategia metodológica**

La estrategia metodológica que se plantea en la presente investigación es el estudio de caso, aplicado por medio de 2 grupos focales cuyos participantes son un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez en Medellín

Green (2011), Robson (2011), Mertler, Charles (2010) y Armenian (2009) citados por Hernández et al., (1996) mencionan diversas funciones o propósitos que tienen los estudios de caso. En primer lugar, permiten generar descripciones detalladas y vívidas de individuos o fenómenos. En segundo lugar, son útiles para identificar patrones que se presentan en un fenómeno en su ambiente natural. En tercer lugar, permiten explicar las causas y la forma en que ocurren los fenómenos, identificando las causas subyacentes. En cuarto lugar, los estudios de caso proporcionan datos para evaluar procesos, programas, individuos o ambientes. En quinto lugar, permiten ilustrar descubrimientos relevantes en un área determinada. En este caso se busca obtener las descripciones que tienen los adolescentes participantes sobre el tema que se viene trabajando en la presente investigación a partir de sus experiencias y percepciones de las mismas.

Siendo este un método flexible que permite un acercamiento más preciso y amplio a la problemática y la población involucrada ya que está teniendo en cuenta las percepciones de los directamente involucrados desde la experiencia vivida.

### **Participantes**

Para la presente investigación se realizó con 10 adolescentes de la comuna 4 (Aranjuez) de la ciudad de Medellín. El criterio de inclusión que se tuvo en cuenta fue: adolescentes entre los 14 y los 17 años de edad, que estudien en la secundaria, por otro lado, el criterio de exclusión se trató de: que el participante presente una condición grave de salud mental (Trastorno límite de la personalidad, trastorno esquizoafectivo o trastorno bipolar) que pueda sesgar de alguna manera la información recolectada; tomando en cuenta que aquellos que cumplieran con el criterio de inclusión debían de presentar el consentimiento escrito por parte de sus padre o acudientes

La selección de los participantes fue propiciada voluntariamente por la convocatoria realizada entre los alfabetizadores del Museo Pedronel Gómez. A continuación, se da una descripción sociodemográfica de dichos participantes.

*Tabla 1: Variables sociodemográficas de los participantes.*

Grupo focal #1	Edad	Grado	Sexo	Estrato
P1	17	11	Masculino	3
P2	16	11	Femenino	3
P3	15	10	femenino	3
P4	16	10	Femenino	3
P5	16	10	Masculino	3

*Fuente: elaboración propia.*

Tabla 2: Variables sociodemográficas de los participantes.

Grupo focal # 2	Edad	Grado	Sexo	Estrato
P1	15	10	Femenino	3
P2	16	10	Masculino.	3
P3	14	10	Femenino	3
P4	16	10	Femenino	3
P5	15	10	Femenino	3

*Fuente: Elaboración propia.*

### Técnicas de recolección de la información

La técnica que se implementó en la presente investigación es el grupo focal el cual consiste en un conversatorio que permite la exploración de un tema a través de trabajos colectivos con un formato estructurado en un espacio formal, que tiene la finalidad de obtener las diferentes perspectivas de los involucrados (Cifuentes, 2011).

Expresado de otra forma “el grupo focal es un proceso dinámico en el que los participantes intercambian ideas, de forma que sus opiniones pueden ser confirmadas o contestadas por otros participantes. Durante la discusión, se percibe una negociación en torno a cuestiones construidas colectivamente” (Da Silveira Donaduzzi et al., 2015, s.p.), lo anterior favorece la participación de los involucrados permitiendo respuestas más amplias y claras sobre los conceptos abordados, por lo que es un método efectivo para recolectar la información vivencial de cada uno de ellos.

El uso de esta técnica beneficia a los investigadores, pues permite el ejercicio de una postura crítica y dialéctica, al promover el inicio de una discusión abierta sobre temas específicos y a veces propiciar la construcción y deconstrucción de conceptos (Da Silveira Donaduzzi et al., 2015, s.p.).

Manteniendo la subjetividad de los participantes y permitiendo la expresión desde su experiencia particular.

### **Procedimiento y análisis de la información**

El procedimiento de recolección de la información de esta investigación se realizó con de 10 adolescentes entre los 14 a 17 años de la comuna 4 barrio Aranjuez de Medellín, con los cuales se llevó acabo dos grupos focales cada uno de 5 personas, en los cuales se abordó las situaciones cotidianas que afectan los factores interpersonales e intrapersonales de los participantes, esto con la finalidad de identificar el manejo de la inteligencia emocional y las posibles conductas de riesgo que están vivenciando los adolescentes esto por supuesto desde la subjetividad de cada uno de los participantes. Se tuvo en cuenta los relatos de cada uno de los adolescentes que participaron en los grupos focales planteados por esta investigación, por lo cual se utilizó un nombre codificado para garantizar y mantener la confidencialidad y privacidad de cada adolescente. Por lo tanto, se les asignó una numeración por participante de la siguiente manera: participante 1 (P1), participante 2 (P2), participante 3 (P3), acompañado del grupo focal correspondiente: grupo focal 1 (G1) o grupo focal 2 (G2).

Durante la realización de los dos grupos focales la información fue grabada y posteriormente transcrita usando una matriz categorial, la cual permite agrupar la información de tal modo que favorezca el análisis de la misma, dicha matriz está ilustrada en forma de tabla para facilitar el ejercicio comparativo y selectivo entre las diferentes categorías estudiadas, finalmente se realiza el procesamiento y análisis de la información, dando respuesta a cada uno de los objetivos propuestos.

