FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR DE LAS FUERZAS ARMADAS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA

MAGALY ISABEL QUIROZ SUÁREZ
ORCID: 0000-0001-5494-6780

ASESOR

MAG. DIEGO ISMAEL VALENCIA PECHO
ORCID: 0000-0002-7614-0814

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

BIENESTAR PSICOLÓGICO

LIMA, PERÚ, NOVIEMBRE DE 2022

CC BY-NC-SA
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

Esta licencia permite a otros entremezclar, ajustar y construir a partir de su obra con fines no comerciales, siempre y cuando le reconozcan la autoría y sus nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.

Referencia bibliográfica

Quiroz Suárez, M. I. (2022). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de un instituto de educación superior de las fuerzas armadas* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Magaly Isabel Quiroz Suárez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	18152863
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-5494-6780
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Diego Ismael Valencia Pecho
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	46196305
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-7614-0814
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47283514
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Jennifer Fiorella Yucra Camposano
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	44745102
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Max Hamilton Chauca Calvo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08035455
Datos de investigación	
Título de la investigación	Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de un instituto de educación superior de las fuerzas armadas
Línea de investigación institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado
Línea de investigación del Programa	Bienestar Psicológico
URL de disciplinas OCDE	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Lima, el jurado de Sustentación de Tesis conformado por los psicólogos colegiados: Mg. Silvana Graciela Varela Guevara, quien lo preside, Mg. Jennifer Fiorella Yucra Camposano, y Mg. Max Hamilton Chauca Calvo, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR DE LAS FUERZAS ARMADAS

Presentada por la Bachiller:

MAGALY ISABEL QUIROZ SUÁREZ

Para obtener el **Título Profesional de Licenciada en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado, acuerdan:

APROBADA POR MAYORIA

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, a los catorce días del mes de noviembre de 2022.

Mg. Silvana Graciela Varela Guevara
C. Ps. P. 24029
Secretaria

Mg. Jennifer Fiorella Yucra Camposano
C. Ps. P. 24131
Secretaria

Mg. Max Hamilton Chauca Calvo
C. Ps. P. 40500
Vocal

Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo **Mag. Diego Ismael Valencia Pecho**, docente de la Facultad de Ciencias Humanas y Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesor de la tesis titulada: "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR DE LAS FUERZAS ARMADAS" de la egresada MAGALY ISABEL QUIROZ SUÁREZ, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 20% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin que se adjunta.

El suscrito analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 03 de octubre del 2022

Mag. Diego Ismael Valencia Pecho
D. N. I.: 46196305

DEDICATORIA

Dedicado totalmente a mis padres Graciela Suárez, Emiliano Quiroz y a mi hijo Ángel Emmanuel, que son la máxima expresión de cariño y amor. Este pequeño logro es para Ustedes.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por ser el dador y por estar siempre acompañándome en todo momento, permitiéndome conocer a lo largo de este trayecto de vida universitaria a personas maravillosas que aportaron y que son parte de este logro. A la Universidad Autónoma de Perú por acogerme en su prestigiosa institución y permitirme concluir mi meta como profesional. Al director del Instituto Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas, alumnos de diferentes carreras profesionales, los cuales fueron parte de este estudio, sin ellos(as), no hubiera sido posible alcanzar este trabajo de investigación. A la Dra. Elsa María Luján Neyra que me acogió en la fase más difícil, donde uno busca un referente para desarrollarse profesionalmente. A mi compañera de estudios y amiga Verónica Chamorro Frías por sus palabras de aliento y constante apoyo. Gracias infinitas a todas aquellas personas invaluables que se convirtieron en mi apoyo, y fueron parte de mi desarrollo formativo.

ÍNDICE

DEDICATORIA 2
AGRADECIMIENTOS 3
RESUMEN 9
ABSTRACT 10
RESUMO 11
INTRODUCCIÓN 12
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN
1.1. Realidad problemática 15
1.2. Justificación e importancia de la investigación 17
1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos 18
1.4. Limitaciones de la investigación 19
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO
2.1. Antecedentes de estudios 21
2.1.1. Internacionales 21
2.1.2. Nacionales 23
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado 25
2.2.1. Inteligencia emocional 25
2.2.2. Estrategias de afrontamiento 32
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada 37
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO
3.1. Tipo y diseño de investigación 40
3.2. Población y muestra 40
3.2.1. Población 40
3.2.2. Muestra 41
3.3. Hipótesis 43
3.4. Variables – Operacionalización 45
3.5. Métodos y técnicas de investigación 47
3.5.1. Métodos 47
3.5.2. Técnicas 47
3.5.3. Inventario del Cociente emocional y social de BarOn (ICE) 47
3.5.4. Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) 50
3.6. Procesamiento de los datos 53

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS

4.1. Análisis y fiabilidad de variables……..…..55
4.1.1. Propiedades psicométricas del Inventario de IE de BarOn……..55
4.1.2. Propiedades psicométricas de la Escala de Afrontamiento (ACS)……. 57
4.2. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable 62
4.2.1. Resultados estadísticos descriptivos de la variable inteligencia emocional…. 62
4.2.2. Prueba de la normalidad de las variables……..63
4.3. Contrastación de hipótesis..... 64

CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones..... 69
5.2. Conclusiones 73
5.3. Recomendaciones 75

REFERENCIAS

ANEXOS

LISTA DE TABLAS

Tabla 1 Composición de la población del I ciclo académico por especialidades y sexo
Tabla 2 Características de la muestra
Tabla 3 Matriz operacional de la variable inteligencia emocional
Tabla 4 Matriz operacional de la variable estrategias de afrontamiento al estrés
Tabla 5 Calificación e interpretación de inventario de inteligencia emocional de BarOn (ICE)
Tabla 6 Análisis factorial confirmatorio de segundo orden para la muestra peruana - adaptacion Nelly Ugarriza (2001). Inventario BarOn (ICE)
Tabla 7 Calificación e interpretación de escala de estrategias de afrontamiento al estrés (ACS)
Tabla 8 Índice de bondad de ajuste del AFC de segundo orden del Inventario de IE de BarOn
Tabla 9 Cargas factoriales del Inventario de IE de BarOn
Tabla 10 Confiabilidad por consistencia interna del Inventario de IE de BarOn
Tabla 11 Cargas factoriales del ACS del primer grupo
Tabla 12 Cargas factoriales del ACS del segundo grupo
Tabla 13 Cargas factoriales del ACS del tercer grupo
Tabla 14 Confiabilidad por consistencia interna de las escalas de afrontamiento
Tabla 15 Resultados estadísticos descriptivos de la inteligencia emocional
Tabla 16 Resultados estadísticos descriptivos de las estrategias de afrontamiento
Tabla 17 Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov para la variable inteligencia emocional
Tabla 18 Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov para la variable estrategias de afrontamiento
Tabla 19 Correlación entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento
Tabla 20 Correlación entre la dimensión intrapersonal y las estrategias de afrontamiento
Tabla 21 Correlación entre la dimensión interpersonal y las estrategias de afrontamiento
Tabla 22 Correlación entre la dimensión adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento

Tabla 23 Correlación entre la dimensión manejo de estrés y las estrategias de afrontamiento.

Tabla 24 Correlación entre la dimensión estado de ánimo general y las estrategias de afrontamiento.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 Parámetros estimados estandarizados del AFC de segundo orden sobre los componentes de IE.

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR DE LAS FUERZAS ARMADAS

MAGALY ISABEL QUIROZ SUÁREZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Se contó con 147 educandos del primer ciclo para realizar este estudio, con el fin de valorar la correspondencia de la IE y las estrategias de afrontamiento al estrés en el IESTPFFAA; la indagación fue de alcance cuantitativo, descriptivo de enfoque no experimental, carácter transversal. Para evaluar se administraron: El Test ICE-BarOn y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), encontrándose una correlación directa de nivel bajo (r=.353; p<.05) entre IE y los estilos de afrontamiento productivo. De igual manera las dimensiones manifestaron un valor de significancia menor (.05), una correlación directa en: Intrapersonal nivel bajo (r=.311) interpersonal nivel bajo (r=.349); adaptabilidad nivel moderado (r=.427); estado de ánimo general nivel bajo (r=.311) con los estilos de afrontamiento productivo; y una correlación indirecta de nivel muy bajo (r=-.189) de manejo de estrés con los estilos de afrontamiento improductivo. En conclusión, a elevada manifestación de IE en la muestra de estudio, adecuado uso de los estilos de afrontamiento productivo.

***Palabras clave*:** inteligencia emocional, estrategias, afrontamiento.

EMOTIONAL INTELLIGENCE AND STRATEGIES FOR COPING WITH STRESS IN STUDENTS OF A HIGHER EDUCATION INSTITUTE OF THE ARMED FORCES

MAGALY ISABEL QUIROZ SUÁREZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

There were 147 first cycle students to carry out this study, in order to assess the correspondence of EI and stress coping strategies in the IESTPFFAA; the inquiry was quantitative in scope, descriptive with a non-experimental approach, transversal in nature. To evaluate, the following were administered: The ICE-BarOn Test and the Adolescent Coping Scale (ACS), finding a low-level direct correlation (r=.353; p<.05) between EI and productive coping styles. In the same way, the dimensions showed a lower significance value (.05), a direct correlation in: intrapersonal low level (r=.311) interpersonal low level (r=.349); moderate level adaptability (r=.427); low level general mood (r=.311) with productive coping styles; and a very low level indirect correlation (r=-.189) of stress management with unproductive coping styles. In conclusion, with a high manifestation of EI in the study sample, adequate use of productive coping styles.

***Keywords*:** emotional intelligence, strategies, coping.

INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DO STRESS EM ALUNOS DE UM INSTITUTO DE ENSINO SUPERIOR DAS FORÇAS ARMADAS

MAGALY ISABEL QUIROZ SUÁREZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

Participaram deste estudo 147 alunos do 1.º ciclo, com o objetivo de avaliar a correspondência entre a IE e as estratégias de coping do stress no IESTPFFAA; o inquérito foi de âmbito quantitativo, descritivo com abordagem não experimental, de natureza transversal. Para avaliar, foram administrados: o Teste ICE-BarOn e a Escala de Coping para Adolescentes (ACS), encontrando uma correlação direta de baixo nível (r=0,353; p<0,05) entre EI e estilos de enfrentamento produtivos. Da mesma forma, as dimensões apresentaram menor valor de significância (0,05), uma correlação direta em: baixo nível intrapessoal (r=.311) baixo nível interpessoal (r=.349); adaptabilidade de nível moderado (r=0,427); humor geral de baixo nível (r=0,311) com estilos de enfrentamento produtivos; e uma correlação indireta de nível muito baixo (r=-0,189) de gerenciamento de estresse com estilos de enfrentamento improdutivos. Em conclusão, com alta manifestação de IE na amostra do estudo, uso adequado de estilos de enfrentamento produtivos.

***Palavras-chave*:** inteligência emocional, estratégias, enfrentamento.

INTRODUCCIÓN

La IE, para Mayer y Salovey (1997) tiene la facultad de estimular el desarrollo afectivo y cognitivo, a fin de distinguir, adecuar y graduar las emociones propias y la de los demás (citado por Fernández & Extremera, 2005).

La investigación se centró en el IESTPFFAA, una población estudiantil de jóvenes soldados que sirvieron o se encuentran en actividad militar, quienes como parte de su formación castrense recibieron entrenamiento no solo de servicio militar para cumplir con su labor, sino también el poder acogerse a los beneficios y derechos que por ley se le ofrecía, siendo una de ellas el desarrollarse profesionalmente dentro de las especialidades técnicas que ofrece la institución militar.

De acuerdo con Chaturvedula & Joseph (2007) siendo ésta una población militar; por causa de las actividades realizadas dentro de su institución, necesitan desarrollar competencias emocionales, dado que siempre estuvieron expuestos, como personal de tropa a diferentes estresores propios del servicio militar (como se citó en Gamio, 2020).

Igualmente, Gutiérrez (2018) refiere que todo personal militar precisa de competencias particulares, lo que implica que, no solo cuenten con los conocimientos o aptitudes cognitivas, sino también con destrezas vinculadas con el área emocional, que ayuden a desarrollar un adecuado afrontamiento cuando estén en situaciones desafiantes y les permitan desenvolverse exitosamente en sus actividades cotidianas tanto en su institución como en sociedad.

Es así, como surgió el motivo de estudiar y precisar si la IE y las estrategias de afrontamiento al estrés se relacionan, buscando contribuir a que dichas conductas de los estudiantes pudieran ser mejor comprendidas. Cabe resaltar que el presentar una adecuada inteligencia emocional mantiene el buen equilibrio en la persona,

garantizando el bienestar social y una adecuada forma de vida como individuos que forman parte de la sociedad.

En líneas generales la investigación estuvo estructurada en los siguientes cinco capítulos que exponen el desarrollo del trabajo realizado.

Capítulo I: Problema de investigación, precisó la realidad problemática, la justificación, las limitaciones, los objetivos planteados durante el proceso.

Capítulo II: Marco teórico, abordó estudios previos como internacionales y nacionales más resaltantes, seguido del desarrollo de la temática investigada y la descripción de la terminología consultada referida a las variables estudiadas.

Capítulo III: Marco metodológico, detalló el diseño y tipo de estudio, población, muestra, formulación de hipótesis, así como la conceptualización y operacionalización de las variables. Viéndose también lo referente al procedimiento de investigación y procesamiento de datos a través de los instrumentos psicométricos empleados.

