

LA CONCIENCIA EMOCIONAL ENTRE LOS ADOLESCENTES LOGROÑESES: RESULTADOS DE UN ESTUDIO

Luis Alberto Sanvicéns

Observatorio de la Juventud de la Ciudad de Logroño

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Tras la pandemia noticias sobre salud mental, bienestar psicológico, emocional en los jóvenes

Preocupación municipal



Observatorio

Trabajar para intervenir



El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Ámbito de Actuación: Conciencia Emocional

- Facilidad para trabajar este ámbito.
- Posibilidad de trabajar este campo.
- (sobre todo y principalmente) bastantes potenciales beneficios al actuar en este campo.

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Relevancia de la Conciencia Emocional

Las investigaciones la han asociado con:

- Competencia social (inadaptación)
- Rendimiento académico (fracaso escolar)
- Problemas de conducta (agresividad)
- Quejas somáticas
- Problemas internalizantes (ansiedad o depresión)

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Ficha Técnica de la Encuesta

Ámbito: Logroño

Universo: Estudiantes de 3º y 4º de ESO de centros educativos situados en Logroño

Tamaño de la muestra: 447

Margen de error: $\pm 4,32$ (Nivel de Confianza: 95%)

Tipo de muestreo: Por conglomerados

Modalidad: Cuestionario autocumplimentado

Fechas de Trabajo de Campo: 27/01/22 – 10/03/22

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Instrumento de Recogida de Datos:

Cuestionario de Conciencia Emocional (EAQ30)
(Carolien Rieffe y colaboradores)

Cuestionario Autocumplimentado

Dirigido a niños y adolescentes (8-16 años)

Formado por 30 ítems (6 factores)

Tres posibles respuestas

Escala validada ya en España

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Cuestionario de conciencia Emocional: Factores

F1 Diferenciar emociones	7 ítems
F2 Comunicar emociones	3 ítems
F3 No esconder emociones	5 ítems
F4 Conciencia corporal	5 ítems
F5 Atender emociones de otros	5 ítems
F6 Análisis de emociones propias	5 ítems

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Resultados Agrupados por Factores

	Media
F1 Diferenciar emociones	2,18
F2 Comunicar emociones	1,96
F3 No esconder emociones	1,82
F4 Conciencia corporal	2,19
F5 Atender emociones de otros	2,76
F6 Análisis de emociones propias	2,29

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Ítems con menor puntuación

Cuando estoy disgustado por algo, a menudo me lo guardo para mi mismo _____→	1,57 (1)
Cuando estoy disgustado intento no mostrarlo →	1,76 (2)
No se cuándo algo me va a disgustar o no _____→	1,82 (2)
Puedo explicar fácilmente a un amigo cómo me siento por dentro _____→	1,87 (2)
Las demás personas no necesitan saber cómo me siento _____→	1,88 (2)
Me cuesta hablar con alguien de cómo me siento →	1,89 (1)

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Bibliografía

- Ordoñez, Ana (et. al.) (2014). Conciencia emocional, estados de ánimo y rendimiento académico. *INFAD Revista de Psicología*, Vol.6 (1), 229-236
- Ordoñez, Ana (et. al.) (2016). Propiedades psicométricas del Cuestionario de conciencia emocional en población infantil española. *Revista Latinoamericana de Psicología*, Vol. 48 (3), 183-190
- Villanueva, Lidón (et. al.) (2014). Conciencia emocional, estados de ánimo e indicadores de ajuste individual y social en niños de 8-12 años. *Anales de psicología*, Vol. 30 (2), 772-780

**MUCHAS GRACIAS POR SU
ATENCIÓN**

Conciencia emocional. Adolescentes Logroñeses

Concepto de competencia emocional

Capacidad de percibir, comprender, tomar conciencia, expresar, controlar y regular las emociones de forma adaptativa (Ordoñez et. al. 2016)

Concepto de conciencia emocional

La conciencia emocional es una competencia emocional básica, que hace referencia a diferencias individuales en la forma de ser consciente del funcionamiento emocional (Ordoñez et. al. 2016)