**Tabla 3. Matriz categorial, preguntas correspondientes al grupo focal.**

Objetivos específicos	Categorías	Preguntas
<p><b>Describir los principales problemas intrapersonales e interpersonales según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín.</b></p>	<p>Problemas intrapersonales e interpersonales</p>	<p>- ¿Qué situaciones cotidianas les agobia, les molesta o les preocupa en su día a día respecto a ustedes mismos?</p> <p>- ¿Qué situaciones cotidianas les agobia, les molesta o les preocupa en su día a día respecto a otras personas (familia, amigos, compañeros, profesores, pareja)?</p>
<p><b>Identificar las dificultades en la inteligencia emocional según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales.</b></p>	<p>Dificultades en la inteligencia emocional</p>	<p>- ¿Qué emoción crees que experimentas en x situación?</p> <p>- Cuando ocurren esas situaciones ¿sueles saber lo que estas sintiendo?</p> <p>- Cuando sienten x emoción, ¿qué suelen hacer?, es decir, ¿cómo se desahogan ustedes de esas emociones? (rabia, tristeza, felicidad, temor) / de eso que ustedes suelen hacer con las emociones, ¿qué es positivo y que es negativo?</p> <p>- ¿Sienten que se ponen en los zapatos de los demás en esas situaciones?</p> <p>- ¿A raíz de esta situación qué actitud toman hacia las personas involucradas?</p>
<p><b>Identificar las conductas de riesgo experimentadas por un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín.</b></p>	<p>Conductas de riesgo experimentadas</p>	<p>- ¿Sienten que han llevado acciones que le hagan daño a otras personas o a ustedes mismos luego de vivir estas situaciones?, ¿Cuáles acciones?</p> <p>- ¿Sienten que actúan sin pensar cuando experimentan estas situaciones? ¿Por qué creen que pasa esto?</p>
<p><b>Determinar la relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo según las experiencias de un grupo de adolescentes del barrio de Aranjuez de Medellín en el afrontamiento de sus problemas intrapersonales e interpersonales.</b></p>	<p>Relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo</p>	<p>- ¿Ustedes creen que esas dificultades que mencionaban (en la inteligencia emocional) tienen relación con las acciones que acabamos de abordar (conductas de riesgo)? / ¿Por qué creen que se relaciona?</p>

Fuente: elaboración propia de la autora.

**Consideraciones éticas**

Para llevar a cabo esta investigación se consideraron los principios éticos estipulados en la Ley 1090 de 2006, por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología y se dicta el Código Deontológico y Bioético. Dicho código señala aspectos como la responsabilidad, la confidencialidad, la privacidad y el bienestar del usuario, con los cuales se busca garantizar y proteger los derechos de los participantes, en este caso, adolescentes. Por lo cual, también se considera importante el consentimiento informado que es otorgado por los padres o representantes legales.

## Resultados y discusión

### Las problemáticas de la cotidianidad del adolescente

Este apartado da cuenta de las principales situaciones que agobian a un grupo de adolescentes en su cotidianidad. Surge de la interpretación que cada uno le da a su experiencia y de cómo esto los afecta con relación a los demás y consigo mismos. Además, permite la expresión de su perspectiva individual y la identificación con sus semejantes en situaciones que pueden ser problemáticas. Todo esto se presenta desde la visión que cada participante relata sobre su experiencia.

El contenido de los relatos de este grupo de adolescentes está mediado por la etapa evolutiva por la que están pasando, es decir, la adolescencia que como lo plantea la OMS es en la cual “los adolescentes experimentan un rápido crecimiento físico, cognoscitivo y psicosocial. Esto influye en cómo se sienten, piensan, toman decisiones e interactúan con su entorno” (2019, s.p.), asimismo afecta la forma en que han venido construyendo su identidad y la manera en que se relacionan con sus iguales, padres, maestros y demás personas que están presentes en sus vínculos cercanos. Estas situaciones tienen un gran componente emocional e influyen en el pensamiento y conducta de los adolescentes con los que se llevó a cabo esta investigación.

Partiendo de lo mencionado anteriormente, este apartado se centrará en dos aspectos: el intrapersonal que es definido por Gónzales et.al (2014) como: “la capacidad para comprenderse a sí mismos, sus reacciones y sentimientos, las causas de sus actuaciones” (P.5). y el interpersonal, que es definido como: “la capacidad para entender a los demás y relacionarse con personas y grupos, a través de la percepción de los estados de ánimo” (P.5). Durante la construcción de este y otros apartados, se tuvo en cuenta los relatos de cada uno de los adolescentes que participaron en los grupos focales planteados por esta investigación, por lo cual se utilizó un nombre codificado para garantizar y mantener la confidencialidad y privacidad de cada adolescente. Por lo tanto, se les asignó una numeración por participante de la siguiente manera: participante 1 (P1), participante 2 (P2),

participante 3 (P3), acompañado del grupo focal correspondiente: grupo focal 1 (G1) o grupo focal 2 (G2).

En cuanto a las situaciones problemáticas intrapersonales, una de las principales dificultades expresadas por los adolescentes del grupo con el que se llevó a cabo esta investigación es la preocupación por su futuro y su desempeño académico. Debido a que no tienen una claridad sobre lo que quieren hacer en su vida, en cuanto a estudiar una carrera y tener una profesión. P3-G1 expresó esto: "cuando uno se pone a pensar en cosas a futuro, qué quiere estudiar, qué quiere hacer con su vida, es muy estresante para muchas personas porque no tienen decidido qué es lo que les gusta" (2023). Este mismo tema también fue mencionado por P3-G2.