Capítulo IV: Análisis e interpretación de datos, desarrolló el procesamiento de la información por medio de técnicas estadísticas y los resultados descriptivos con sus respectivas tablas y gráficos, continuando con la contrastación de las hipótesis propuestas.

Capítulo V: Discusiones, conclusiones y recomendaciones, finalmente se exhibió la información basada en los hallazgos obtenidos y analizados de la investigación; asimismo sus respectivas propuestas planteadas para toma de acciones.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

La inteligencia emocional (en adelante la IE), en la actualidad es valorada como el principal componente que influye en el éxito del equilibrio personal y profesional, y que además impacta en cada esfera notable de la vida. Para Goleman (1995) es: “Una meta-habilidad que determina el grado de destreza que podemos conseguir en el dominio de nuestras otras facultades” (como se citó en Dueñas, 2002, p. 83).

A nivel internacional, se han encontrado investigaciones sobre la problemática existente en diferentes entornos que afecta a la sociedad, teniendo como protagonista a jóvenes vulnerables con fuerte carga emocional; es el caso que en Bogotá-Colombia se impulsaron programas para mejorar las competencias emocionales desde la niñez hasta la adolescencia con el formato *Paso a Paso*, en el cual se desarrollaron estrategias para fortalecimiento de sus habilidades socioemocionales (Mejía et al., 2017).

Por otro lado, para Mayer & Salovey (1997) la IE es la capacidad para gestionar las emociones, también inducir un estado de ánimo que facilite la construcción de ideas, sobre todo conceptualizando relaciones entre ellas y así mismo estableciendo nexos que generen un desarrollo afectivo y cognitivo, es sabido que la mayoría de jóvenes no saben cómo gestionar sus emociones y mucho menos elaborar adecuadas estrategias de afrontamiento para enfrentar eventos difíciles a los que puedan verse expuestos.

La educación en nuestro país viene pasando por una serie de cambios, que cada vez exigen resultados más rápidos, siendo necesario mejorar los estándares de calidad, que no solo contenga aspectos técnicos y académicos, sino más bien el desarrollo socioemocional; sin embargo las consecuencias más latentes están reguladas por dichas estrategias de afrontamiento, donde Lazarus y Folkman (1986)

aluden a: “Los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes, que se desarrollan para manejar las demandas específicas internas o externas que son evaluados como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (como se citó en Canessa, 2002, p.193).

Estudios han demostrado que la mayor parte de los problemas que afectan a los estudiantes son de carácter psicológico y empiezan a una edad temprana; por su parte, Cerezo (1998) señaló que los adolescentes con limitados recursos personales, familiares y sociales, asimismo, también con elevados factores de riesgo presentan capacidades y habilidades disminuidas en relación a sus pares o frente a otros individuos, lo cual conlleva a problemas en su equilibrio físico y emocional (citado por Collado, 2020).

Desde los puntos de vista de Norfolk et al. (2000) los estudiantes se enfrentan constantemente a desafíos, exigencias y retos que cada vez son más demandantes y no cuentan con un buen desarrollo emocional; los cuales, se ven afectados cuando están frente a una situación difícil porque no utilizan unas adecuadas estrategias para hacer frente a estos eventos estresantes. Por todo ello los jóvenes deben desarrollar sus propios recursos para solucionar problemas, intervenir y/o tolerar frustraciones en diferentes momentos durante su vida (citado por Guadarrama et al., 2012).

Teniendo en cuenta que el IESTPFFAA, manifiesta incremento sobre la demanda de estudiantes y es de gran relevancia atender este grupo poblacional, debido a encontrarse en una etapa fundamental; ante una adultez emergente en donde se espera la toma de decisiones pertinentes en cuanto a su proyecto de vida, pero la etapa que atraviesan es un ciclo de transición, donde ellos no se sienten considerados adolescentes, pero tampoco se perciben adultos, no encontrándose

tan preparados para afrontar los retos sociales de adultos, como en algún momento lo fueron sus progenitores (Uriarte, 2005).

Finalmente, encontrarse frente a carreras técnicas exige capacidades y habilidades específicas, lo que implica que los propios estudiantes consigan moldear sus actitudes y características de personalidad de acuerdo a la carrera elegida y así lograr una formación integral, que les ayude a poder enfrentarse a un mundo laboral muy exigente, donde es necesario conducirse con inteligencia emocional, por los problemas que pueden presentarse como: resentimientos, resistencia, miedos, complejos y creencias preestablecidas, todo esto afectando su comportamiento y a corto plazo, impidiendo que puedan desarrollar estrategias de afrontamiento adecuadas ante cada situación que se presenten, tanto dentro del cuerpo militar como fuera de él. Además, el lidiar con los problemas y preocupaciones de manera adaptativa, resultará beneficioso para sí mismos y para quienes les rodean, contribuyendo a ser más conscientes y responsables por sus actos y emociones.

Por todo lo expuesto, se manifestó la presente interrogante: ¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del IESTPFFAA?

1.2. Justificación e importancia de la investigación

Se buscó determinar la existencia correspondiente de ambas variables investigadas, para lo cual se ahondó en temas que puedan ayudar al estudiante a darse cuenta si la IE es un factor determinante en el manejo de estrategias adecuadas para poder afrontar de manera asertiva situaciones estresantes.

En cuanto a la sustentación teórica; respecto a las variables de estudio, los resultados que se obtuvieron, aportaron conocimiento e información a los estudiantes; además servirá como antecedente para profundizar en posteriores investigaciones.

Asimismo, tuvo sustentación metodológica dado que se emplearon dos instrumentos psicométricos; dentro del proceso estadístico estuvieron sujetos a validez por estructura interna y confiabilidad por consistencia interna para corroborar su solidez.

Finalmente, contó con sustentación social y práctica, pues los resultados evidenciados serán de gran beneficio para futuras investigaciones en sus diferentes entornos. Además, ayudara a la puesta en marcha de proyectos y activación de programas y/o talleres dirigidos a fortalecer su bienestar psicológico, social y emocional de los educandos, minimizando la problemática actual y promoviendo conductas saludables.

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

- Determinar la relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas.

1.3.2. Objetivos específicos

- Establecer la relación entre inteligencia intrapersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.
- Establecer la relación entre inteligencia interpersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.
- Establecer la relación entre adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.
- Establecer la relación entre manejo de estrés y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

- Establecer la relación entre estado de ánimo y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

1.4. Limitaciones de la investigación

Limitaciones de ingreso a la Institución para el procedimiento de la evaluación de la muestra, por ello se realizó durante la etapa de prácticas preprofesionales, con autorización y supervisión de la psicóloga encargada del área de psicología del instituto y siendo considerado como parte de una investigación para la misma institución, debido a que no son permitidas las investigaciones externas ni el acceso a personal externo.

Asimismo, otra limitación fue el tiempo para ejecutar la evaluación, siendo necesario coordinar y programar con los profesores varias fechas para la aplicación de los dos instrumentos psicométricos, al ser estos cuestionarios extensos y contarse con tiempo reducido para su aplicación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudios

2.1.1. Internacionales

Rangel (2022) en México, desarrolló una indagación con el fin de analizar la concordancia con la IE y las estrategias de afrontamiento al estrés a alumnos de Pachuca de Soto-Hidalgo, empleó metodología cuantitativa y el diseño correlacional-causal, su muestra quedó delimitada con 384 alumnos de preparatoria, evaluó con el Inventario de BarOn (ICE) y el ACS. Tales hallazgos manifestaron evidente correlación significativa de la IE y los estilos de afrontamiento centradas en los problemas, con el valor de .43 ($p<.01$), asimismo, las estrategias centradas en las emociones con un valor de .36 ($p<.01$), también una correlación no significativa de las estrategias centradas en la evitación con una correspondencia de .16 ($p<.01$).

Delgado (2022) elaboró un estudio en Tenerife - España, con la finalidad de ver, sí la IE, guarda correspondencia con las diferentes estrategias de afrontamiento al estrés en una población general. Utilizó metodología cuantitativa, partiendo del diseño transversal y la técnica utilizada fue la encuesta, los cuestionarios aplicados fueron: el TMMS-24 y el Inventario (CSI), se consignó una muestra de 85 participantes, entre los 14 y 75 años. Los resultados evidenciaron correlaciones significativas para cada una de las variables, destacando las correlaciones significativas positivas entre resolución de problemas y las tres dimensiones de IE (atención: $r=.396$, $p<.001$, caridad: $r=.538$, $p<.001$, reparación: $r=.478$, $p<.001$); así como en reestructuración cognitiva (atención: $r=.361$, $p<.001$, caridad: $r=.546$, $p<.001$, reparación: $r=.620$, $p<.001$). También se alcanzó correlación significativa positiva entre expresión emocional y claridad ($r=.398$, $p<.001$), y entre evitación del problema y reparación ($r =.369$, $p<.001$).

Valdivieso et al. (2018) en Ecuador ejecutaron una indagación, para conocer la conexión de la IE y las estrategias de afrontamiento al estrés de los estudiantes en la Universidad Técnica de Manabí. Fue de tipo correlacional, asimismo de corte transversal, conformada por 164 universitarios. Utilizaron el Inventario de la Inteligencia Emocional BarOn (ICE) y Estrategias de afrontamiento, tales hallazgos presentaron una IE promedio de 54.3%, una categoría baja de 31.7%; y sólo un 14% evidenciaron una IE desarrollada, sin embargo, la variable manejo del estrés se manifestó baja con 56.7%; intermedio o promedio con 33.5%; donde únicamente el 9.8% desarrollaron un adecuado manejo y afrontamiento de estrés. Se concluyó que a elevada IE, adecuado manejo del estrés.

Pardeiro & Castro (2017) en España, llevaron a cabo una indagación para conocer sí, existe afinidad entre la inteligencia emocional, estrategias de afrontamiento, optimismo y rendimiento académico, trabajaron con 170 universitarios, a quienes evaluaron con los instrumentos psicométricos: SSREI, LOT-R y el CSI y para evaluar el rendimiento académico utilizaron el promedio de la calificación del año anterior. Hallaron una correlación positiva y significativa de la IE con; el optimismo ($r=.42$; $p<.001$); utilización de las emociones ($r=.30$; $p<.001$) y en el factor regulación emocional ($r=.60$; $p<.001$). Las estrategias de resolución de problemas presentaron una correlación significativa para la IE global de baja intensidad, ($r=.40$; $p<.001$), y para sus tres dimensiones; el factor de regulación emocional muestra índice elevado de correlación ($r=.44$; $p<.001$), el factor valoración expresión emocional ($r=.24$; $p<.001$) y la utilización de las emociones ($r=.20$; $p<.001$). Asimismo, hallaron conexión directa y significativa entre la resolución de problemas y optimismo ($r=.39$; $p<.001$). Se determinó la existencia de conexión moderada y positiva entre la inteligencia emocional, la resolución de problemas y el optimismo.

Morales (2017) efectuó una indagación en España, con el propósito de analizar sí, las estrategias de afrontamiento del estrés, los factores autoconcepto académico, habilidades sociales, inteligencia emocional, tienen correspondencia. Trabajó con 154 educandos de ESO y de otros ciclos en formación. Se utilizaron los cuestionarios: de habilidades sociales, AF-5, EA y el TMMS-24. Las variables analizadas carecen de diferencias significativas de ESO y de otros ciclos en formación, pero los educandos con elevado uso en las estratégias productivas de afrontamiento tuvieron calificaciones altas en las variables de estudio. Asimismo, se encontró conexiones opuestas entre el autoconcepto académico con la estrategia indiferencia; y entre la inteligencia emocional (reparación emocional) con la conducta agresiva. Se halló impacto directo positivo de las habilidades sociales y algunas de información y guía; y efectos directo negativos de las habilidades sociales y autoconcepto sobre estrategias Improductivas de afrontamiento (de habilidades sociales sobre conducta agresiva y del autoconcepto físico sobre evitación conductual).

2.1.2. Nacionales

Criollo (2022) analizó la correspondencia de IE y estilos de afrontamiento al estrés. La muestra fue de 260 efectivos policiales de Piura, el estudio fue descriptivo correlacional, de corte transversal no experimental. Por otra parte, se aplicaron los instrumentos: WLEIS y COPE. Como consecuencia evidenció una asociación moderada pero significativa de; la evaluación de la emoción de uno mismo (negación), la evaluación de la emoción de los demás (planificación, reinterpretación positiva, búsqueda de apoyo social por razones emocionales y crecimiento), la emoción; (aceptación, afrontamiento activo, planificación, reinterpretación positiva, crecimiento y negación) y finalmente la regulación de la emoción (negación, reinterpretación

positiva, aceptación, planificación, humor, afrontamiento activo, crecimiento y desentendimiento conductual).

Grande (2019) a fin de, distinguir la conexión de la IE con los estilos de afrontamiento al estrés en educandos de Ingeniería Industrial del III ciclo de la Universidad Alas Peruanas. Realizó un estudio en Arequipa, utilizando un muestreo no probabilístico censal conformado por 110 educandos. La metodología fue descriptiva, comparativa y correlacional, de corte transversal no experimental; Evaluó con las escalas: TMMS-24 y ACS. Finalmente se reveló un apropiado uso e identificación de emociones, no encontrando diferencias por edad y sexo. El más utilizado fue el estilo dirigido a la relación con los demás (ERD), también se encontró relación entre la inteligencia emocional intrapersonal y los estilos de afrontamiento donde: el estilo relacionado por significancia fue el dirigido a la relación con los demás, el estilo más vinculado por consideración ponderada fue el de buscar apoyo social, reducción de la tensión e invertir en amigos íntimos.

