

**Aplicación y análisis del test de inteligencia emocional de Bar-On en deportistas de 13 a 16 años de la liga de esgrima de Bogotá*****Application and analysis of the Bar-on emotional intelligence test in athletes from 13 to 16 years of age from the Bogotá fencing league******Khalil Badwan Calderón***<https://orcid.org/0000-0003-0707-0768>

Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá, Colombia.

[khalilbc1@hotmail.com](mailto:khalilbc1@hotmail.com)**Resumen**

El presente Trabajo de Investigación, muestra los resultados obtenidos al valorar la inteligencia emocional (IE) por medio del test de Bar-On en deportistas de 13 a 16 años de edad, adscritos a la Liga de Esgrima de Bogotá, en donde no se han realizado estudios que den razón sobre el estado de la Inteligencia Emocional de estos deportistas; además, la formación de la dimensión psíquica de los niños y adolescentes deportistas es aleccionada por los entrenadores. Se presenta la tabulación y los resultados del test de IE de Bar-on con el objetivo de establecer el estado de cada una de las subvariables que la conforman, los valores muestran que existe homogeneidad entre los sujetos de estudio y que se sitúan en la escala de valoración promedio; razón por la cual se puede dialogar de un perfil colectivo del deportista. Sumado, se expone información comparativa de la IE por sexo, encontrando que no existen diferencias significativas. Conjuntamente se observó que frente a las diferentes escalas que conforman la IE, la escala adaptabilidad fue la que mejor valoración alcanzó, lo cual sugiere un mejor desarrollo en este aspecto, esto debido a la incidencia de la práctica deportiva sobre la habilidad de solucionar conflictos y adaptarse a diferentes situaciones.

**Palabras clave:** Práctica deportiva, inteligencia emocional (IE), test de Bar-on, Esgrima.

**Abstract**

This Research Work shows the results obtained by assessing emotional intelligence (EI) by means of the Bar-On test in athletes from 13 to 16 years of age, affiliated to the Bogotá Fencing League, where there have not been carried out studies that give reason about the state of the Emotional Intelligence of these athletes; besides, the formation of the psychic dimension of sports children and adolescents is instructed by the coaches. The tabulation and results of the Bar-on EI test are presented with the objective of establishing the status of each of the subvariables that make it up, the values show that there is homogeneity between the study subjects and that they are located on the scale average valuation; reason for which it is possible to discuss a collective profile of the athlete. In addition, comparative information on EI by sex is exposed, finding that there are no significant differences. Together, it was observed that compared to the different scales that make up EI, the adaptability scale was the one that achieved the best evaluation, which suggests a better development in this aspect, due to the incidence of sports practice on the ability to solve conflicts and adapt to different situations.

**Keywords:** Sports practice, emotional intelligence (EI), Bar-on test, Fencing

**Recibido:** 30/07/2023**Enviado a árbitros:** 30/07/2023**Aprobado:** 17/11/2023

## **Introducción**

La Liga de Esgrima de Bogotá tiene como objetivo primordial formar deportistas de alto rendimiento, a través de prácticas orientadas hacia el perfeccionamiento de las cualidades y las condiciones físico-técnicas de los deportistas. Actualmente, y de acuerdo con la información suministrada por entrenadores, deportistas, padres de familia y miembros del comité ejecutivo de la liga, previo consentimiento informado, no se han realizado valoraciones de la Inteligencia Emocional (IE) que den razón de su estado en los niños deportistas que conforman la liga.

Esta situación resulta porque los recursos económicos de la entidad que subvenciona el deporte Bogotano, Instituto Distrital De Recreación y Deporte (IDRD), están destinados mayoritariamente a los deportistas seleccionados para juegos nacionales en lo que a su preparación psicológica se refiere; adicionalmente a esto, el bajo presupuesto de la liga no es suficiente para desarrollar actividades que vayan en pro de la formación psicológica, incluyendo las valoraciones, y en consecuencia la formación psíquica es orientada por los entrenadores. Puede decirse entonces, que la dimensión emocional de los deportistas, es responsabilidad de los instructores, ya que por su formación académica abordan suficientemente el componente táctico y técnico del deporte, pero insuficientemente la dimensión psicológica, asignándole su verdadera importancia *sólo en la derrota*, (de Armas Paredes 2011, p. 10).