Es más, como la presión de que todo mundo le pregunta a usted "ah ¿qué carrera va a estudiar?, ¿ya te quieres especializar en algo?" Entonces uno se siente muy presionado, porque a veces uno como que todavía no se siente muy seguro para elegir una carrera (2023).

Asimismo, este factor está ampliamente vinculado con su desempeño en las responsabilidades académicas en el colegio, como lo expresa P2-G2: "No aprender bien lo del estudio porque o sea uno pa' pasar tiene que pasar todos los exámenes y como le ponen tanta cosa a uno pues... el no poder aprender cierta cosa pa poder avanzar de ahí" (2023). Los participantes consideran que aprobar los exámenes y las asignaturas es una preocupación que afecta su futuro y se sienten presionados ante la demanda que esto implica, tal como lo asocian P3-G1, P3-G2 y P2-G2, quienes también mencionan sentir estrés o sentirse presionados.

Además, gestionar sus emociones también es un aspecto problemático para los adolescentes, como lo explica P1-G2: "Me preocupa en mi vida cotidiana como no saber manejar mis emociones, yo tiendo como a desesperarme muy fácilmente ante situaciones que son muy pequeñas y no saber controlar como en el momento preciso esas cosas que pasan" (2023); Esto se debe a que, como explica P1-G2 posteriormente, "puedo hacer daño a otras personas con ese sentir, con esa emoción porque me

centro solo en mí y como en esa emoción” (2023). Esto demuestra la importancia de las emociones a la hora de interpretar cada situación que experimentan, dado que el discurso refleja un alto contenido emocional, también en cierta medida se muestra la empatía reflejada en lo dicho por P1-G2.

Situaciones problemáticas interpersonales: Durante el discurso de los participantes se determinó que el principal problema que encuentran a la hora de relacionarse con los demás es la poca validez que estos le dan a sus decisiones, sentimientos y situaciones particulares. Incluso llegan a percibir que “a veces las personas no empatizan mucho con uno, entonces, digamos que uno se siente estresado y como no empatizan, es como: ‘Ay, pero usted se estresa por nada’” (P3-G2, 2023). Esto lleva a los adolescentes a sentir que “le dan menor importancia a lo que uno siente”, como lo expresa P2-G2 (2023), o como lo expresa P3-G2, “minimizan tus sentimientos porque ellos no entienden cómo te sientes, entonces como que no importa que tú te sientas así, es una bobada, ellos como que ignoran ese sentir, lo minimizan, lo hacen como algo tonto” (2023). Se puede observar cómo la invalidación emocional influye a la hora de expresar emociones, tomar decisiones y regularse en algunos aspectos, puesto que si el joven no se siente validado emocionalmente tenderá a sentirse inseguro, y esto podría llegar a desencadenar situaciones particulares en los jóvenes, como lo puede ser la poca expresión de estos mismos hacia situaciones que pueden llegar a ser dañinas para ellos. Por otro lado, el proceso de invalidación por parte de los adultos podría llevar al joven a una alexitimia, la cuál es definida como: “Incapacidad de identificar, reconocer, nombrar o describir las emociones o los sentimientos propios, con especial dificultad para hallar palabras para describirlos” (Fernandez, 2018, p.482).

Incluso llegan a situaciones donde los adolescentes experimentan esta invalidación como intrusiva, debido a que no le da apertura a la toma de decisiones propias. Esto lo apoya P5-G2 al mencionar que “se meten en cosas que no tienen nada que ver con ellos, o sea, se meten en el mundo de uno, no es tanto preocupación, es como agobiación de parte de la familia” (2023). Esta percepción de

las dificultades, especialmente con los padres, puede afectar la actitud y el comportamiento de los adolescentes hacia ellos:

A partir de un modelo cognitivo, se menciona que lo que influye en mayor medida en el comportamiento de los adolescentes es la percepción que éstos tienen del tipo de relación con sus padres, más que el comportamiento de los mismos (Richaud de Minzi, 2005, citado por Caycho-Rodríguez, 2016, p.15).

Lo anterior puede ocasionar que se presenten conflictos en la comunicación con los padres, siendo esta una de las principales características que se dan en esta etapa (adolescencia) como se identificó en la presente investigación, “siempre es como el carácter que uno tiene, que choca mucho con la mamá, uno pelea mucho con la mamá” (P2-G1,2023). Las relaciones con los padres terminan creando significados en el adolescente que puede potenciar algunas conductas de riesgo como lo son las conductas autolesivas y heteroagresivas, pues como lo manifiesta P2-G1, los conflictos pueden agravarse debido a los significados que se puedan crear dentro de la mente de los jóvenes a la hora de entender el conflicto, que más que una situación de última instancia se convierte casi en una herramienta para sobrevivir dentro del tránsito por la etapa evolutiva.

### **Inteligencia Emocional y adolescencia**

Este apartado está orientado a comprender la percepción que posee el grupo de adolescentes que participó en la investigación en cuanto a las 5 esferas de la inteligencia emocional planteadas por Daniel Goleman (2021). Estas esferas incluyen la capacidad para identificar la emoción, el reconocimiento de la misma, la gestión que se le da a la emoción, el modo en que se reconoce la emoción en el otro (empatía) y cómo la emoción media las relaciones interpersonales.

Antes de abordar lo construido con los jóvenes dentro del grupo focal, es importante recordar la definición de estos tres conceptos: la identificación es definida como la manera de identificar lo que nos está sucediendo (Universidad de Chile, 2018); por otro lado, el reconocimiento se define como la acción de comprender las emociones propias mediante los diferentes cambios que hay dentro de sí o en las acciones de los otros (Fernández y Ruiz, 2008); por otro lado, la gestión emocional es definida como la capacidad de reconocer lo que se siente, controlar las respuestas emocionales (López y Arango, 2014). Es pertinente recordar que dentro de los diferentes márgenes sociales en los que se desenvuelven los jóvenes, estos 3 conceptos están presentes de diferentes maneras, pues no es lo mismo el reconocimiento emocional que pueda tener un adolescente que se mueve en entornos violentos a uno que se mueve dentro de otro tipo de entornos.