Cáceres (2019) condujo un estudio en Tarapoto con el fin de distinguir conexión entre IE y estrategias de afrontamiento al estrés, la muestra lo conformaron 235 estudiantes comprendidos desde la primera y novena sección de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional PNP, la metódica aplicada fue transversal y descriptiva correlacional, se aplicaron los Cuestionarios: CIM-I y de Modos de Afrontamiento al Estrés. Los hallazgos revelaron que no existe conexión significativa de la IE y con las estrategias de afrontamiento al estrés ($r=.045$, $p=.495$), asimismo la dimensión autorregulación ($r=.159$, $p=.015$) y motivación ($r= .128$, $p= .049$), revelaron una conexión significativa con las estrategias de afrontamiento al estrés.

Salas (2018) con la finalidad de precisar la existencia de correspondencia entre el afrontamiento al estrés, el bienestar psicológico e inteligencia emocional en

preuniversitarios del CEPURP; realizó una indagación, donde participaron 149 estudiantes del Programa Regular Abril – Julio 2016 – II. La metódica aplicada fue de enfoque cuantitativo, básica con diseño no experimental, transversal, descriptivo correlacional. El estudio fue censal y para evaluarlos se empleó: CAE, BIEPS e ICE. Se descubrió que: (50.3% emplearon demasiadas estrategias, 51.0% mostró intensidad baja de bienestar psicológico; por otro lado, el 58.4% manifestó elevado nivel de IE. Finalmente, se encontró una correspondencia de intensidad baja (r=.363338) y una significancia estadística (p=.02146<.05) entre el afrontamiento al estrés con el bienestar psicológico e inteligencia emocional.

Gutiérrez (2018) en Lima, con la finalidad de encontrar correspondencia entre la IE y los estilos de afrontamiento en 333 estudiantes ejecutó una indagación en 221 estudiantes de cuarto y 112 de quinto pertenecientes a la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú. Se obtuvo los datos utilizando el Inventario ICE-BarOn y el Cuestionario de modos de afrontamiento de Carver, Scheier y Weintraub. La investigación fue comparativa, descriptiva y correlacional con diseño no experimental. Los resultados revelaron: correlación positiva (estilos de afrontamiento enfocado en el problema y enfocado en la emoción con la inteligencia emocional global), (significativa de intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general con los estilos enfocado en el problema y enfocado en la emoción). Asimismo, la relación fue inversa referente a los otros estilos de afrontamiento. Finalmente, no se halló diferencias significativas en componentes de las variables estudiadas según el semestre académico.

2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado

2.2.1. Inteligencia emocional

Antecedentes sobre el desarrollo de la inteligencia emocional.

Durante el trascurso del siglo XX, la IE, ha sido protagonista fundamental de las diferentes esferas en vida de las personas, sobreponiendo la utilidad de las emociones en el desarrollo y la adaptación social.

En la obra *Expresión de las emociones en el hombre y en los animales*, El autor Darwin (1873) utilizó el concepto de IE, para exponer lo preciado que es la manifestación emocional para la supervivencia, preparándonos para adaptaros y poder manejar situaciones que se nos presentan, aún manifiesta que algunos tipos de emociones se activan ante objetos y acontecimientos presentados. Incluso lo hace notar Paul Ekman quien descubrió que las emociones son universales y que éstas se expresan a través del cuerpo, como lo refirió Charles Darwin (Corbera, 2017, citado por Mallitasig, 2018).

Thorndike (1920) conceptuó IE, como: “La habilidad de una persona para comprender y manejar a otras personas; así mismo para involucrarse en interacciones sociales adaptativas, asumiendo que la inteligencia se dividía en tres dimensiones: abstracta, mecánica y social” (como se citó en Bautista & Liza, 2017, p.114).

El investigador Gardner (1983) de la Universidad de Harvard, tras años de estudios, en su libro *La Teoría de las Inteligencias Múltiples*, manifestó que existen distintos tipos de inteligencias, a las que nombra como inteligencias múltiples y que todos los individuos cuentan con esa capacidad de poder desarrollarlas, las cuales son un conjunto de capacidades que se pueden mejorar con la práctica y la experiencia; para convertirse más adelante en individuos muy dotados en algunos tipos de inteligencia pero con limitaciones para otras, identifica 7 tipos de inteligencia con los que cuenta la mente humana y son posibles de identificar (intrapersonal, interpersonal, lingüística, espacial, lógica-matemática, corporal-kinestésica). Posteriormente en 1999, reformuló su teoría incorporando una octava inteligencia

“naturalista”, referida a aquellos que tienen un extenso conocimiento del mundo de los seres vivos.

Salovey y Mayer (1990) desarrollaron los Programas SEL, donde se entrena las habilidades esenciales como la percepción, comprensión o regulación emocional y temas relacionados a la personalidad; asimismo, estuvieron inspirados y fundamentados dentro del concepto de inteligencia emocional que posteriormente, Goleman (1995) lo difundió con gran éxito a través de su obra: *Inteligencia Emocional*, la cual estuvo dirigida hacia el contexto empresarial; de igual forma definió a la IE como la suficiencia que disponen las personas para motivarse, vencer decepciones, regular tanto impulsos como los estados de ánimo cambiantes, sortear la angustia para evitar interferencias en el pensamiento así como alcanzar la posibilidad de empatizar y fiarse de los demás (como se citó en Fernández et al., 2005).

De acuerdo con Saarni (1997) quien manifestó que desde una temprana edad (6 y 7 años), se aprenden diferentes modelos emocionales y se tiene capacidad de dar mejores argumentos de acuerdo con el entorno en que se desarrollan, utilizando diferentes estrategias y asumiendo de cómo se sentirá posteriormente (citado por (Ugarriza & Pajares, 2005).

Definición de inteligencia.

Según Eguiguren (2022) la etimología de la palabra inteligencia proviene de la palabra latina intelligentia, término compuesto por “inter y legere”. “Legere” es un verbo que expresa la acción de recoger o escoger y el prefijo “inter” se entiende como entre.

Definición de emociones.

Según Goleman (1998) los términos “motivo y emoción” nace en la misma raíz latina “moveré”, cuyo significado es “mover”; las emociones son las encargadas de

movilizarnos para lograr los objetivos, estimulando nuestras percepciones y modelado nuestras acciones.

Bisquerra (2000) señala como un estado dificultoso del organismo a la emoción, la cual se reconoce por una exaltación o desorden que predispone una reacción planificada, siendo consecuencia de una situación interna o externa, y ésta desencadenar varias emociones.

Algunos modelos de inteligencia emocional.

La IE, presenta varios modelos clasificados, entre los tres principales se encuentra el modelo mixto: conformado por el de habilidades de Salovey y Mayer, el de Inteligencia emocional y social de BarOn, el de competencias de Daniel Goleman, asimismo, también otras teorías que complementan ambos modelos.

Modelos mixtos.

Cabe mencionar que para los autores García & Giménez (2010) dentro de estos modelos destacan los modelos de Daniel Goleman y el de Reuven BarOn, los cuales proyectan, una mirada más amplia sobre las características de personalidad como motivación, asertividad, confianza, regulación de impulsos, ansiedad, manejo de estrés y capacidad para resistir.

Modelo de competencias emocionales de Goleman.

En año 1995, Daniel Goleman popularizó el término inteligencia emocional, en su libro Inteligencia *Emocional*, impactando en diferentes entornos sociales como educativos y organizacionales, sin dejar de reconocer que la IE fue trabajada anteriormente por Salovey y Mayer; sin embargo, toma la idea de que el cerebro racional precede al cerebro emocional. El modelo que expone está conformado por habilidades emocionales las cuales favorecen la gestión emocional consigo mismo y con los demás; sobre todo propone una teoría de desempeño direccionada hacia lo

empresarial-laboral, focalizado en el buen desempeño en el trabajo; perspectiva apoyada en la inteligencia, razonamiento, personalidad, motivación, emoción, y neurociencia, al incluir procesos cognitivos y no cognitivos se considera como una teoría mixta; de este modo el cociente emocional como el intelectual se complementan. Sus competencias emocionales proponen dos aptitudes: intrapersonal (aptitud individual) conteniendo tres sub escalas; autoconocimiento, autorregulación, motivación e interpersonal (relaciones y vínculos) y sus dos sub escalas habilidades sociales y empatía (citado por Trujillo & Rivas, 2005).

Modelo de la inteligencia emocional y social de Reuven BarOn.

López (2008) refiere:

> El modelo de BarOn fue observado desde dos contextos: Sistémico; estructurado en cinco componentes y quince subcomponentes; los cuales se relacionan de manera lógica y estadísticamente; mientras que la forma topográfica estructura sus componentes conforme a su orden, considerando los factores centrales, los factores resultantes y los factores de soportes (p.73).

Se postula que BarOn (1997) fue el que introdujo el término de Cociente emocional, donde valora la competencia emocional y social del ser humano, en su modelo considera los factores emocionales, personales y sociales; con el fin de mejorar la evaluación psicológica, se inspiró en las investigaciones realizadas por Marie Jahoda sobre la salud mental y bienestar psicológico. Grajales (1999) manifiesta que a través de los elementos de su modelo teórico de Jahoda (actitudes hacia sí mismo, desarrollo, crecimiento, auto actualización, autonomía, integración, percepción de la realidad y dominio del entorno), BarOn plantea su concepción “Cociente de inteligencia emocional”, siendo su principal sustento para la elaboración del inventario de cociente emocional, sin dejar de tener presente los postulados de:

Darwin (emociones como conducto para la supervivencia y adaptación); Thorndike (inteligencia social); Wechsler (el valor de los factores no intelectuales de la inteligencia); y Sifneos (concepto de alexitimia) (citado por Rico, 2013).

Ugarriza afirma que la IE comprende las capacidades no cognitivas para adecuarse al contexto social en el que el individuo se interrelaciona y desarrolla su crecimiento personal y de éxito, siendo evidente la propuesta de BarOn a través de sus cinco componentes y quince subcomponentes (Ugarriza 2001) los cuales son:

Componentes y subcomponentes de la IE.

a) Inteligencia intrapersonal:

- **Comprensión emocional de sí mismo:** entender y reconocer los estados afectivos.
- **Asertividad (As)**: manifestar pensamientos, estados de ánimo y/o creencias intentando no dañar los sentimientos ajenos, no tolerar injusticias.
- **Autoconcepto (AC)**: aceptar, abrazar nuestros aspectos positivos-negativos y respetarse así mismo, logrando entender nuestras limitaciones y posibilidades.
- **Autorrealización (AR)**: querer, lograr nuestros propósitos y disfrutar del proceso.
- **Independencia (IN)**: autonomía propia en su forma de pensar, de actuar, habilidad para auto dirigirse y lograr guiar sus propias decisiones y conductas.

b) Inteligencia interpersonal:

- **Empatía (EM)**: entender desde el punto de vista del otro no del propio.
- **Relaciones interpersonales (RI)**: establecer tratos saludables, manteniendo una proximidad emocional e íntima.

- **Responsabilidad social (RS)**: demostrar ser una persona colaboradora y un integrante activo y provechoso para la integración social.

c) Adaptabilidad:

- **Solución de problemas (SP)**: distinguir las dificultades y definirlos para llevar a cabo soluciones positivas.
- **Prueba de realidad (PR)**: examinar conexiones de lo subjetivo (aquello que percibimos) con lo objetivo (aquello que es real y existe).
- **Flexibilidad (FL)**: ajustar apropiadamente nuestras emociones, cogniciones, acciones ante eventos y condiciones variables.

d) Manejo de estrés:

- **Tolerancia al estrés (TE)**: resistir situaciones amenazantes, sucesos desfavorables, emociones intensas sin desplomarse, afrontar positivamente y activamente situaciones estresantes.
- **Control de los impulsos (CI)**: aplazar un impulso al accionar y regular nuestras emociones.

e) Estado de ánimo en general:

- **Felicidad (FE)**: entretenerse, mostrar placer por la vida, gozar de sí mismo y de los que le rodean; manifestar sentimientos positivos.
- **Optimismo (OP)**: mantener continuamente actitud positiva observando el aspecto más sobresaliente de la vida sin importar las adversidades o los estados de ánimo negativos.

Estos componentes y subcomponentes son parte de la conformación del inventario del cociente emocional, el cual evalúa la inteligência emocional y social (Ugarriza, 2001).

2.2.2. Estrategias de afrontamiento y estrés

Antecedentes sobre el desarrollo de estrategias de afrontamiento.

La investigación realizada puso en evidencia que el concepto de afrontamiento al estrés ha avanzado a través del tiempo y sus primeros conceptos aparecen a finales de los años 70-80, manifestándose desde esas entonces teorías explicativas a través de sus diferentes modelos.

Lazarus y Launier (1978) en sus primeros modelos psicológicos conceptuaron el afrontamiento como una agrupación de esfuerzos intrapsíquicos dirigida a la acción, cuya finalidad era conducir a las exigencias interiores y ambientales las cuales evidencian recursos personales (citado por Canino, 2019).

Es así, que Lazarus y Folkman (1984) manifestaron que un estilo único de afrontamiento no existe, sino que pueden utilizarse variadas estrategias de acuerdo a las situaciones que puedan manifestarse en el continuo proceso (citado por Amarís et al., 2013).

Para Carver (1997) las estrategias de afrontamiento son conductas y pensamientos continuamente transformables, direccionados a conducir las demandas tanto internas como externas, que han sido valorados en agotamiento y que exceden los recursos a nivel individual (citado por Parrera, 2020).