Este reporte de Investigación da razón de la información colectada por medio del test de Inteligencia emocional (Bar-On and Parker 2000) el cual arroja resultados en cinco sub-variables: a) Escala Intrapersonal, b) Escala Interpersonal, c) Escala de manejo del estrés, d) Escala de adaptabilidad, y e) la síntesis de los cuatro componentes anteriores llamado Coeficiente Emocional (QE).

Además, se presenta la tabulación del test de IE, necesaria para establecer las relaciones entre el Coeficiente Emocional y la práctica deportiva, el contenido es información parcial

fundamental para confirmar la hipótesis: existen correlaciones altamente positivas entre el Coeficiente emocional y los componentes de la práctica deportiva.

Por tal razón, la importancia de este ejercicio investigativo es: a) aplicar e interpretar los datos arrojados por el test de IE de Bar-On, b) aportar elementos de reflexión a la liga de Esgrima de Bogotá, sobre su intervención en la dimensión emocional que efectúan en los deportistas, c) aportar criterios de reflexión de las praxis que permitan una mejor comprensión del componente emocional del deportista; fundamental para el éxito deportivo.; y, d) contribuir a la comunidad académica en general con elementos de discusión que permitan enriquecer los ámbitos de la psicología deportiva y el entrenamiento.

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Aplicar y analizar el test de inteligencia emocional de Bar-On en deportistas de 13 a 16 años de la liga de esgrima de Bogotá, con el fin de establecer el estado de la inteligencia emocional y en cada una de las sub variables que la conforman.

### **Método**

Este trabajo, indaga sobre las características grupales de la inteligencia emocional en deportistas de 13 a 16 años de la liga de esgrima de Bogotá, con el fin de caracterizar la población objeto de estudio y crear un perfil emocional individual, grupal, y un comparativo por sexo, a partir de los datos recogidos en la aplicación del test.

En la fase de recolección de datos, se aplicó a todos los deportistas que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión el test de IE de Bar-On. Consecutivamente, se tabuló la información

del perfil haciendo uso de Microsoft Excel, se graficó un perfil emocional grupal, por sexo y un comparativo. Los resultados se presentarán a modo de informe.

Por otra parte, es importante mencionar que el modelo investigativo es de tipo holístico (Hurtado de Barrera 2000) y centra sus objetivos como logros sucesivos de un proceso continuo, usando técnicas cuantitativas o cualitativas para el análisis de la información.

### **Marco Teórico-conceptual de referencia**

(Vargas y Rojas 2001, p. 45) Citando a (Piaget, 1973) exponen que la IE es el resultado del intercambio activo del sujeto con el entorno y de adaptarse al medio. Es así como la IE puede ser entendida como aquellas características que tienen las personas para ser más competentes, como base de la inteligencia social (Salovey and Mayer 1990) que es aprendida y educable (Haywood, 1982)(Gardner 1993) y que da razón de la forma como los seres humanos construyen acciones enriquecidas por el uso de sentimientos y emociones (Salovey and Mayer 1990) , además, que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminando entre ellas y usando su información para guiar el pensamiento y las acciones del ser.

Para Bar-On, la inteligencia emocional se expresa en términos del Coeficiente Emocional (EQ), una serie de habilidades personales e interpersonales para hacer frente a las demandas y presiones del entorno. La persona con Inteligencia Emocional, posee una actitud positiva, auto respeto, la capacidad de actualizar su propio potencial, llevar una vida plena, comprender las emociones de los otros, y mantener relaciones interpersonales satisfactorias (Bar-On 1997).