En el caso de los participantes de esta investigación, se pudo determinar que, en cuanto a la primera esfera, poseen una identificación adecuada de las emociones. Al interactuar con los adolescentes sobre la emoción que les traía cada una de las situaciones que expresaron a partir de sus experiencias de vida, el hecho de que ya tuvieran en mente una situación específica les ayudó a expresar y exteriorizar de manera más clara y eficaz dicha emoción. Como resultado, se obtuvo una respuesta casi inmediata por parte de los participantes de los dos grupos focales. Las emociones que más predominaron fueron el enojo, la frustración, el agobio, la desesperación, la impotencia, el miedo y la desconfianza.

Al hablar sobre la segunda esfera con los adolescentes, es decir, si consideraban que eran conscientes de que estaban experimentando alguna emoción en el momento en que se presentaba la situación problemática, la respuesta fue negativa. Esto se debió a que encontraron mayor dificultad al enfocarse en una sola emoción, como lo expresó P2-G2: "Es que son como muchas emociones y es difícil identificar cada una, porque uno siente enojo, ira, miedo, impulsividad" (2023). La misma percepción

fue dada por P2-G1, quien manifestó que "Es muy confuso, porque se mezclan varias emociones, entonces uno no sabe cuál siente en ese momento" (2023).

Podemos deducir que es fácil reconocer la emoción cuando se habla de una situación específica, pero es difícil reconocerla en el momento en que se siente para darle un manejo más adecuado. En otras palabras, gestionar la emoción, capacidad que corresponde a la tercera esfera, se encontró que este grupo de adolescentes hace uso de diferentes estrategias que les permiten desahogar y gestionar lo que sienten, tales como escuchar música, reflexionar, respirar, llorar, hacer ejercicio y buscar apoyo en otra persona, como lo expresa P1-G2: "Buscar no solo el apoyo en uno mismo, sino en otra persona que lo acompañe en ese momento" (2023).

También se encontraron estrategias que se enfocan en evitar ampliar el conflicto que generó la emoción, como lo expresa P2-G2: "Yo creo que lo mejor que uno puede hacer es alejarse, calmarse y hacer algo que le tranquilice, porque si usted se pone allá con la persona tiende a decir cosas que no quiere" (2023). Cabe recalcar que, a pesar de las múltiples estrategias planteadas por los adolescentes, se denota poca comunicación asertiva, especialmente con las personas involucradas en la situación conflictiva.

Durante los relatos relacionados con la cuarta esfera, que hace referencia a la empatía, se denota una preocupación por el sentir del otro, buscando no lastimar a la otra persona. Así lo expresa P1-G2: "Porque puedo hacerles daño a otras personas con ese sentir, con esa emoción, porque me centro solo en mí y en esa emoción" (2023) al mencionar que le preocupa no saber cómo manejar sus propias emociones en su día a día. Sin embargo, se encontró que, al presentarse la situación problemática, algunos participantes afirman no "ponerse en los zapatos del otro".

Asimismo, al indagar respecto a las actitudes que el grupo de adolescentes toma hacia las personas cuando se presenta una situación problemática, siendo esta la quinta esfera, relaciones interpersonales, se encontraron actitudes de alejamiento, evitación y rechazo. "Uno trata de alejarse de

la persona como para no hacer nada que no sea beneficioso en esa situación" (P2-G2, 2023). Esta postura también es apoyada por P1-G2, quien expresa que se comportan:

Como a la defensiva... no le digamos nada, no hagamos nada con esa persona pues toma como un pensamiento malo hacia la persona, o sea como que no tomamos empatía con esa persona en ese momento y solo pensamos en forma negativa (2023)

Una de las percepciones que más llamó la atención con relación a este aspecto fue la de P5-G1 al expresar:

En mi mente le estoy dando lo que merece, un ejemplo: esta persona me hace mucho daño, no cualquier bobadita... es si en verdad me hacen mucho daño, yo sé que es importante para esa persona y utilizo eso en su contra. (2023)

Ya que esto evidencia una posible dificultad en la gestión emocional, en la cual se actúa desde la emoción y no se muestra empatía hacia la otra persona. Además, el participante expresa que cuando ha pasado por estas situaciones, su actitud hacia las personas cambia, "no era así como todo hacia la normalidad si no que como mostrando más desprecio hacia la persona y esa persona que se sienta culpable" (P5-G1, 2023)

De esta última esfera, podemos inferir que la manera en cómo se dan las relaciones interpersonales de este grupo de adolescentes está relacionada de alguna u otra manera con una carencia en la comunicación con la persona con la que se da la situación problemática. Por lo tanto, las acciones que toman los participantes están orientadas a una actitud de cierre, rechazo y alejamiento, ya que perciben a la otra persona como incapaz de ponerse en su lugar y entenderlos. "Yo diría que a veces como que las personas no empatizan mucho con uno" (P4-G2, 2023). Esto también se interpreta como "que minimizan tu sentimiento porque ellos no entienden cómo te sientes, entonces como que no importa que tú te sientas así es una bobada. Ellos como que ignoran ese sentir, lo minimizan, lo hacen

como algo tonto” (P3-G2, 2023), dando como resultado dificultades a la hora de relacionarse con estas personas.