Frydenberg y Lewis (2000) por su parte, revelan que el afrontamiento es la agrupación de acciones tanto emocionales como cognitivas que están presentes en el desarrollo de la persona y se manifiestan ante cualquier evento, permitiendo mantener un cambio efectivo y logrando una adaptación, transformado su modo de vivir, así como sus reacciones y pautas de su conducta que han desarrollado en todo su proceso de socialización y aprendizaje.

Definición de estrés.

El estrés, hoy por hoy ha sido estimado como una de las dificultades más enmarañadas y difíciles en el espacio familiar, académico, profesional y social. El término *stress* parte de un origen anglosajón cuyo significado es: tensión, presión, coacción; también *stress* es semejante a otra palabra inglés *strain*, relacionada con la idea de tensión o tirantez.

La tensión o estrés se manifiesta en todos las esferas del ser humano (la reorganización y competencia, los continuos giros de las nuevas tecnologías, la responsabilidad excesiva, los desafíos, la relación con nuestro entorno, la indecisión para tomar acciones, incluso en la sensación de monotonía, los sentimientos de alienación o la escasa valoración) y desencadena en depresión, ansiedad, caída de la autoestima y aparece el insomnio, el asma, hipertensión e irritabilidad (Caldera & Pulido, 2007).

Teoría del estrés de Hans Selye.

En 1973 el Psico fisiólogo Hans Selye, fue reconocido como el padre en el estudio del estrés y lo definió como: “La respuesta no específica del cuerpo a cualquier demanda que sobre él ejerce” (Barrio et al., 2006, p.37).

De igual manera la denominó Síndrome general de adaptación del organismo ante los diferentes estresores (actividades cotidianas, enfermedades, hábitos inadecuados, alteración en el ambiente familiar y en el contexto social), los que actúan sobre la persona; igualmente descubrió tres etapas en su famosa teoría del estrés. Inicialmente nuestro organismo advierte y reconoce el estímulo, enseguida el sistema nervioso da respuesta y finalmente es el sistema endocrino que se expresa.

Fase de alarma; frente a la sensación de un probable evento estresor, el organismo comienza a presentar una serie de variaciones físicas como psicológicas que lo predisponen para enfrentarlo.

Fase de resistencia; es en esta etapa de adaptación al evento estresor, en ella se desarrollan los procesos tanto cognitivos como emocionales, fisiológicos y comportamentales encargados de ocuparse del evento estresor de manera que resulte poco lesivo para el individuo. De lograrse la adaptación, se conseguirá disminuir la renuencia del organismo reduciendo el rendimiento de la persona, la capacidad de resistencia a la frustración será mínima, así como la aparición de alteraciones fisiológicas más o menos permanentes.

Fase de agotamiento; ocurre cuando la etapa anterior fracasa, cuando no resultan suficientes los mecanismos de adecuación al entorno, se cae en la fase de agotamiento originando que las alteraciones fisiológicos, psicológicos y/o psicosociales pasen a convertirse en grave o irreversibles ocasionando una falla general en el organismo disminuyendo la resistencia corporal; los órganos no reaccionan adecuadamente a los estímulos hormonales y nerviosos, los niveles de cortisol permanecen elevados dando pie a la aparición de enfermedades asociadas al estrés, por los efectos dañinos del mismo (Camargo, 2004).

Teoría transaccional del estrés y afrontamiento de Richard Lazarus.

Lazarus y Folkman (1984) refieren en su teoría al procedimiento de una relación entre el individuo y su entorno, donde llega a valorar el suceso como peligroso, llevándolo a sentir una situación amenazante que afecta su bienestar. Esta interacción se origina en la apreciación y valoración del propio sujeto, tanto de los eventos potencialmente estresantes, como de los propios recursos para enfrentar

tales demandas, proceso que se le conoce como evaluación cognitiva (citado por Toro, 2022).

Posteriormente Lazarus y Folkman (1986) abandonaron la clásica concepción del afrontamiento como rasgo estable y después lo consideraron un proceso activo, cambiante y dependiente del contexto y de la forma concreta en la que el individuo analiza la situación. Esto supone abandonar la convicción de que las personas disponen de estilos frecuentes de afrontamiento que decretan su proceder frente a un estímulo estresor.

Estrategias de afrontamiento de Frydenberg y Lewis.

Frydenberg realizó indagaciones basadas en la teoría de estrés y afrontamiento expuesto por Lazarus, llamada transaccional, donde resalta al estrés como un desequilibrio percibido entre la apreciación del individuo y la influencia recíproca entre el sujeto y el entorno, asimismo sobre las demandas que se le imponen y la capacidad de respuesta que cuenta para afrontar sus requerimientos, al evaluar al entorno como amenazante o desbordante frente a sus recursos (Canessa, 2002).

Frydenberg y Lewis (2000) centraron su investigación en la existencia de diferentes problemáticas a las que se ven expuestos los adolescentes como el pandillaje, drogas o suicidio y que éstas podrían ser mejor comprendidas e intervenidas; puesto que, es un periodo del desarrollo humano donde aparecen tanto desafíos como dificultades de gran trascendencia, están basados en la formación de la identidad y el deseo de alcanzar la emancipación familiar; inquietudes que afectan significativamente sus vidas, porque cuando estas preocupaciones se sienten pueden ser abrumadoras e incapacitantes, ya que pueden conducirlos a una depresión

extrema incluso hasta el suicidio al no encontrarse aptos para afrontar las dificultades a causa de su vulnerabilidad frente a las presiones e incertidumbre.

Es así que Frydenberg y Lewis desarrollaron el Adolescent Coping Scale-Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), el cual fue fruto de una larga investigación, instrumento que elaboró para descubrir como los adolescentes afrontan las situaciones difíciles, Asimismo el ACS permite evaluar la fiabilidad de sus 18 estrategias contenidas en tres estilos de afrontamiento (Frydenberg & Lewis, 2000).

Relación entre la inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento.

Ison y Aguirre (2002) indican que cuando las personas no tienen un buen manejo del estrés y perciben que las demandas externas están por encima de sus propios recursos o capacidades personales para resolverlas, suelen tomar la decisión de elegir estrategias de afrontamiento de tipo evitativo o no productivo, en vez de realizar esfuerzos cognitivos y conductuales para resolver o afrontar directamente la situación estresante.

Según BarOn (2006) menciona que las personas que tienen niveles adecuados en la dimensión adaptabilidad suelen evaluar de forma correcta la realidad, son flexibles y se ajustan de forma eficiente a aquellas nuevas situaciones o demandas que generan estrés, afrontando dichas situaciones, es decir, buscando las mejores opciones para resolver los problemas manifestados en el día a día.

Según García (2006) la dimensión intrapersonal favorecen el contacto entre la vida interior con la experiencia externa de la persona, manifestándose en pensamientos y sentimientos personales, donde el sujeto al tener conciencia del estado emocional en que se encuentra, podrá tomar mejores decisiones para actuar ante una situación o evento estresante, es decir, niveles adecuados en las

capacidades de la dimensión intrapersonal favorece la planificación y ejecución de acciones eficaces para resolver un problema del entorno.

Según Austin et al. (2010) la IE evidenció correspondencia con el estilo de afrontamiento productivo, evidencia acorde con las distintas indagaciones que resaltaron el rol de la autorregulación y la acertada gestión de las emociones, desarrollando estrategias más adaptativas.

Según Heredero y Ceballos (2017) las habilidades interpersonales son cruciales a la hora de afrontar una situación problemática, ya que por lo general, tendremos más éxito en encontrar una solución si contamos con la ayuda de otras personas, es aquí donde juega un rol importante la dimensión interpersonal, la cual es la facultad para entender los propósitos, motivaciones y anhelos de las otras personas, favoreciendo el trabajo en equipo y una relación efectiva con los demás a la hora de afrontar diversas situaciones difíciles.

Asimismo, Lunahuaná (2018) agrega que, a través de alternativas activas para poder resolver el problema, es factible transformar o disminuir el estrés, solo si las personas han explorado la valoración propia de sus emociones, regulación emocional y utilización de las emociones para favorecer su ejecución.

Asimismo, Martínez et al. (2014) al hacer una revisión sistemática sobre las variables de estudio, aseveran el rol principal de IE en la regulación de las emociones, así como en la adaptación ante sucesos estresantes (citado por Ventura, 2019).

2.3. Definición conceptual de la terminología empleada

2.3.1. Inteligencia emocional

Basado en el modelo de BarOn (1997) es una agrupación de destrezas unipersonales, emocionales, colectivas que interfiere en la facultad para adecuarnos

y mantener la actitud ante las demandas y exigencias del ambiente (citado por Ugarriza, 2001).

2.3.1. Estrategias de afrontamiento

Según Frydenberg & Lewis (1993) refieren, que aparecen ante cualquier inquietud específica, dando solución al problema y modificando el estímulo, o acomodándose a la inquietud sin necesidad de una solución. Debido a la forma de pensar y sentir para intentar equilibrar o minimizar la confusión para el individuo (citado por Canessa, 2002).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo

Esta indagación fue descriptiva, en la opinión de Gómez y Roquet (2008) indican que ésta, trabaja sobre la efectividad del hecho y tiene como cualidad fundamental exponer una interpretación precisa, donde incluyen los siguientes estudios; encuestas, casos, exploratorios, causales, de desarrollo, predictivos, de conjuntos, de correlación (como se citó en Cabezas-Mejía et al., 2018). Además fue una investigacion de tipo correlacional en la medida que pretendió atisbar afinidad entre ambas variables, el estudio tuvo por finalidad identificar la conexión o nivel de asociación que existe entre uno o mas conceptos, categorías o variables dentro del mismo entorno (Hernández & Mendoza, 2018).

3.1.2. Diseño

El diseño de indagación fue no experimental, dado que no se elaboró ningún tipo de situación predeterminada para realizarse; asimismo, se analizó tal y como se manifiesta en toda su naturaleza estudiada, sin ninguna manipulación deliberada en sus variables; al mismo tiempo fue de carácter transversal, debido que, la información recogida se realizó en un momento establecido y por única vez (Hernández et al., 2014).

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

Es la agrupación de diferentes objetos o medidas de interés que pueda despertar la atención a un investigador Newbold et al. (2008); por lo tanto, el estudio estuvo conformado por 231 educando, tanto hombre como mujeres, en un rango de 19-29 años, pertenecientes a diferentes especialidades del I ciclo del IESTPFFAA, el cual está situado en Lima (Rímac).

Tabla 1

Composición de la población del I ciclo académico por especialidades y sexo

Especialidades académicas	Sexo	
	H	M
Análisis de Sistemas	22	7
Computación e informática	20	8
Construcción civil	32	8
Explotación minera	21	5
Mecánica Automotriz	38	4
Mantenimiento de Maquinarias	16	4
Topografía	41	5
Subtotal	190	41
Total	231	

Nota: Los datos mostrados en la tabla son las especialidades comprometidas en la población seleccionada,

3.2.2. Muestra

Es la porción representativa de la población a la cual se extrae información, partiendo de atributos requeridos y decisiones del investigador, la cual están sujetas a cantidades aceptables y significativas (Arias y Peñaloza, 2013).

La muestra quedó comprometida a 147 educandos del I ciclo del IESTPFFAA, para lo cual, se utilizó la técnica de muestreo no probabilístico, donde Tamayo (2003) definió que el muestreo es un método para la selección de unidades que constituirá la muestra y ello depende de la decisión del investigador. Asimismo, aplicó un muestreo por conveniencia, debido a que el investigador se permitió elegir a los participantes para la muestra acorde a su criterio y a las circunstancias fortuitas (Ríos, 2017).

Se aplicó una fórmula para obtener la cantidad de la muestra, considerando el margen de error de 5% y su nivel de 95% de confianza.

Fórmula:

$$n = \frac{N}{E^2 (N - 1) + 1}$$

En donde:

n = 147

N = 231

E = (0.05)

Tamaño de la muestra fue:

$$n = \frac{231}{(0.05)^2 (231 - 1) + 1}$$

$$n = 147$$

Tabla 2

Características de la muestra

Sexo	Frecuencia	(%)
Mujeres	25	17
Hombres	122	83
Total	147	100

Se utilizaron criterios con el objeto de depurar el ejemplar, tanto de inclusión como exclusión.

Criterios de inclusión:

- Educandos del I ciclo académico de diferentes especialidades del IESTPFFAA.
- Jóvenes de 19-22 años, ambos sexos, dispuestos a cooperar en la investigación.
- Jóvenes que estuvieron presentes en el momento de la evaluación.

Criterios de exclusión:

- Jóvenes del II al VI ciclo del IESTPFFAA.
- Jóvenes menores a 19 años o que sobrepasaran los 22 años.
- Jóvenes que no acudieron el día de la evaluación.
- Jóvenes que no consideraron cooperar libremente en la investigación.

3.3. Hipótesis

3.3.1. General

H_G: La inteligencia emocional se relaciona significativamente con las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas.

H_0: La inteligencia emocional no se relaciona significativamente con las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas.

3.3.2. Específicas

H_{e1}: Existe relación significativa entre la inteligencia intrapersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

H_0: No existe relación significativa entre la inteligencia intrapersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

H_{e2}: Existe relación significativa entre la inteligencia interpersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

H_0: No existe relación significativa entre la inteligencia interpersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

H_{e3}: Existe relación significativa entre la adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento al estrés de los estudiantes.

H_0: No existe relación significativa entre la adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

H_{e4}: Existe relación significativa entre el manejo de estrés y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

H_0: No existe relación significativa entre el manejo de estrés y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

H_{e5}:Existe relación significativa entre el estado de ánimo general y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

H_0: No existe relación significativa entre el estado de ánimo general y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.