La investigación de León González-Velez (2010) hace un recuento de los diferentes modelos de inteligencia socio emocional: El modelo de Reuven Bar-On, Modelo de la inteligencia emocional de rasgo de Petrides y Furnham, y el modelo de las habilidades de Salovey y Mayer.

Este artículo se basa en el modelo de Reuven Bar-On, modelo que concibe la inteligencia emocional, como un conjunto de habilidades, que permiten al ser humano el afrontamiento, comprensión y adaptación a situaciones propias del contexto, y entiende la IE como una meta habilidad emocional, que de estar bien desarrollada puede traducirse en: Éxito y bienestar “incluyendo el ámbito deportivo” (Ros Martínez, Moya-Faz et al. 2013), El mantenimiento de una actitud positiva frente a la vida, -el reconocimiento del potencial individual, una comunicación asertiva de las emociones propias y ajenas, y -afrontar de forma inteligente y benéfica el estrés. Los resultados de la aplicación del test de Bar-On, concibe las siguientes escalas de análisis:

- **Escala Intrapersonal**, compuesta por cinco habilidades relacionadas: a) auto-conciencia emocional, la habilidad de reconocer y comprender los propios sentimientos, b) asertividad, la habilidad de expresar sentimientos, creencias y pensamientos, c) auto-estima, la habilidad de auto-valorarse, d) auto-actualización, la habilidad para llevar a cabo sus propias capacidades, y e) independencia, la habilidad de auto-direccionarse y auto- controlar sus propios pensamientos y acciones para ser libres de la dependencia emocional.

- **Escala Interpersonal** está compuesta por tres habilidades relacionadas: a) empatía, la habilidad para estar alerta, comprender y apreciar los sentimientos de los otros, b) responsabilidad social, la habilidad de mostrarse como una persona cooperativa, contributiva, y como miembro social de su grupo; y c) relaciones interpersonales, la habilidad para establecer y mantener relaciones satisfactorias mutuas, caracterizadas por la cercanía emocional.

- **Escala de adaptabilidad**, está formada por tres habilidades relacionadas: a) evaluación de la realidad, la habilidad de validar las propias emociones, b) flexibilidad, la habilidad de ajustar las propias emociones, sentimientos, pensamientos y comportamientos para cambiar situaciones y condiciones; y c) resolución de problemas, la habilidad de identificar y definir problemas, así

como de generar e implementar soluciones potencialmente efectivas.

- **Escala Manejo del Estrés** está compuesta por dos habilidades: a) tolerancia al estrés, la habilidad de resistir eventos adversos y situaciones de estrés sin desmoronarse, haciéndole frente de forma positiva y activa, y b) control del impulso, la habilidad de resistir o retrasar un impulso, y controlar las propias emociones.

- **Escala de IQ** compuesta por las escalas intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés.

- **Escala de impresión positiva.** Compuesta por la autoimagen y auto percepción.

De la misma manera, cuando sea necesario, también se deberán indicar las normas técnicas o estándares a considerar.

## **Muestra**

Lo que busca este aparte, es identificar la población, la cantidad de información recolectada, en lo que se considera las preguntas que responden a cuándo, quiénes, cuánto, qué, dónde. En cierto sentido, tiene una relación directa con el núcleo de observación. Ejemplo: Entrevista estructurada con cuestionario auto diligenciado a 100 estudiantes de Psicología forestal de la Universidad Scientia Philosophia, en la Ciudad de San Benito II, durante el periodo 2014-A. El cuestionario tenía como fin establecer la percepción de los jóvenes sobre el sentido de autonomía universitaria y su influencia en la calidad de la educación superior.

Para ello, se tuvo en cuenta el conjunto de preguntas sobre: a) el sentido de libertad, b) la calidad de la educación, c) la participación de los jóvenes en las decisiones políticas, d) los imaginarios sociales respecto a la profesión estudiada, y e) el conocimiento de la ley y su relación con las normativas institucionales.