### **Conductas de riesgo experimentadas por los adolescentes**

*“Era como pasar algo emocional a algo físico, porque no lo entendía” (P5-G2, 2023)*

Este apartado busca dar claridad sobre las conductas de riesgo experimentadas por los participantes. Al analizar las respuestas de los participantes se encontró que la presencia de conductas de riesgo en ambos grupos focales era muy escasa. Sin embargo, los casos que se comentaron tenían un fuerte componente emocional que generaba daño en el aspecto intrapersonal de los adolescentes, es decir, estaban más relacionados con su autoestima y autoconcepto en el momento de llevarlas a cabo, así como con su impulsividad.

Entre las principales conductas de riesgo identificadas se encuentran las ideaciones suicidas, las autolesiones y los intentos de suicidio. Aunque los participantes no lo identifican propiamente como conducta de riesgo, describen actos y relatan situaciones que tienen una amplia relación con este concepto, frases como: “llegué a un punto en que me empecé a quemar” (P4-G2, 2023); “entonces en vez de autolesionarme, le pegaba a la pared” (P5-G2, 2023), denotan conductas que pueden llegar a ser alarmantes dado que comprometen la integridad y el bienestar físico y por supuesto mental de los participantes.

Es importante recalcar que detrás de estas conductas hay situaciones y sentimientos que de una u otra forma influyen en los adolescentes, un ejemplo de esto es lo expresado por P4-G2: “es como el dolor de que todas las personas que me quieren se van a ir, todo el mundo me va a abandonar y voy a quedar al final sola, nadie me quiere, nadie quiere estar conmigo” (2023) este tipo de pensamientos se dan a causa de situaciones que pueden ser percibidas como difíciles de manejar por parte de los

participantes, así lo manifiesta P4-G2 “eso a mí me marcó muchísimo, por mucho tiempo (pausa) todavía” (2023), haciendo referencia a la experiencia de ver a su padre despedirse de ella por que se marchaba de la casa, situación que percibió como abandono por parte de este.

Aunque los participantes tienen distintas formas de percibir las situaciones y de actuar en torno a ellas, todas estas concluyen en que son una forma de desahogarse como ellos mismos lo expresan: “uno encuentra como la forma de desahogarse” (P4-G2, 2023); es aquí donde se da el interrogante ¿Qué buscan desahogar los adolescentes por medio de actos que ponen en riesgo su integridad?: “era como pasar algo emocional a algo físico, porque no lo entendía” (P5-G2, 2023)

Esta pregunta llega a tener respuesta a partir del relato de este grupo de jóvenes cuando expresan cómo las situaciones de su cotidianidad están permeadas por emociones, específicamente en situaciones problemáticas se presentan emociones como: enojo, frustración, desconfianza, impotencia, miedo. Asimismo, ellos reconocen que estas emociones tienen influencia en cómo se comportan, “la rabia puede hacer que uno tome malas decisiones” (P1G1, 2023), “uno se deja llevar” (P3-G1,2023) y estos comportamientos pueden terminar en una conducta de riesgo como se expone a continuación: “no al punto de cortarme, pero sí al punto de que uno se empieza a hacer como así (se pellizca) o se pega, pues a veces como por... no sé, como por rabia (se le rompe la voz) (P2-G2, 2023).

Lo expresado anteriormente entra dentro del concepto de autolesión que nos brinda Zaragoza (2017) “la autodestrucción, que se manifiesta en cortes, quemaduras, rasguños, arañazos, tirones del pelo, golpes (sobre todo en la cabeza), cualquier forma de producción de dolor es una forma de expresar el sufrimiento” (p.39) coincidiendo con la percepción de P5-G2 “entonces llegó un momento compulsivo en el que dejé de cortarme y le pegaba a la pared para poder descargar el sentimiento de culpa” (2023); esta culpa era dirigida hacia sus padres quienes no contaban con la herramientas ni la forma para manejar lo que su hijo(a) estaba pasando, “entonces mantenían cada 8 días en un hospital o

como muy duro para ellos no saber qué hacer conmigo como para que yo no quisiera como morirme” (P5-G2, 2023).

Finalmente encontramos que las conductas de riesgo experimentadas por los participantes de esta investigación están relacionadas con el concepto de desregulación emocional que se caracteriza por la ausencia de estrategias de adaptación junto con el uso de estrategias disfuncionales para regular respuestas emocionales (Bohórquez-Borda et al, 2022) dicho concepto se ve reflejado a la hora de enfrentarse a las situaciones especialmente si estas son negativas, esto se identificó en los relatos expuestos por el grupo, mismos que están orientados hacia autolesiones, ideaciones suicidas e intentos de suicidio.

### **Relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo**

Como ya se había planteado anteriormente, la inteligencia emocional es considerada por diversos autores, entre ellos González-Yubero et al. (2020) y Solís (2021), como un factor protector debido a que consiste en desarrollar habilidades necesarias para el crecimiento del adolescente y la adaptación que este pueda tener con su entorno, como lo indican Brackett et al. (2011) citados en González-Yubero et al. (2021): “Las habilidades emocionales pueden ser aprendidas y mejoradas, previniendo así conductas de riesgo para la salud” (p. 28).

En relación con el tema de las conductas de riesgo en adolescentes, Daniel Goleman (2021) considerado el padre de la inteligencia emocional dice que la falta de habilidades emocionales puede contribuir a la toma de decisiones impulsivas y poco reflexivas, lo que puede llevar a los jóvenes a verse envueltos en conductas de riesgo o poco saludables. Además de esto, Goleman (2021) destaca que los adolescentes que tienen una buena inteligencia emocional tienen una mayor capacidad para manejar el estrés y las emociones negativas que se presentan en la cotidianidad, lo que les permite tomar decisiones más prudentes y saludables que contribuyan a su desarrollo.