3.4. Variables-Operacionalización

Tabla 3

Matriz operacional de la variable inteligencia emocional

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Inteligencia emocional	Son capacidades que influyen en las habilidades para enfrentar demandas y presiones del ambiente, proporcionando destrezas individuales, afectivas y sociales para alcanzar el éxito en la vida (BarOn 1997).	Características que miden la inteligencia emocional, a través de sus 5 componentes en el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn (ICE).	Componente intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismo	7, 9, 23, 35, 52, 63, 88, 116	Ordinal
				Asertividad	22, 37, 67, 82, 96, 111, 126	
				Autoconcepto	11, 24, 40, 56, 70, 85, 100, 114, 129	
				Autorrealización	6, 21, 36, 51, 66, 81, 95, 110, 125	
				Independencia	3, 19, 32, 48, 92, 107, 121	
			Componente interpersonal	Empatía	18, 44, 55, 51, 72, 98, 119, 124	
				Relaciones interpersonales	10, 23, 31, 39, 55, 62, 69, 84, 99, 113, 128	
				Responsabilidad social	16, 30, 46, 61, 72, 76, 90, 98, 104, 119	
			Componente adaptabilidad	Solución de problemas	1, 15, 29, 45, 60, 75, 89, 118	
				Prueba de la realidad	8, 35, 38, 53, 68, 83, 88, 97, 112, 127	
				Flexibilidad	14, 28, 43, 59, 74, 87, 103, 131	
			Componente manejo de estrés	Tolerancia al estrés	4, 20, 33, 49, 64, 78, 93, 108, 122	
				Control de impulsos	13, 27, 42, 58, 73, 86, 102, 110, 117, 130	
			Componente estado de ánimo	Felicidad	2, 17, 31, 47, 62, 77, 91, 105, 120	
				Optimismo	11, 20, 26, 54, 80, 106, 108, 132	

Tabla 4

Matriz operacional de la variable estrategias de afrontamiento al estrés

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Estrategias de afrontamiento al estrés	Agrupación de respuestas (cognición, sentimientos y acciones) que la persona emplea para dar resolución a problemas y reducir las tensiones que esta situación le genera (Lazarus y Folkman 1984).	Conformada por tres estilos de afrontamiento que se estructuran en 18 estrategias las cuales se evalúan con la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS).	Afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema.	Buscar pertenencia (Pe)	6,24,42,60,76	Ordinal
				Diversión relajante (Dr)	17,35,53	
				Esforzarse y tener éxito (Es)	3,21,39,57,73	
				Distracción física (Fi)	18,36,54	
				Fijarse en lo positivo (Po)	15,33,51,69	
				Concentrarse en resolver el problema (Rp)	2,20,38,56,72	
			Afrontamiento en relación con los demás	Buscar apoyo espiritual (Ae)	14,32,50,68	
				Buscar apoyo social (As)	1,19,37,55,71	
				Busca apoyo profesional(Ap)	16,34,52,70	
				Acción social (So)	10,28,46,64	
			Afrontamiento improductivo	Preocuparse (Pr)	4,22,40,58,74	
				Invertir amigos íntimos (Ai)	5,23,41,59,75	
				Hacerse ilusiones (Hi)	7,25,43,61,77	
				Falta de afrontamiento (Na)	8,26,44,62,78	
				Reducción de la tensión (Rt)	9,27,45,63,79	
				Ignorar el problema (Ip)	11,29,47,65	
				Autoinculparse (Cu)	12,30,48,66	
				Reservado para sí (Re)	13,31,49,67	

3.5. Métodos y técnicas de investigación

3.5.1. Método

Se utilizó el modelo hipotético-deductivo para esta investigación, Neill & Córtez (2018) señalan que es un proceso que se apertura desde la observación de un problema, buscando explicaciones mediante las posibles comparaciones a través de hipótesis, igualmente deduce y determina las consecuencias básicas, verificado, refutando o ratificando el pronunciamiento hipotético inicial.

3.5.2. Técnica

Fue de tipo encuesta, donde López y Fachelli (2015) refieren que esta técnica ayuda a obtener información para la investigación y es utilizada como método porque se transforma en un proceso de investigación social creando un objeto de investigación (citado por Arias et al., 2022).

3.5.3. Inventario del Cociente Emocional y social de BarOn (ICE)

Descripción del instrumento.

Fue diseñado por Reuven BarOn en 1997, originalmente conocido como EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory. Con el propósito de evaluar la IE en una muestra peruana, la Dra. Nelly Ugarriza en el año 2001 realizó una adaptación del instrumento, el cual evidencia a través de cinco cocientes emocionales, justificados en las calificaciones de sus 15 subcomponentes o sub escalas del cuestionario tipo Likert de 133 ítems; asumiendo un límite de tiempo aproximado de 30-40 minutos, dirigida a individuos de 16 años a más; las puntuaciones refieren que cuando son más altas y mayores, predecirá el éxito de la persona para afrontar las demandas y desafíos que se le presenten, de lo contrario resulta cuando las puntuaciones son bajas, serán indicadores de que la persona tendrá más probabilidades de experimentar problemas

emocionales y conductuales; también, está enfocada a áreas como; educación, clínica, jurídica, medica, laboral y en investigaciones (Ugarriza, 2001).

Tabla 5

Calificación e interpretación de inventario de inteligencia emocional de BarOn (ICE)

Pautas de Interpretación		
Excelente	+130	Excelentemente
Muy alto	120-129	Muy bien desarrollada
Alto	110-119	Bien desarrollada
Promedio	90-109	Adecuada, promedio
Bajo	80-89	Necesita mejorarse
Muy bajo	70-79	Mejorarse considerablemente
Deficiente	-69	Deficiente, marcadamente bajo

Aspectos psicométricos de la prueba original.

Validez y confiabilidad.

La confiabilidad indica “en qué medida las diferencias individuales de los puntajes en un test pueden ser atribuidos a las diferencias verdaderas de las características consideradas” (Ugarriza, 2001, p.146).

Variados análisis de confiabilidad y validez sobre el ICE en el extranjero a cargo de BarOn (1997), revelaron una medición confiable y válida. En cuanto a su estabilidad en el tiempo manifiesta un coeficiente de .85 nivel promedio de estabilidad posteriormente de un mes, y pasado los cuatro meses presenta .75. Estas valoraciones indican la existencia de una buena consistencia en los hallazgos; sin embargo, al no tener un grado de correlación muy alto no permite proponer que la inteligencia emocional y social sea estable. En Sudáfrica fue tomada una muestra donde se evidenció que la confiabilidad retest, presentó una fluctuación entre .55 y .82 dentro de un rango de cuatro meses.

Hasta nueve tipos de investigaciones realizaron sobre validación en seis países, durante los últimos 17 años, finalizando que, este inventario mantiene buena estructura jerárquica de la inteligencia no cognitiva porque hay evidencia idónea que apoya la estructura (1-5-15) del ICE (Ugarriza, 2001).

Aspectos psicométricos de la prueba adaptada.

A nivel nacional, Ugarriza en el 2001, con el propósito de corroborar la validez y confiabilidad a través del análisis factorial confirmatorio, se realizó investigaciones psicométricas del Inventario de Cociente Emocional de BarOn (ICE), donde se utilizó una muestra constituida por 1996 individuos de 15 años en adelante en Lima Metropolitana, la cual fue de corte psicométrico.

Confiabilidad.

Según Ugarriza (2001) las indagaciones de confiabilidad que realizó acerca de la IE se centraron en la confiabilidad; asimismo en la consistencia interna del retest. Se observó que el ejemplar para la investigación peruana de los coeficientes de alfa de Cronbach manifiesta una consistencia interna .93 para el inventario total; para los componentes fluctúa entre .77 y .91. Los coeficientes mínimos son para los subcomponentes de flexibilidad .48, independencia y solución de problemas .60, los 13 factores restantes arrojaron estimaciones superiores a .70.

Validez.

Ugarriza (2001) para determinar validez del instrumento en una muestra peruana, desarrolló el AFC de segundo orden como muestra la tabla 6, donde se observan las cargas factoriales y comunalidades de los componentes.

Tabla 6

Análisis factorial confirmatorio de segundo orden para la muestra peruana – adaptación Nelly Ugarriza (2001). Inventario de BarOn (ICE)

Componente	Coeficientes estimados	Error estándar	Razón critica prueba de hipótesis sobre el parámetro	Coeficientes estimados estandarizado (cargas factoriales)	Correlaciones múltiples cuadradas (comunalidades)
CIA	1.00	0.922	0.850		
CIE	0.418	0.011	38.319*	0.680	0.463
CAD	0.464	0.010	48.407*	0.782	0.611
CME	0.369	0.012	32.013*	0.612	0.374
CAG	0.459	0.007	61.299*	0.879	0.772

Nota: CIA: Intrapersonal, CIE: Interpersonal, CAD: Adaptabilidad, CME: Manejo del estrés, CAG: Estado de ánimo general. Los valores proyectados son significativos p<.05.

3.5.4. Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Descripción del instrumento.

La valoración de estrategias de afrontamiento al estrés se realizó con el ACS versión original diseñada por Erica Frydenberg & Ramón Lewis (1993) pero la versión española fue por Jaime Pereña y Nicolás Seisdedos; sin embargo, para la utilización en una muestra peruana Beatriz Canessa realizó la adaptación.

Según Frydenberg & Lewis (2000) el ACS, es un tipo de auto informe, fue construido en base a dos formas; una general, la que refiere como la persona afronta de manera general y la otra específica, la que permite evaluar de manera particular, donde el comportamiento de la persona depende de una situación específica; ambas formas tienen los mismos componentes.

La aplicación del instrumento se puede realizar personal o grupal en una población objetivo de adolescentes de 12 años a más, en un promedio entre 10 y 15 minutos. Está compuesta por 80 ítems de los cuales 79 fueron de preguntas cerradas y el único ítem n° 80 pregunta abierta; no obstante, el generar una pregunta abierta

al final de la lista, permite que la persona mencione algún otro estilo de afrontamiento no considerado en los elementos de la escala; ésta escala evalúa las 18 estrategias de afrontamiento contenidas en tres estilos; que posteriormente se califican mediante una escala tipo Likert.

Tabla 7

Calificación e interpretación de escala de Estrategias de Afrontamiento al estrés (ACS)

Pautas de Interpretación	
Con mucha frecuencia	90-100
A menudo	70-89
Algunas veces	50-69
Raras veces	30-49
No utilizada	20-29

Aspectos psicométricos de la prueba original.

Confiabilidad.

La fiabilidad se evidenció examinando, a una muestra de 101 adolescentes de 13 años una primera vez y posteriormente a los 14 días donde se calcularon las correspondencias test-retest (producto-momento de Pearson); evidenciando fiabilidad, donde el coeficiente de correlación debió ser de .32 o mayor ($p<.001$).Cuando un elemento da una correlación test-retest insuficiente es necesario que los evaluados por lo menos el 70% obtuvieran respuestas distantes en los evaluados es qué un elemento puede correlacionar poco en dos ocasiones por su reducida variabilidad más que por la inestabilidad de las respuestas.

Solo siete elementos no arrojan de manera específica una correspondencia significativa, también ocurrió lo mismo con once elementos de manera general, sin embargo, todos estos elementos en ambas aplicaciones, respuestas distantes no más de un punto en más de 70% de los evaluados, por tanto, cubren las normas de estabilidad (Frydenberg & Lewis, 2000).

Validez.

Se procedió a examinar, utilizando el análisis factorial (componentes principales con rotación Oblimin), para encontrar hasta donde los elementos valoran las 18 estrategias de afrontamiento relacionadas entre sí. Los resultados mostraron que las 18 estrategias tienen validez de constructo y que el análisis factorial defiende la presencia de dichas dimensiones (Frydenberg & Lewis, 2000).

Aspectos psicométricos de la prueba adaptación peruana.

Confiabilidad.

En el análisis de la confiabilidad por consistencia interna de las escalas de Afrontamiento (ACS) Lima, que elaboró Canessa (2002), donde se observaron que lo valoración presentada del alfa de Cronbach van de .48 a .84, donde: As .73, Rp .74, Es .56, Pr .61, Ai .71, Pe .66, Hi .52, Na .56, Rt .53, So .53, Ip .58, Cu .70, Re .61, Ae .58, Po .53, Ap .76, Dr .48, Fi .84. Para el objetivo de la indagación se ejecutó la confiabilidad y se contempló que existe un coeficiente superior a (.70) en las sub escalas, lo que revelaría que el instrumento es fiable.

Validez.

Los españoles Pereña y Seisdedos (1995), establecieron la validez de la escala; asimismo también Canessa (2002) mediante un estudio lingüístico de la prueba, a través de diez jueces (psicólogos). Posteriormente, para identificar que ítems debieron ser corregidos utilizó la fórmula del coeficiente V de Aiken. Del cual se preparó la versión que fue administrada a un grupo piloto de alumnos en instituciones privadas y nacionales, al final se logró la versión definitiva denominada Escala de Afrontamiento para Adolescentes revisada en Lima.

Se seleccionó previamente para aplicar a 12 centros educativos de diferentes dimensiones, con la versión alcanzada, logrando determinar la validez del constructo

a base del análisis ítems-test, donde los ítems fueron admitidos y estuvieron de acuerdo con lo que se pretendió medir, no obstante, el ítem 33 cuya relación ítem-test resulto .06, fue desechado de la escala.