**Resultados**

Cada una de las dimensiones de la inteligencia emocional será entendida como una escala, tal como se evidencia en la siguiente tabla 1:

**Tabla 1. Escalas y descripción de la inteligencia emocional**

| escala                       | descripción  |
|------------------------------|--|
| Intrapersonal                | forma autónoma las emociones y expresar necesidades de forma asertiva. Da entendida como la capacidad de entender los sentimientos y |
| Interpersonal                | comportamientos de los otros, además capaces de comunicar a otros sus intereses y emociones.   |
| Adaptabilidad                | es definida como la capacidad para entender y aprovechar los cambios, y buscar soluciones efectivas y positivas al conflicto.        |
| Manejo del estrés            | da razón de la capacidad de controlar situaciones que demandan una constante resolución de situaciones conflictivas.                 |
| EQ total                     | Es una medida que busca dar razón del nivel de desarrollo de todas las escalas que conforman   |
| Escala de impresión positiva |  |

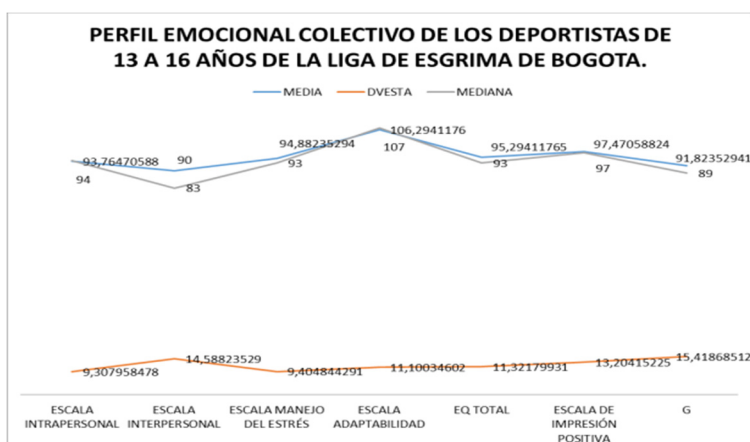
El Rango de puntaje de las escalas oscila entre 65 y 130, tal y como se muestra en la siguiente tabla:

**Tabla 2. Criterios, rangos y descripción de la dimensión emocional.**

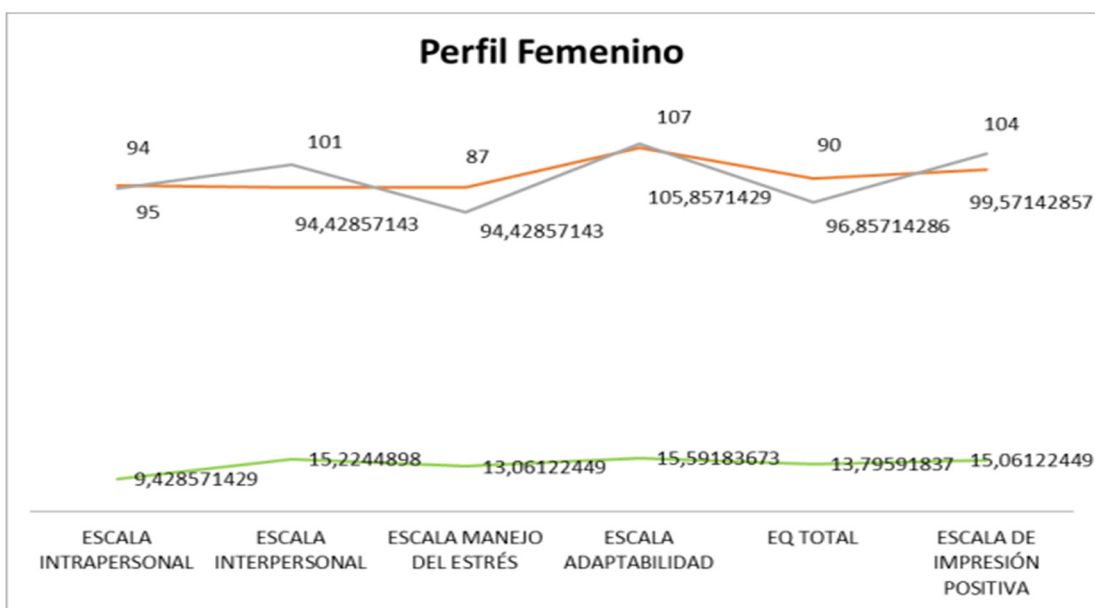
| criterio | rango   | descripción  |
|----------|---------|--|
| muy alto | 120+    | Capacidad social y emocional en el nivel más alto de desarrollo.   |
| alto     | 110-119 | Capacidad social bien desarrolladas  |
| promedio | 90-109  | Capacidad social y emocional adecuada, que permite interactuar con otros de forma apropiada y con oportunidad de mejoramiento. |
| baja     | 80-89   | Capacidad social y emocional con notables debilidades desarrollada con oportunidad de mejoramiento.                            |
| muy baja | 9 menor | Capacidad social y emocional poco muy poco desarrollado, con considerable oportunidad de desarrollo.                           |