En esta investigación, se pudo identificar que aquellos participantes que tenían alguna dificultad en cuanto a las 5 esferas de la inteligencia emocional planteadas por Daniel Goleman, han experimentado o llevan a cabo alguna conducta de riesgo que afectó o afecta su integridad física y psicológica. Además, los adolescentes admiten que encuentran una relación entre estos dos factores, especialmente enfocando la emoción, debido a que ven en la conducta de riesgo una forma de desahogo. Esto expresado por ellos: “Digo que sí hay una relación, porque uno encuentra como la forma de desahogarse, pues a pesar de que no es una buena forma, se siente bien en su momento” (P4-G2, 2023).

Sin embargo, el principal factor que se relaciona con las conductas de riesgo en este grupo específico fue la poca gestión emocional o desregulación emocional, que como ya se había mencionado, va en relación a las capacidades que poseen los adolescentes para adaptarse a lo que experimentan cada día. Al haber dificultades en este aspecto, podemos encontrar el uso de estrategias disfuncionales para regular respuestas emocionales, como lo son las autolesiones, las ideas e intentos de suicidio. También, expresado por Berbena y López (2012): “Los adolescentes que muestran falta de capacidad para la comprensión y el manejo de las emociones responden al ambiente mediante acciones que atentan contra su propia salud” (p. 61).

Retomando que durante los relatos los participantes manifestaron múltiples conductas relacionadas con daño físico (quemaduras, cortes, arañazos, pellizcos) a sí mismos, producido por situaciones cotidianas pasadas (abandono, incompreensión, poca comunicación, expectativas de otros hacia su futuro) permeadas por las emociones que ellos mismos manifestaron, tales como la ira, la impotencia, el miedo, la frustración, podemos inferir que hay una desregulación emocional que los lleva a incidir en conductas de riesgo antes mencionadas.

## Conclusiones

La adolescencia es una de las etapas más importantes por las que pasa el ser humano, debido a que está permeada por cambios importantes que definen cómo se estructura la personalidad y la identidad del individuo. Todo esto también se ve influenciado por las situaciones y el ambiente en el que se desenvuelve el adolescente y la percepción que tiene de esas situaciones, cómo lo afectan emocionalmente y las herramientas que posea para transitarlas.

Todo esto se vio reflejado durante la realización de los grupos focales, en los cuales cada participante manifestó, desde su perspectiva, situaciones específicas tanto a nivel interpersonal como intrapersonal que son vistas como problemáticas o difíciles de manejar, las emociones que estas producen y cómo las gestionó en su momento, es decir, que estrategias utilizan para expresar la emoción o el malestar que parte de esta, esto se llevó a cabo de manera guiada a partir de las preguntas propuestas desde las categorías: problemáticas de la cotidianidad del adolescente, Inteligencia emocional y adolescencia, conductas de riesgo experimentadas por los adolescentes y relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo, planteadas en esta investigación.

La primera categoría aborda todo aquello que el adolescente identifique como problemático en su cotidianidad, ya sea con relación a sí mismo o a las demás personas, en las cuales salen a relucir experiencias en relación con su futuro y con las exigencias que encuentran hacia este: rendimiento académico, la validación de su sentir por parte de los demás, especialmente padres o personas cercanas (familias, maestros, entre otros).

Estas situaciones provocan en el adolescente un sinnúmero de emociones que, dependiendo de la situación, pueden ser positivas o negativas. Sin embargo, las encontradas en el discurso del grupo de participantes eran mayormente relacionadas con la ira, la frustración, el miedo y la impotencia. Todo

esto abarcado en la categoría inteligencia emocional, también se indagó con los adolescentes las maneras en cómo desahogaban las emociones anteriormente mencionadas y se identificó poca comunicación, Es decir, los adolescentes prefieren usar estrategias que no estén relacionadas con hablar de sus sentimientos, viéndose afectadas las relaciones interpersonales con sus familia, amigos, maestros entre otros, debido a que no sienten que puedan expresar lo que sienten esto es manifestado por ellos como “que minimizan tu sentimiento porque ellos no entienden cómo te sientes, entonces como que no importa que tú te sientas así es una bobada. Ellos como que ignoran ese sentir, lo minimizan, lo hacen como algo tonto” (P3-G2, 2023) por lo que han optado por estrategias como escuchar música, hacer deporte y en algunos de los casos, conductas autodestructivas.

Lo cual nos lleva a la pregunta de investigación que se planeó inicialmente: ¿Cuál es la relación entre las dificultades en la inteligencia emocional y las conductas de riesgo? Se ha encontrado que la gestión emocional propia de la inteligencia emocional se encuentra relacionada con las conductas de riesgo experimentadas en los participantes de esta investigación. Debido a que se ha podido evidenciar dificultades en este aspecto, llevan a la adherencia a conductas de riesgo como la autolesión, la ideación suicida y el intento suicida. Conductas que fueron expuestas por los participantes durante la elaboración de los grupos focales.

De la misma forma, otras investigaciones han recalcado el papel de la inteligencia emocional a la hora de adquirir o no una conducta de riesgo. Autores como Ruiz-Aranda et al. (2006) concluyeron que una menor capacidad para regular los estados emocionales propios, junto con altos niveles de atención emocional, podría provocar un incremento del pensamiento rumiativo y un estado de ánimo displacentero, facilitando así las conductas de riesgo como vía para mitigar los estados emocionales aversivos. Como lo evidenciamos en frases como: "Uno encuentra como la forma de desahogarse, pues a pesar de que no es una buena forma, se siente bien en su momento" (P4-G2, 2023).