Seguidamente, se muestran los rangos entre los cuales fluctúan los valores encontrados para cada escala: As .40 -.66; Rp .41-.56; Es .13 - .44; Pr .32 - .45; Ai .40 -.55; Pe .16 -.57; Hi .18 - .37; Na .25 - .40; Rt .23 - .53; So .18 - .40; Ip .26 - .46; Cu .32 - .59; Re .25 -.50; Ae .06 - .57; P .22 -.45; Ap .50 -.62; Dr .28 -.32; Fi.65 -.77.

Realizaron la validez a través de criterio de expertos, con cinco psicólogos, encargados de revisar cada ítem de la escala de afrontamiento para adolescentes, y aplicaron la fórmula del coeficiente V de Aiken. Finalmente, la escala mide lo que pretende medir; donde se observó que en todos los ítems se alcanzó un coeficiente de correlación superior a .30, evidenciando la validez de sus ítems (Canessa 2002).

3.6. Procesamiento de los datos

Se realizó una charla para dar información y orientación sobre el proceso de aplicación y llenado de cada test en sus respectivos momentos, haciéndoles saber sobre los instrumentos de evaluación, asimismo se trató de explicarle sobre su cooperación voluntaria en el presente estudio. A su vez se facilitó el consentimiento informado y el registro de su participación para su respectivo llenado, este mismo procedimiento se aplicó en todas las tomas de muestra en cada grupo de jóvenes.

Posteriormente se utilizó el programa informático SPSS-2 (Statistical Package for the Social Sciences), en el cual se importó agregando toda la información de datos del Excel, donde se había tabulado y codificado a cada uno de los participantes.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. Análisis de fiabilidad de las variables

4.1.1. Propiedades psicométricas del Inventario de IE de BarOn

Validez por estructura interna.

Tabla 8

Índice de bondad de ajuste del AFC de segundo orden del Inventario de IE de BarOn

Variable	X^2	gl	X^2/gl	p	CFI	RMSEA	IC 90% RMSEA	
							Inf	Sup
Modelo de 5 factores	12.43	5	2.49	.029	.98	.101	.03	.17

Nota. X^2: Chi-Cuadrado, gl: Grados de libertad, p: Significancia estadística, CFI: Índice de ajuste comparativo, RMSEA: Error Cuadrático Medio de Aproximación, IC 90% RMSEA: Intervalo de confianza al 90% del RMSEA, Inf: Inferior, Sup: Superior.

Se evidencia en la tabla 8 el índice de bondad del AFC de segundo orden del instrumento. Se halló una discrepancia mínima (X^2/gl) aceptable de 2.49 (< 5) y estadísticamente significativa (p<.05), un CFI aceptable de .98 (>.95). Pero un valor RMSEA de .101, el cual está por encima de lo recomendable (< .01; < .05), lo cual estaría sucediendo por la escasa muestra utilizada para este cálculo (Kenny et al., 2015). Los resultados presentaron un ajuste aceptable para el modelo de cinco factores del Inventario de IE de BarOn.

Tabla 9

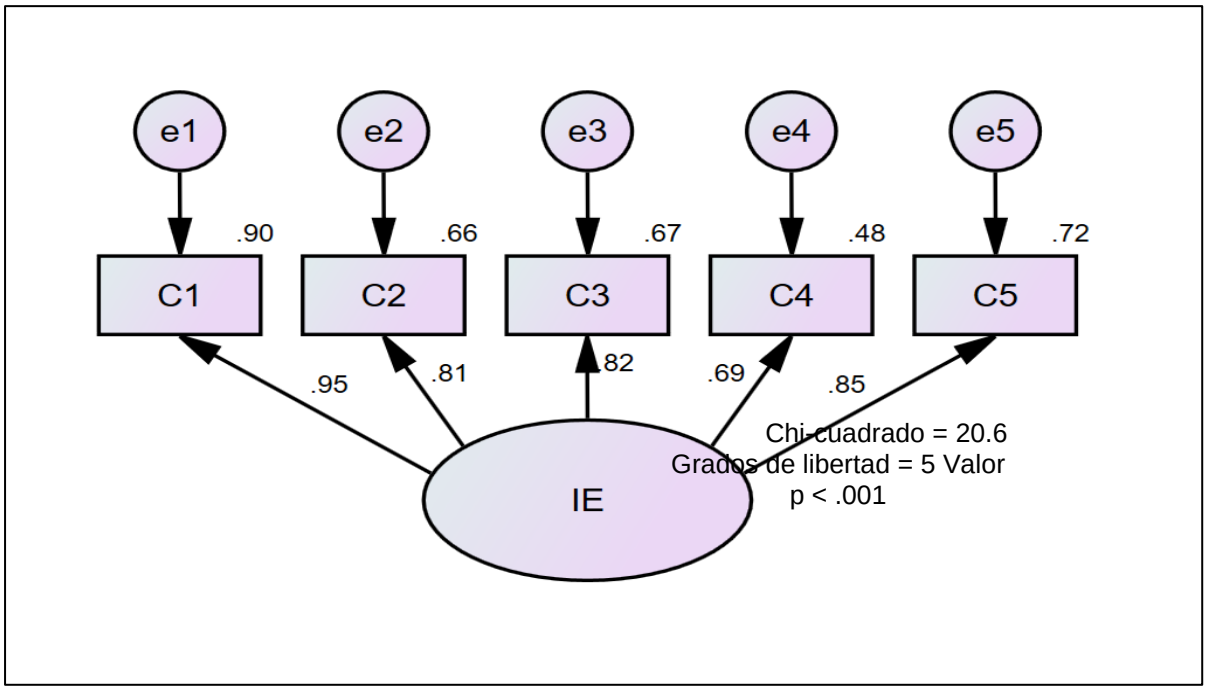
Cargas factoriales del Inventario de IE de BarOn

Componentes	Coeficientes estimados	Error estándar	Cargas factoriales	Varianza explicada
C1	1.000		.95	.90
C2	.426	.030	.81	.66
C3	.460	.032	.82	.67
C4	.350	.033	.69	.48
C5	.346	.022	.85	.72

Nota. C1: Intrapersonal, C2: Interpersonal, C3: Adaptabilidad, C4: Manejo del estrés, C5: Estado de ánimo general.

Figura 1

Parámetro estimado estandarizado de AFC de segundo orden sobre los componentes de IE



Nota. C1: Intrapersonal, C2: Interpersonal, C3: Adaptabilidad, C4: Manejo del estrés, C5: Estado de ánimo general.

En la tabla 9 se exponen los hallazgos del AFC de segundo orden para tal grupo de estudio, los factores estimados se presentan en la figura 1, producida gracias al paquete estadístico Amos; el resultado de la prueba chi-cuadrado que se utilizó para confrontar el ajuste del modelo, fue significativa, indicando la justificación del esquema factorial 5 a 1 expresada por BarOn (1997). Del mismo modo se exhibe la IE como único factor subyacente con sus respectivos componentes, mostrando sus respectivas cargas factoriales y varianzas explicadas. El componente intrapersonal evidencia la más elevada (carga factorial =.95; % varianza explicada = .90), estado de ánimo general (carga factorial = .85; % varianza explicada = .72), adaptabilidad (carga factorial = .82; % varianza explicada = .67), interpersonal (carga factorial = .81; % varianza explicada = .66) y manejo de estrés (carga factorial = .69; % varianza explicada = .48).

Confiabilidad por consistencia interna.

Tabla 10

Confiabilidad por consistencia interna del Inventario de IE de BarOn

Componente	Cantidad de ítems	alfa de Cronbach
C1	45 ítems	.904
C2	24 ítems	.765
C3	26 ítems	.784
C4	18 ítems	.811
C5	16 ítems	.781

Nota. C1: Intrapersonal, C2: Interpersonal, C3: Adaptabilidad, C4: Manejo del estrés, C5: Estado de ánimo general.

La tabla 10 muestra que el instrumento presenta valores alfa de Cronbach por encima de .70, revelando que el Inventario de IE de BarOn presenta evidencia de confiabilidad.

4.1.2. Propiedades psicométricas de las Escalas de Afrontamiento (ACS)

Validez por estructura interna.

Se ejecutó un estudio por etapas, agrupándose cada elemento en función de las escalas para las que se habían elaborado, en 18 factores primero para evadir los problemas estadísticos de revisar en una sola vez 79 elementos.

Se asignaron las 18 estrategias siguiendo el ejemplo de la versión original (Frydenberg y Lewis, 2000) en tres grupos, conformados por seis estrategias diferentes cada uno. Finalmente, se realizaron tres análisis factoriales utilizando las respuestas brindadas por los participantes evaluados.

Tabla 11

Cargas factoriales del ACS del primer grupo

	Factor					
Elementos	1	2	3	4	5	6
Fi						
18	.597					
36	.325					
54	.708					

Pr					
4	.332				
22	.413				
40	.309				
58	.527				
74	.572				
So					
10		.166			
28		.414			
46		.689			
64		.520			
Po					
15			.659		
33			.385		
51			.590		
69			.613		
Ip					
11				.512	
29				.793	
47				.529	
65				.423	
Cu					
12					.417
30					.706
48					.365
66					.571

Nota. Fi: Distracción física, Pr: Preocuparse, So: Acción social, Po: Fijarse en lo positivo, Ip: Ignorar el problema, Cu: Auto-inculparse.

La tabla 11 exhibe los resultados del AFC de las seis escalas (Fi, Pr, So, Po, Ip, Cu) del instrumento. Se halló que todos los ítems presentan cargas factoriales por encima de .3, indicando que los elementos se manifiestan según la estrategia que pretende estimar. Los resultados coinciden con los reportados en el manual del instrumento original (Frydenberg y Lewis, 2000).

Tabla 12

Cargas factoriales del ACS del segundo grupo

	Factor					
Elementos	1	2	3	4	5	6
As						
1	.376					
19	.739					
37	.818					
55	.870					
71	.399					
Ae						
14		.372				
32		.498				
50		.535				
68		.643				
Dr						
17			.518			
35			.840			
53			.798			
Pe						
6				.500		
24				.438		
42				.519		
60				.351		
76				.607		
Hi						
7					.392	
25					.685	
43					.484	
61					.624	
77					.382	
Rt						
9						.427
27						.451
45						.553
63						.369
79						.524

Nota. As: Buscar apoyo social, Ae: Buscar apoyo espiritual, Dr: Buscar Diversiones relajante, Pe: Buscar pertenencia, Hi: Hacerse ilusiones, Rt: Reducción de la tensión.

La tabla 12 muestra los hallazgos del AFC de seis escalas (As, Ae, Dr, Pe, Hi, Rt) del instrumento. Se halló que todos los ítems presentan cargas factoriales por encima de .3, indicando que los elementos se manifiestan según la estrategia que pretende estimar, estos hallazgos concuerdan con los reportados en el manual del instrumento original (Frydenberg y Lewis, 2000).

Tabla 13

Cargas factoriales del ACS del tercer grupo

	Factor					
Elementos	1	2	3	4	5	6
Rp						
2	.602					
20	.711					
38	.403					
56	.488					
72	.539					
Ap						
16		.375				
34		.536				
52		.511				
70		.656				
Ai						
5			.343			
23			.377			
41			.478			
59			.441			
75			.492			
Es						
3				.673		
21				.698		
39				.511		
57				.433		
73				.580		
Na						
8					.321	
26					.308	

44	.192	
62	.855	
78	.333	
Re		
15		.345
31		.284
49		.645
67		.550

Nota. Rp: Concentrarse en resolver el problema, Ap: Buscar ayuda profesional, Ai: Invertir en amigos íntimos, Es: Esforzarse y tener éxito, Na: Falta de afrontamiento, Re: Resérvalo para sí.

La tabla 13 manifiesta resultados del AFC de seis escalas (Rp, Ap, Ai, Es, Na, Re) del instrumento. Se halló que todos los ítems presentan cargas factoriales por encima de .3, indicando que los elementos se manifiestan según la estrategia que pretende estimar, los hallazgos coinciden con los reportados en el manual del instrumento original (Frydenberg y Lewis, 2000).

Confiabilidad por consistencia interna.

Tabla 14

Confiabilidad por consistencia interna de las Escalas de Afrontamiento

Componente	Cantidad de ítems	McDonald's ω
As	5 ítems	.742
Rp	5 ítems	.697
Es	5 ítems	.715
Pr	5 ítems	.531
Ai	5 ítems	.501
Pe	5 ítems	.610
Hi	5 ítems	.553
Na	5 ítems	.449
Rt	5 ítems	.563
So	4 ítems	.415
Ip	4 ítems	.657
Cu	4 ítems	.550
Re	4 ítems	.543
Ae	4 ítems	.593

Po	4 ítems	.622
Ap	4 ítems	.587
Dr	3 ítems	.768
Fi	3 ítems	.545

La tabla 14 señala que en el instrumento exhibe valores McDonald's ω entre .449 a .768, lo cual revela que la mayoría de las escalas de afrontamiento muestran niveles moderados de fiabilidad por consistencia interna.

4.2. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

4.2.1. Resultados estadísticos descriptivos de inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento

Tabla 15

Resultados estadísticos descriptivos de la inteligencia emocional

	IE Total	C1	C2	C3	C4	C5
Media	483.4	171.4	89	93.7	67.3	61.8
Mediana	485	171	89	94	66	62
Moda	452	146	88	111	63	60
Desviación estándar	60.3	23.7	11.7	12.6	11.3	9.1
Asimetría	.07	-.14	-.01	.11	.23	-.44
Curtosis	-.56	.20	.20	.20	.20	.20

Nota. C1: Intrapersonal, C2: Interpersonal, C3: Adaptabilidad, C4: Manejo del estrés, C5: Estado de ánimo general.