La tabla 2 aclara los rangos y la descripción de los criterios de evaluación del test de Bar-on. Una vez aclarados los conceptos y la idea general del test, se incluyen las ilustraciones del perfil grupal y una comparativa por sexo. Los datos se analizarán con el dato del promedio general colectivo y por sexo. Los resultados se expresan en escalas.

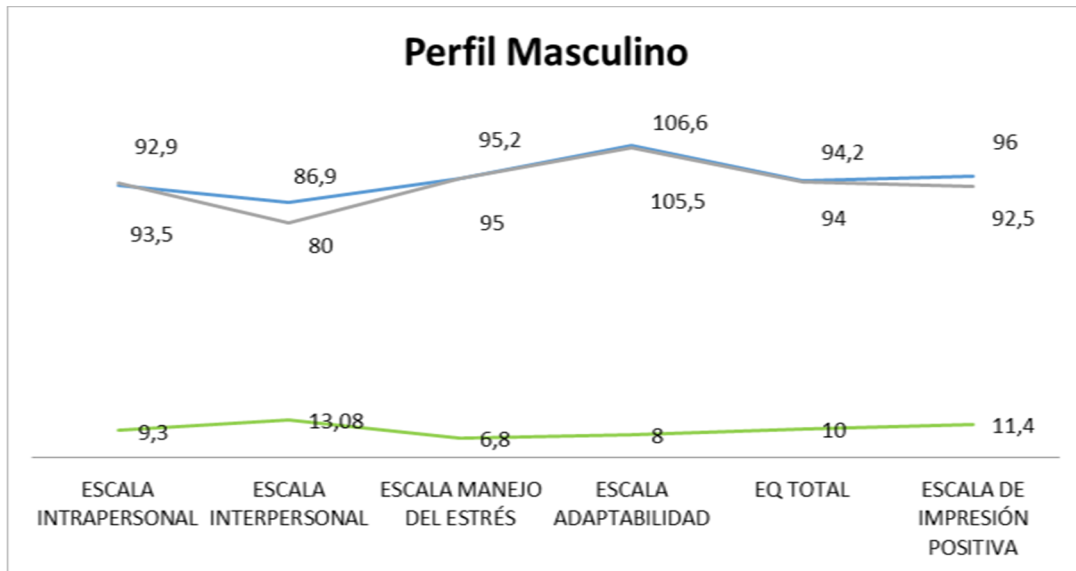
**Ilustración 1. Perfil emocional colectivo.**