Reyes y Alonso (2001), citados por Colorado (2012, p.190), expresan que "muchas de las razones específicas para intentar suicidarse encuentran su origen en la vulnerabilidad psicológica del individuo. Por lo tanto, la IE de este se ve afectada, y se manifiesta en una incapacidad para expresar apropiadamente los sentimientos". Por lo cual, se podría inferir que a mayor inteligencia emocional (siendo esta una habilidad que comprende la gestión y regulación emocional), menor es la probabilidad de que un adolescente caiga en una conducta de riesgo debido a que la inteligencia emocional proporciona herramientas que favorecen la adaptación y comprensión de las situaciones cotidianas en las cuales se desenvuelven los adolescentes.

## Referencias

- Alonso-Fernández, F. (2011). La alexitimia y su trascendencia clínica y social. *Salud Mental*, 34(6), 481-490. <http://scielo.unam.mx/pdf/sm/v34n6/v34n6a2.pdf>
- Atilán, M. P., Palos, P. A., & Calleja, N. (2019). Validación de la Escala de Esquemas Maladaptativos Tempranos para Niños. *Acta de Investigación Psicológica*.  
<https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2019.1.04>
- Ato García, M. (1984). Modelos de procesamiento de información en psicología [Digital]. En <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/23710/1/N%c2%ba%20%20Modelos%20de%20procesamiento%20de%20informaci%c3%b3n%20en%20psicolog%c3%ada.pdf> (1.a ed., Vol. 1, pp. 107-131).
- Ayestarán, S. (1987). El grupo de pares y el desarrollo psicosocial del adolescente. *Estudi general: Revista de la Facultat de Lletres de la Universitat de Girona*, 7, 123-135. <https://dugi-doc.udg.edu/bitstream/10256/5619/1/43434.pdf>
- Ballesteros, S. (1999). Memoria humana: investigación y teoría. *Psicothema*, 11(4), 705-723. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72711401.pdf>
- Bauzá, J. C., & Del Carmen Fernández Bennassar, M. (2009). Adolescencia y desarrollo emocional en la sociedad actual. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 235-242. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832320025.pdf>
- Bello-Dávila, Z., Rionda-Sánchez, H. D., & Rodríguez-Pérez, M. D. (2010). La inteligencia emocional y su educación. *VARONA*, 51, 36-43. <https://www.redalyc.org/pdf/3606/360635569006.pdf>
- Berbena, M. A. Z., & López, I. C. G. (2012). Adolescentes en situación de riesgo psicosocial: ¿Qué papel juega la inteligencia emocional? *Psicología conductual = behavioral psychology: Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, 20(1), 59-75. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3924116>

- Bohórquez-Borda, D., Gómez-Villarraga, D., Pérez-Cruz, D., & García-Rincón, L. (2022). Desregulación emocional y nivel de riesgo por consumo de sustancias psicoactivas en universitarios colombianos. *Revista CES psicología*, 15(3), 115-132. <https://doi.org/10.21615/cesp.6159>
- Brambila Hernández, A. (2011). La Enseñanza Aprendizaje de la Historia en el Currículo 2011 en Escuelas Secundarias del Estado de Tlaxcala: <https://posgradoeducacionuatx.org/pdf2019/D053.pdf>
- Carolina Yudes, Lourdes Rey Peña, Natalio Extremera Pacheco. *Ciberagresión, adicción a internet e inteligencia emocional en adolescentes: un análisis de diferencias de género. Voces de la Educación*, 2019. {hal-02511693}
- Casassus, J. (2015). *La educación del ser emocional. Segunda edición (2.ª ed.)* [Digital]. Alianza Editorial.
- Caycho-Rodríguez, T. (2016). Relación con los padres y estrategias de afrontamiento en adolescentes de Lima. *Propósitos y Representaciones*, 4(1). <https://doi.org/10.20511/pyr2016.v4n1.86>
- Charmaz, K. (2014). *Constructing Grounded Theory*. London: Sage Publications.
- Colorado, Y. S. (2012). La Inteligencia Emocional como factor protector ante el suicidio en adolescentes. *Revista de Psicología GEPU*, 3(1), 182-210. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3982396.pdf>
- Da Silveira Donaduzzi, D. S., Beck, C. L. C., Weiller, T. H., Da Silva Fernandes, M. N., & Viero, V. (2015b). Grupo focal y análisis de contenido en investigación cualitativa. *Index de Enfermería*, 24(1-2), 71-75. <https://doi.org/10.4321/s1132-12962015000100016>
- Darwin, C. (2022, 9 marzo). *The Expression of the Emotions in Man and Animals: A classic evolutionary theory text (Illustrated and Annotated)*. ("The Expression of the Emotions in Man and Animals: A classic ...") Independently
- Davidoff, L. (1989). *Introducción a la Psicología 3/E (3.a ed., Vol. 3)* [Digital]. MCGRAW HILL EDUCATION. *default - Stanford Medicine Children's Health*. (s. f.). <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=desarrollocognitivo-90-P04694>

Fernández-Berrocal, P., & Ruíz, D. (2008). La Inteligencia Emocional en la educación. *Revista electrónica de investigación psicoeducativa*, 6(2), 421-436

Francesc Palmero Cantero. (2002). La emoción desde el modelo biológico. *REME*, 6(13), 5.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=640533>

Goleman, D. (2021). La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual. EDICIONES B.