La tabla 15 exhibe los resultados estadísticos descriptivos de la inteligencia emocional; la media de 483.4, una mediana de 485 y una moda de 452, así mismo, la desviación estándar de 60.3, una asimetría de tendencia positiva y una curtosis de tipo platicúrtico.

Tabla 16

Resultados estadísticos descriptivos de las estrategias de afrontamiento

	A1	A2	A3
Media	51.6	81.8	102.2
Mediana	52	81	102

Moda	44	81	92
Desviación estándar	7.5	15.3	12.8
Asimetría	-.001	.16	.43
Curtosis	-.52	-.81	.54

Nota. A1: Afrontamiento en relación con los demás, A2: Afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema, A3: Afrontamiento improductivo.

La tabla 16 exhibe los resultados estadísticos descriptivos del estilo de afrontamiento en relación a los demás; media =51.6, una mediana =52 y una moda =44, también una desviación estándar = 7.5, una asimetría de tendencia negativa y una curtosis de tipo platicúrtico.

Mientras que el estilo de afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema presenta una media = 81.8, una mediana =81 y una moda =81, así mismo, presentan una desviación estándar = 15.3, una asimetría de tendencia positiva y una curtosis de tipo platicúrtico.

Por otro lado, el estilo de afrontamiento improductivo presenta una media = 102.2, una mediana =102 y una moda =92, así mismo, presenta una desviación estándar =12.8, una asimetría de tendencia positiva y una curtosis de tipo leptocúrtico.

4.2.2. Prueba de normalidad de las variables

Tabla 17

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para la variable inteligencia emocional

	Kolmogorov-Smirnov		
Variable	Estadístico	N	P
IE Total	.046	147	.200
C1	.067	147	.200
C2	.050	147	.200
C3	.044	147	.200
C4	.072	147	.061
C5	.094	147	.003

Nota. C1: Intrapersonal, C2: Interpersonal, C3: Adaptabilidad, C4: Manejo del estrés, C5: Estado de ánimo general, N: muestra, p: significancia estadística.

En la tabla 17 la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, presenta hallazgos de significancia estadística mayores a .05, por lo tanto, los datos presentan una distribución normal de la variable estudiada y sus dimensiones.

Tabla 18

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para la variable estrategias de afrontamiento

	Kolmogorov-Smirnov		
Variable	Estadístico	N	P
A1	.067	147	.100
A2	.068	147	.094
A3	.059	147	.200

Nota. A1: Afrontamiento en relación con los demás, A2: Afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema, A3: Afrontamiento improductivo, N: muestra, p: significancia estadística.

En la tabla 18 la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, muestra hallazgos de significancia estadística mayores a .05, por tanto, los datos evidencian una distribución normal en la variable de estudio.

Como presentaron una distribución normal ambas variables estudiadas, se justificó el uso del estadístico paramétrico en la contrastación de las Hipótesis propuestas.

4.3. Contrastación de hipótesis

4.3.1. Hipótesis general

Tabla 19

Correlación entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento

N=147	Inteligencia emocional	
	Correlación de Pearson	Significancia estadística
A1	.099	.276
A2	.353	.000
A3	-.051	.541

Nota: A1: Afrontamiento en relación con los demás, A2: Afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema, A3: Afrontamiento improductivo, N: muestra.

La tabla 19 exhibe que la IE presenta una correspondencia muy significativa directa de bajo nivel (r=.353; p<.00) con los estilos de afrontamiento productivo,

admitiéndose la hipótesis general, significando que, a elevada manifestación de IE, mayor uso de los estilos de afrontamiento productivo en los educandos.

4.3.2. Hipótesis específicas

a) Primera hipótesis específica.

Tabla 20

Correlación entre la dimensión intrapersonal y las estrategias de afrontamiento

N=147	Intrapersonal	
	r de Pearson	Significancia estadística
A1	.091	.274
A2	.311	.000
A3	-.06	.468

Nota: A1: Afrontamiento en relación con los demás, A2: Afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema, A3: Afrontamiento improductivo, N: muestra.

La dimensión intrapersonal presenta una correspondencia directa de magnitud baja (r=.311) con los estilos de afrontamiento productivo, como se puede apreciar en la tabla 20, deduciendo que, a elevada presencia del componente intrapersonal en los educandos, elevado uso de los estilos de afrontamiento productivo. Además, cuenta con el valor de significancia estadística menor a .05, en consecuencia, se admite la primera hipótesis específica.

b) Segunda hipótesis específica.

Tabla 21

Correlación entre la dimensión interpersonal y las estrategias de afrontamiento

N=147	Interpersonal	
	r de Pearson	Significancia estadística
A1	.055	.508
A2	.349	.000
A3	.031	.714

Nota: A1: Afrontamiento en relación con los demás, A2: Afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema, A3: Afrontamiento improductivo, N: muestra.

La dimensión interpersonal presenta una correspondencia directa de magnitud baja (r=.349) con los estilos de afrontamiento productivo, como se puede apreciar en la tabla 21, deduciendo que, a elevada presencia del componente interpersonal en los educandos, elevado uso de los estilos de afrontamiento productivo. Además, cuenta con el valor de significancia estadística menor a .05, en consecuencia, se admite la segunda hipótesis específica.

c) Tercera hipótesis específica.

Tabla 22

Correlación entre la dimensión adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento

N=147	Adaptabilidad	
	r de Pearson	Significancia estadística
A1	.152	.065
A2	.427	.000
A3	.036	.668

Nota: A1: Afrontamiento en relación con los demás, A2: Afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema, A3: Afrontamiento improductivo, N: muestra

La adaptabilidad presenta una correspondencia directa de intensidad moderada (r=.427) con los estilos de afrontamiento productivo, como se puede apreciar en la tabla 22, deduciendo que, a elevada presencia del componente adaptabilidad en los educandos, elevado uso de estilos de afrontamiento productivo. Además, cuenta con un valor de significancia estadística menor a .05, en consecuencia, se admite la tercera hipótesis específica.

d) Cuarta hipótesis específica.

Tabla 23

Correlación entre la dimensión manejo del estrés y las estrategias de afrontamiento

N=147	Manejo del estrés	
	r de Pearson	Significancia estadística
A1	-.033	.068
A2	.132	.111
A3	-.189	.022

Nota: A1: Afrontamiento en relación con los demás, A2: Afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema, A3: Afrontamiento improductivo, N: muestra.

El manejo de estrés presenta una correlación indirecta de intensidad muy baja (r=-.189) con los estilos de afrontamiento improductivo, como se puede apreciar en la tabla 23, deduciendo que, a elevada presencia de manejo de estrés en los educandos, menor uso de los estilos de afrontamiento improductivo. Además, cuenta con un valor de significancia estadística menor a .05, en consecuencia, se admite la cuarta hipótesis específica.

e) Quinta hipótesis específica.

Tabla 24

Correlación entre la dimensión estado de ánimo general y las estrategias de afrontamiento

N=147	Estado de ánimo general	
	r de Pearson	Significancia estadística
A1	.118	.153
A2	.311	.000
A3	-.032	.705

Nota: A1: Afrontamiento en relación con los demás, A2: Afrontamiento productivo o dirigido a la resolución del problema, A3: Afrontamiento improductivo, N: muestra.

El estado de ánimo general presenta una correlación directa de magnitud baja (r=.311) con los estilos de afrontamiento productivo, como se puede apreciar en la tabla 24, deduciendo que, a elevada presencia de estado de ánimo general en los educandos, elevado uso de los estilos de afrontamiento productivo. Además, cuenta con el valor de significancia estadística menor a .05, en consecuencia, se admite la quinta hipótesis específica.

CAPÍTULO V

DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

Fue parte del estudio determinar si existe relación entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas del Perú.

Para este objetivo general, se halló que la IE, presentó correlación directa, de baja intensidad (r=.353) con un valor de significancia menor a (.05) con los estilos de afrontamiento productivo. Quedando aceptada la hipótesis general, donde ambas variables de estudio, mantienen correspondencia, refiriendo que, cuando los estudiantes del instituto presenten mayores capacidades emocionales, personales e interpersonales harán mayor utilización de los estilos de afrontamiento productivo al enfrentarse a presiones y exigencias de su entorno,

A nivel internacional, en España, Pardeiro y Castro (2017), en sus estudios reportados en una muestra de universitarios, se halló una correspondencia directa de la IE (r=.40; p<.01) con los estilos de afrontamiento productivo, los cuales coinciden con los hallazgos. También Rangel (2022) en México, encontró en una muestra de 384 alumnos de preparatoria, que la IE se correlaciona directamente (r=.36; p<.05) con los estilos de afrontamiento centradas en el problema. A nivel nacional, Gutiérrez (2018) en Lima, encontró una correlación directa entre la inteligencia emocional general con los estilos de afrontamiento enfocado en el problema y enfocado en la emoción en una muestra de 333 estudiantes de una escuela policial.

Al respecto, Austin et al. (2010) confirmaron que la IE evidenció correspondencia con el estilo de afrontamiento enfocado en la resolución de los problemas, donde estuvieron acorde con diversas indagaciones, las cuales resaltaron también la acertada gestión emocional y el rol de autorregulación, desarrollando estrategias más adaptativas. Por lo tanto, las personas que tiene como característica

la búsqueda de alternativas y planificación de estrategias o acciones que busquen mitigar el problema para reducir el grado de estrés percibido, suelen utilizar frecuentemente el estilo de afrontamiento centrado en la solución del problema, al tener una adecuada IE. Lunahuaná (2018) menciona que es factible transformar o disminuir el estrés, solo sí las personas han explorado la valoración propia de sus emociones, regulación emocional y utilización de las emociones para posibilitar su ejecución, lo cual es producto de las dinámicas que ayuden a resolver el problema.

En relación al primer objetivo específico, la dimensión intrapersonal presentó una correspondencia directa, de bajo nivel (r=.311) con un valor de significancia menor (.05) con los estilos de afrontamiento productivo, es decir, aquellos estudiantes que manifiestan la habilidad de entender y expresar sus estados emocionales y sentimientos, suelen utilizar estrategia de afrontamiento productivo. De este modo, se aceptó la primera hipótesis específica. Resultado similar fue reportado por Gutiérrez (2018) quien encontró una correspondencia directa (r=.345) con un valor de significancia menor (.05), en la dimensión intrapersonal y los estilos de afrontamiento dirigido a la solución del problema. De acuerdo con García (2006) la dimensión intrapersonal es una agrupación de procesos cognitivos y afectivos donde se tiene conciencia del estado emocional en que se encuentra y también se toman mejores decisiones para actuar ante una situación o evento estresante, su desarrollo favorecen el vínculo de su vida interior con la experiencia externa vivida de la persona, es decir, niveles adecuados en la dimensión intrapersonal favorece las capacidades como planificación y ejecución de acciones eficaces para resolver un problema del entorno.

De acuerdo al segundo propósito específico, se halló que el componente interpersonal presentó una correlación directa, de intensidad baja (r=.349) y

estadísticamente significativo (p<.05) con los estilos de afrontamiento productivo, es decir, sí aquellos estudiantes interpretan y responden a las emociones de los demás, es porque hace uso de los estilos de afrontamiento productivo. Del mismo modo, se aceptó la segunda hipótesis específica. Al respecto, Gutiérrez (2018) también reportó una relación directa, (r=.388) con un valor de significancia menor a (.05) entre la dimensión interpersonal y los estilos de afrontamiento productivo. Desde la posición de Heredero y Ceballos (2017) las habilidades interpersonales son cruciales a la hora de afrontar una situación problemática, ya que por lo general, tendremos más éxito en encontrar una solución, si contamos con la ayuda de otras personas, es aquí donde juega un rol importante la dimensión interpersonal, la cual es la facultad que se tiene para entender el propósito, las motivaciones y anhelos de otras personas, favoreciendo el trabajo en equipo y una relación efectiva con los demás a la hora de afrontar diversas situaciones difíciles.

De acuerdo al tercer propósito específico, se evidenció que la adaptabilidad presentó una correspondencia directa, de tipo moderada (r=.427) con un valor de significancia menor a (.05), con el afrontamiento productivo, lo cual indica que los estudiantes con mayor presencia de flexibilidad, objetividad y adaptación a las distintas situaciones estresantes, harán mayor uso de las estrategias de afrontamiento productivo. De este modo, queda aceptada la tercera hipótesis específica. Resultado similar fue hallado por Gutiérrez (2018) quien reportó una relación directa (r=.366), entre la dimensión adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento productivo. Al respecto, BarOn (2006) menciona que las personas que tienen niveles adecuados en la dimensión adaptabilidad suelen evaluar de forma correcta la realidad, son flexibles y se ajustan de forma eficiente a aquellas nuevas situaciones o demandas que generan estrés, afrontando dichas situaciones; es decir,

buscando alternativas de solución para encontrar una respuesta a eventos difíciles que pueda presentarse en la vida diaria.

Según el cuarto propósito específico, la dimensión manejo del estrés evidenció una correspondencia indirecta, de muy baja intensidad (r=-.189) con un valor de significancia menor a (.05) en los estilos de afrontamiento improductivo, es decir, a elevado manejo del estrés en los educandos, menor uso de los estilos de afrontamiento improductivo. Así mismo, se aceptó la cuarta hipótesis específica. Resultado similar fue obtenido por Gutiérrez (2018) quien halló una relación indirecta y estadísticamente significativa (r=-.283; p<.001) con la dimensión manejo del estrés y los estilos de afrontamiento no productivo. Asimismo, Ison y Aguirre (2002) indican que cuando las personas no tienen un buen manejo del estrés y perciben que los sucesos externos están por encima de sus propios recursos o capacidades personales para resolverlas, suelen tomar la decisión de elegir estrategias de afrontamiento de tipo evitativo o no productivo, en vez de realizar esfuerzos cognitivos y conductuales para resolver o afrontar directamente la situación estresante.