**Ilustración 2. Perfil grupal femenino**

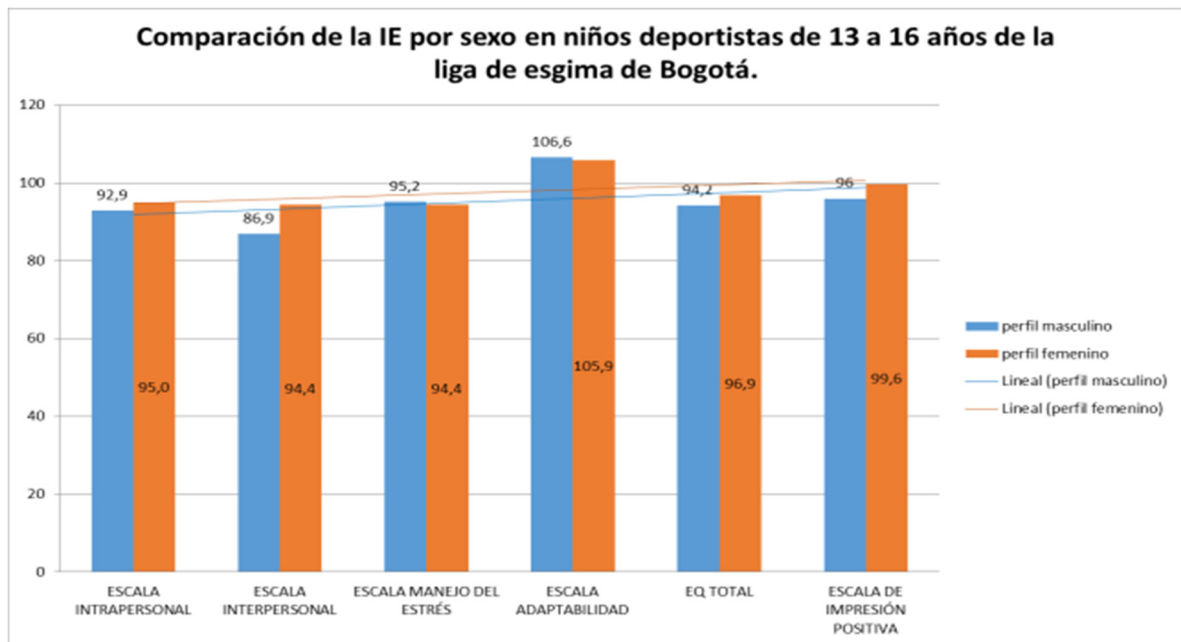


**Ilustración 3. Perfil masculino.**



La ilustración 4 muestra la comparación entre las niñas y los niños, ilustración 2 y 3 respectivamente.

**Ilustración 4. Comparación perfil niños y niñas.**



## **Discusión**

La ilustración 1 muestra que la escala intrapersonal: se observa una media resultante (93,7) que se ubica en la Escala promedio (90- 109), y muestra un desarrollo que permite en los niños entender sus propias emociones y expresar sus necesidades de forma asertiva, pero se devela que aún tienen posibilidades de mejoramiento.

La escala interpersonal (90) tiene un desarrollo promedio bajo; se puede afirmar entonces, que los niños tienden a entender los sentimientos y comportamientos de los demás, también, que son capaces de comunicar con habilidad sus propios sentimientos, pero se evidencian posibilidades de mejoramiento.

Manejo del estrés (94,8) tiene un desarrollo promedio, indica que los niños pueden soportar situaciones estresantes, y responder positivamente a situaciones exigentes, pero al igual que las otras escalas promete posibilidades de mejoramiento.

La escala de adaptabilidad (106,2) tiene el desarrollo más alto de todas, pero aún sigue en el promedio, este factor indica que los niños tienen la habilidad de aprovechar los cambios del entorno a su favor, y que propenden en la búsqueda de soluciones efectivas a problemas. Además, tienen tendencia a mantener una actitud positiva frente a situaciones problemáticas.

**Escala EQ total (95,2)** da razón del nivel de desarrollo de todas las escalas que conforman la IE, también exhibe un desarrollo promedio, que ofrece una oportunidad de mejoramiento.