González-Yubero, S., Lázaro-Visa, S., & Palomera, R. (2020). ¿Qué Aporta la Inteligencia Emocional al Estudio de los Factores Personales Protectores del Consumo de Alcohol en la Adolescencia? *Psicología Educativa*, 27(1), 27-36. <https://doi.org/10.5093/psed2020a13>

Hendry, L. B. (2003). *Psicología de la adolescencia*. Dialnet.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=309867>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., Y Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación (6a. ed. --.). México D.F.: McGraw-Hill.

Hernández, I. L. (2009). El lenguaje: herramienta de reconstrucción del pensamiento. *Razón y Palabra*, 15(72).

[https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/16347/Rios\\_raypa\\_10.pdf;jsessionid=9BAD96D56EFD3474E96A405371AAA401?sequence=1](https://repositori.upf.edu/bitstream/handle/10230/16347/Rios_raypa_10.pdf;jsessionid=9BAD96D56EFD3474E96A405371AAA401?sequence=1)

*Introducción a la Psicología Cognitiva | Biblioteca Virtual José Roberto Arze*. (s. f.)

<https://fhcevirtual.umsa.bo/btecavirtual/?q=node/1809>

La inteligencia emocional según Salovey y Mayer – Rafael Bisquerra. (s. f.).

<https://www.rafaelbisquerra.com/inteligencia-emocional/la-inteligencia-emocional-segun-salovey-y-mayer/>

*La inteligencia emocional y su relación con la toma de decisiones en adolescentes.* (2022, 4 enero).

Ocronos - Editorial Científico-Técnica. <https://revistamedica.com/inteligencia-emocional-decisiones-adolescentes/>

Lillo Espinosa, J. L. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 90. <https://doi.org/10.4321/s0211-57352004000200005>

Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators (pp. 3-34). Basic Books.

Mestre, J. Palmero C. Procesos psicológicos básicos: Una guía académica para los estudios en psicopedagogía, psicología y pedagogía. Mac Graw Hill/Interamericana de España, S.A.U. ISBN: 84-481-4184-9. 2004

Ostrosky, F. (2013). *Neurobiología de las Emociones | Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias.* <http://revistaneurociencias.com/index.php/RNNN/article/view/306>

Peele, S. (1993). *Diseasing of America: Addiction treatment out of control.* Houghton Mifflin. ISBN: 0395588022, 9780395588024

*Reconocer y gestionar las emociones para mejorar la salud mental. (s. f.).*

<https://www.uchile.cl/noticias/176402/reconocer-y-gestionar-las-emociones-para-mejorar-la-salud>

Rivero, J. C., & Fierro, M. J. C. G. (2005b). Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. En Universidad Privada del Norte eBooks. Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/25269>

Salas, F. G. (2018). Caracterización de factores implicados en las conductas de riesgo en adolescentes. *Revista ABRA*, 38(56), 1. <https://doi.org/10.15359/abra.38-56.3>

Sánchez, G. M. (2017, 4 julio). *Casassus Juan - La Educación Del Ser Emocional.pdf*.

[https://www.academia.edu/33769023/Casassus\\_Juan\\_La\\_Educacion\\_Del\\_Ser\\_Emocional\\_pdf](https://www.academia.edu/33769023/Casassus_Juan_La_Educacion_Del_Ser_Emocional_pdf)

Santander Universidades. (2022, 1 marzo). *Procesos cognitivos: qué son y cómo pueden ayudarte*. Becas

Santander. <https://www.becas-santander.com/es/blog/procesos-cognitivos.html>

Schmidt, V., Maglio, A. L., Messoulam, N., Molina, M., & González, A. V. (2010). La Comunicación del Adolescente con Sus Padres: Construcción y Validación de Una Escala desde un Enfoque Mixto. *Interamerican Journal of Psychology*, 44(2), 299-311.

<https://www.redalyc.org/pdf/284/28420641011.pdf>

Schmidt, V., Maglio, A., Messoulam, N., Molina, M. F. & Gónzales, A. (2010). La Comunicación del Adolescente con Sus Padres: Construcción y Validación de Una Escala desde un Enfoque Mixt. *Interamerican Journal of Psychology*, 44(22), 299-311.

<https://www.redalyc.org/pdf/284/28420641011.pdf>

Solis, M. G. O. (2021). Inteligencia emocional, empatía y buen trato como factores protectores frente a la agresión física en adolescentes. *Revista CES psicología*, 14(2), 1-19.

<https://doi.org/10.21615/cesp.5222>

Tomás, j & Almenara, J. (s. f.). *Clasificación en paidopsiquiatria. Conceptos y enfoques: Enfoque Cognitivo Conductual* [Tesis maestría en Paidopsiquiatria.]. Universidad autonoma de barcelona.

UNICEF (s. f.). ¿Qué es la adolescencia? <https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>

Urzua, r & Váldez, M. (1997). *El adolescente y sus conductas de riesgo* (1.a ed., Vol. 2) [Electronico].

Universidad catolica de chile.

[https://books.google.com.co/books/about/El\\_adolescente\\_y\\_sus\\_conductas\\_de\\_riesgo.html?id=kn7oDwAAQBAJ&printsec=frontcover&source=kp\\_read\\_button&hl=es-419&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.co/books/about/El_adolescente_y_sus_conductas_de_riesgo.html?id=kn7oDwAAQBAJ&printsec=frontcover&source=kp_read_button&hl=es-419&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

World Health Organization: WHO. (2019). Salud del adolescente. [www.who.int](http://www.who.int).

[https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1)

Zaragozano, J. F. (2017). Autolesiones en la adolescencia: una conducta emergente. Boletín de la

Sociedad de Pediatría de Aragón, La Rioja y Soria, 47(2), 37-45.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6393711.pdf>