**La escala Impresión positiva (97)** también se encuentra en el promedio y muestra que los deportistas tienen una imagen positiva de sí mismos, además, que puede ser mejorada.

La ilustración 4, muestra la comparación entre las niñas y los niños, ilustración 2 y 3 respectivamente. Los resultados de las niñas son levementes superiores a los niños, siendo más notorio en la escala interpersonal. Los datos evidencian que en la única escala donde los varones mostraron un mejor desarrollo fue en la escala de adaptabilidad. Finalmente, se destaca que todas las escalas se encuentran en nivel promedio.

Se identifica que en general los deportistas se mueven en rangos medios dentro de los diferentes componentes de la inteligencia emocional, pero es llamativo que al revisar los resultados obtenidos en esta valoración versus otras realizadas en deportes de conjunto (Ugarriza 2001), se identifican valores mayores en los componentes de que hablan de la relación con los demás, lo que podría ser un indicador de que los deportes individuales desarrollan mejor las habilidades sociales, de independencia y adaptabilidad versus los de conjunto.

## **Conclusiones**

- El perfil de los deportistas esgrimistas de 13 a 16 años de la liga de esgrima de Bogotá, se encuentra en desarrollo promedio.

- Por medio de instrumentos de fácil implementación los entrenadores pueden conocer el estado emocional de los deportistas para crear estrategias de mejoramiento a nivel individual y grupal.

- La escala de adaptabilidad exhibe los mejores resultados, es necesario aclarar si tiene que ver la influencia de la práctica deportiva en este factor.

- El tener valores elevados en la escala de adaptabilidad podría contribuir a mejorar las relaciones con otros compañeros o rivales en el del deporte, lo cual se puede evidenciar en los

valores intra personales versus los deportes de conjunto.

- El desarrollo emocional entre niños y niñas no evidencia diferencias significativas, pero se evidencia que es levemente superior en las niñas.

## **REFERENCIAS**

Bar-On, R. (1997). "The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence."

Toronto: Multi- Health Systems

Bar-On, R. and J. D. Parker (2000). "Bar-On emotional quotient inventory: Youth version."

Technical manual. New York: Multi-Health Systems.

De Armas, M. (2011). "Consideraciones sobre la contribución del entrenador deportivo a la preparación psicológica." Universidad, Ciencia y Comunidad.

Gardner, H. (1993). Multiple intelligences: the theory in practice, Basic books.

Hurtado de B. J. (2000). "Metodología de la Investigación Holística. Editorial Fundación Servicios y Proyectos para América Latina (SYPAL)." Caracas. Venezuela.

León, J. (2010). Inteligencia emocional y motivación en el Deporte.

Ros. A., y Moya. F. (2013). "Inteligencia emocional y deporte: situación actual del estado de la investigación." Cuadernos de Psicología del Deporte. 13:105-112

Salovey, P. and J. D. Mayer (1990). Emotional intelligence." *Imagination, cognition and personality*. 185-211

Ugarriza, N. (2001). "La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana."

Vargas, G. A. A. and W. S. Rojas (2001). "Inteligencia y rendimiento deportivo: un estudio sobre la inteligencia emocional." *Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*.

***Khalil Badwan Calderón:***

---

*Doctorando en Educación. Universidad de Baja California (México). Licenciado en Educación Física (2007, Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá). Especialista en Administración de la Educación Física, Recreación y Deporte (2009, Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá). Especialista en Tecnologías de la Información aplicadas a la Educación (2014, Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá). Magister en Ciencias y Tecnologías del Deporte y la Actividad Física (2016, Universidad Manuela Beltrán, Bogotá. Actualmente Docente de la Secretaría de Educación de Bogotá. Docente Universitario en la Corporación Universitaria Uniminuto, en los Programas virtuales y presenciales de Educación Física, Bogotá, Colombia.*