Para finalizar, referente al último propósito específico, se presenció en el componente estado de ánimo general una correspondencia baja de tipo directa (r=.311) y estadísticamente significativa (p<.05) con los estilos de afrontamiento productivo, significando que, a mayor expresión optimista y sensación de felicidad o bienestar, mayor empleo de los estilos de afrontamiento productivo, corroborándose la quinta hipótesis específica. Asimismo, la resolución de la investigación es parecida con la de Gutiérrez (2018) quien reportó una correspondencia directa (r=.430) con un valor de significancia menor a (.05) entre ambas variables de estudio. Lazarus y Folkman (1984) mencionan que para afrontar las demandas externas requiere del impulso dinámico y cambiante que la persona realiza y que ésta depende de los

recursos o capacidades personales que ha adquirido a lo largo de su vida, si estas son óptimas, la persona optará por elegir un tipo de afrontamiento más activo, vale decir, enfocadas en resolver el problema. Pero también hay factores personales de tipo emocional que podrían jugar un rol importante, ya que si una persona se encuentra con un estado de ánimo positivo podrá tener mayor claridad para poder pensar en muchas formas para afrontar las demandas externas, y al tener éxito, ello será un reforzador positivo que se manifestara en su propio estado emocional y en su condición de vida (Peña, 2017).

El IESTPFFAA, tiene un incremento de demanda en su población estudiantil, puesto que cada carrera técnica exige competencias y habilidades específicas; la cual conlleva a que los propios estudiantes logren moldear sus actitudes y características de personalidad de acuerdo a la carrera elegida y así lograr una formación integral, que les ayude a poder enfrentarse a un mundo muy exigente, donde se vuelve conveniente el manejo de la IE. Considerando las evidencias obtenidas, queda comprendido que esta variable de estudio, podría ser un factor positivo para que los estudiantes desarrollen sus capacidades y tengan herramientas que les facilite enfrentar las adversidades que se les presenten, con el objetivo de gestionar sus estados emocionales para hacer frente a las exigencias centrándose en la búsqueda de alternativas de solución.

5.2. Conclusiones

- Se infiere que, en conexión al propósito general, la inteligencia emocional, mantuvo una correspondencia equitativa con los estilos de afrontamiento productivo; es así que, en cuanto más elevada sea la presencia de la inteligencia emocional mejor será el uso del estilo de afrontamiento productivo en los educandos del instituto.

- Se infiere que, en función al propósito específico uno, la dimensión intrapersonal y el estilo de afrontamiento productivo presentaron una conexión directa y estadísticamente significativa de intensidad baja. Destacando que, el elevado uso de los estilos de afrontamiento productivo, se debe a la elevada prevalencia de la dimensión intrapersonal, en los educandos del instituto,
- Se infiere que, en función al propósito específico dos, la dimensión interpersonal y los estilos de afrontamiento productivo presentaron una correspondencia directa y estadísticamente significativa de intensidad baja. Denotando que, a mayor prevalencia del componente interpersonal, mejor uso de los estilos de afrontamiento productivo en los educandos del instituto,
- Se infiere que, para el propósito específico tres, la dimensión adaptabilidad y los estilos de afrontamiento productivo presentan una correlación directa y estadísticamente significativa de intensidad moderada. Por consiguiente, a mayor prevalencia de la dimensión adaptabilidad, mejor uso de los estilos de afrontamiento productivo en los educandos del instituto,
- Se infiere que, en cuanto al propósito específico cuatro, la dimensión manejo del estrés y los estilos de afrontamiento improductivo presentan una correspondencia inversa y estadísticamente significativa de intensidad muy baja. En consecuencia, a mayor prevalencia del componente manejo del estrés, menor uso de las estrategias de afrontamiento improductivo en los educandos del instituto,
- Se infiere que, en conexión al propósito específico cinco, la dimensión estado de ánimo general y los estilos de afrontamiento productivo presentan una correlación directa y estadísticamente significativa de intensidad baja. En consecuencia, a mayor prevalencia del componente estado ánimo general,

mayor uso de estrategias de afrontamiento productivo en los educandos del instituto,

5.3 Recomendaciones

- Maximizar la participación multidisciplinaria de las autoridades en actividades psicológicas, enfocadas en el desarrollo de programas de entrenamiento en habilidades blandas, para reforzar la inteligencia emocional en los educandos del IESTPFFAA, considerando que esta variable pueda influenciar o ser un factor positivo relacionado al uso de las estrategias de afrontamiento productivas.
- Se sugiere evaluar una cantidad mayor de participantes tanto de ciclos avanzados o también incluir en futuras investigaciones a otros institutos de Lima, para así tener una mayor representación de muestra, y poder generalizar los resultados.
- Se recomienda revisar los atributos psicométricos de los instrumentos empleados, ya que, en la actualidad, a nivel de Lima Metropolitana, no se encontraron investigaciones al respecto.
- Finalmente se sugiere realizar investigaciones con enfoque cualitativo a través de entrevistas y focus group para recolectar información complementaria que permita tener una mejor comprensión de la asociación entre las variables de análisis.

REFERENCIAS

Amarís, M., Madariaga, C., Valle, M., & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el caribe*, *30*, 124-145. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007

Arias, J., Holgado, J., Tafur, T., & Vásquez, M. (2022). *Metodología de la investigación: El método Arias para realizar un proyecto de tesis.* Inudi. https://www.researchgate.net/publication/361375510_Metodologia_de_la_Investigacion_El_metodo_ARIAS_para_hacer_el_proyecto_de_tesis

Arias, L. y Peñaloza, M. (2013). *Muestreo enfoque ilustrado para investigar*. Talleres Gráficos de la Universidad de los Andes.

Austin, E., Saklofske, D. y Mastoras, S. (2010). Emotional intelligence, coping and examrelated stress in Canadian undergraduate students. *Australian Journal of Psychology*, *62*(1), 42-50.

BarOn, R. (1997). *The Emotional Quotient inventory (EQ-I) Techical Manual.* Multi-Health Systems.

BarOn, R. (2006). The BarOn model of emotional - social intelligence (ESI)1. *Psicothema, 18*(2), 13-25.

Barrio, J., García, M., Ruiz, I., y Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *INFAD - Revista de Psicología, 1*(1), 37-48. https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf

Bautista, L., y Liza, C. (2017). Modelo de inteligencia social para la formación integral de los estudiantes de economía de la Universidad Nacional de Trujillo. *Ciencia y Tecnología, 12*(4), 113-127. https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/1519

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional: Propuestas para educadores y familias.* Desclée De Brouwer.

Cabezas, E., Andrade, D. & Torres, J. (2018). *Introducción a la Metodología de la Investigación Científica*. Comisión Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. http://repositorio.espe.edu.ec/handle/21000/15424

Cáceres, G. (2019). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional PNP Tarapoto, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad Privada Cesar Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29562

Caldera, J., Pulido, B. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo* (7), 77-82. https://docplayer.es/20918998-Niveles-de-estres-y-rendimiento-academicoen%20estudiantes-de-la-carrera-de-psicologia-del-centro-universitario-de-los%20altos.html

Camargo, B. (2004). Estrés, Síndrome General de Adaptación o reacción general de alarma. *Revista Médico Científica, 17*(2), 76-86. https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/103/637

Canessa, B. (2002). Adaptación Psicométrica de las escala de Afrontamiento para Adolescente de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima Metropolitana. *Revista de la facultad de psicologia*: *Persona,* (5), 191-233. https://doi.org/10.26439/persona2002.n005.876

Canino, C. (2019). *Estilos de afrontamiento de hechos vitales negativos y su repercusión en la felicidad subjetiva* [Tesis de maestría, Universidad de la Laguna]. Repositorio de la Universidad de la Laguna.

https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/17181/ESTILOS%20DE%20AFRONTAMIENTO%20DE%20HECHOS%20VITALES%20NEGATIVOS%20Y%20SU%20REPERCUSION%20EN%20LA%20FELICIDAD%20SUBJETIVA.pdf?sequence=1

Collado, L. (2020). *Inteligencia emocional y esquemas maladaptativos en estudiantes de secundaria según los niveles de agresividad* [Tesis de maestria, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de la Universidad Mayor de San Marcos. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/15509/Collado_ol.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Corbera, E. (2017). *Bioneuroemocion: Un método para el bienestar emocional*. El Grano de Mostaza Ediciones, S.L. https://elgranodemostaza.com/wpcontent/uploads/2017/11/Bioneuroemoci%c3%b3n-un-m%c3%a9todo-para-el-bienestar-emocional-ebook.pdf

Criollo, E. (2022). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los efectivos policiales de la ciudad de Piura* [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad Privada Cesar Vallejo. https://hdl.handle.net/20.500.12692/85265

Darwin, C. (1873). *Expresión de las emociones en el hombre y en los animales.* INTERMUNI. http://23118.https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/118043/file_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Delgado, L. (2022). *La Inteligencia emocional como moduladora del afrontamiento al estrés en población general* [Tesis de pregrado, Universidad de la Laguna]. Repositorio de la Universidad de la Laguna.

https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/29257/La%20inteligencia%20emocional%20como%20moduladora%20del%20afrontamiento%20del%20estres%20en%20poblacion%20general.pdf?sequence=1

Dueñas, M. (2002). Importancia de la Inteligencia Emocional: Un nuevo reto para la orientación educativa. *Educacion XXI*, (5), 77-96. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70600505

Eguiguren, L. (2022, 19 de marzo). La inteligencia. *El Peruano*. https://elperuano.pe/noticia/141632-la-inteligencia

Fernández, P. & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19*(3), 63-93. https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf

Frydenberg, E. & Lewis, R. (2000). *Manual de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)* (3° ed.). TEA Ediciones S.A.

Gamio, R. (2020). *Inteligencia emocional y satisfacción* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/652962/Gamio_SR.pdf?sequence=3

García, A. (2006). La inteligencia intrapersonal en el aula de inglés de primaria: Una medicina efectiva contra el fracaso. *Revista Pulso*, *29*, 59-75. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2200892

Garcia, M. & Giménez, S. (2010). Inteligencia Emocional y sus Principales Modelos: Propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado, 3*(6), 43-52. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3736408

Gardner, H. (1983). *Inteligencias Múltiples*. Paidós.

Goleman, D. (1998). *La Práctica de la Inteligencia Emocional.* Editorial Kairós. S.A.

Grande, J. (2019). *Relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017* [Tesis de maestria, Universidad Privada César Vallejo]. Repositorio de la Universidad Privada César Vallejo. https://hdl.handle.net/20.500.12990/9653

Guadarrama, R., Márquez, O., Mendoza, S., Veytia, M., Serrano, J., & Ruiz, A. (2012). Acontecimientos estresantes, una cuestión de salud en universitarios. *Revista Electrónica de Psicologia Iztacala, 15*(4). https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol15num4/Vol15No4Art19.pdf

Gutiérrez, E. (2018). *Inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú de Lima Metropolitana* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. https://hdl.handle.net/20.500.12672/9626

Heredero, E.y Ceballos, M.(2017). Desarrollo de la inteligencia interpersonal e intrapersonal en educación en educaciópn primaria a partir del uso de tecnologias de información y comunicación. *Notandum, 44*, 175-188. https://doi.org/10.4025/notandum.44.15

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014a). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw--Hill/Interamericana Editores. https://www.esup.edu.pe/wpcontent/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20F

ernandez%20y%20BaptistaMetodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf

Hernández, R. & Mendoza, C. (2018b). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.* McGraw-Hill/Interamericana editores.

Ison, M. y Aguirre, C. (2002). El afrontamiento: Estrategias para el manejo del estrés. *Revista IDEA, 37*,147-154.

Kenny, D., Kaniskan, B. y McCoach, D. (2015). El desempeño de RMSEA en modelos con pequeños grados de libertad. *Métodos sociológicos e investigación*, *44*(3), 486-507. https://doi.org/10.1177/0049124114543236

Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos. Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas.* Nueva York: Martínez Roca.

Lazarus R. (2000). *Estrés y Emoción: manejo e implicaciones en nuestra salud*. Desclée Brouwer.

López, O. (2008). *La Inteligencia emocional y las estrategias de aprendizaje como predictores del rendimiento académico en estudiantes universitarios* [Tesis doctoral, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. https://hdl.handle.net/20.500.12672/615

Lunahuana, M. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada* [Tesis de pregrado, Universidad San Martin de Porres]. Repositorio de la Universidad San Martin de Porres. https://hdl.handle.net/20.500.12727/4254

Maguiña, F. (2017). *Clima familiar y afrontamiento en adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Pontificia

Universidad Católica del Perú]. Repositorio de la Pontificia Universidad Católica del Perú. http://hdl.handle.net/20.500.12404/8462

Martínez, A., Piqueras, J. e Inglés, C. (2011). Relaciones entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés. *Revista electrónica de motivación y emoción*, *37*, 20-21.

Mallitasing, H. (2018). *Paul Ekman y las Micro expresiones faciales de las emociones* [III Congreso: Ciencia, sociedad e investigación universitaria]. Repositorio de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ambato. https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2691

Mayer, J. & Salovey, P. (1997). *Emotional development and Emotional Intelligence: Implications for educators.* New York: Basic Books.

Mejía, J., Rodríguez, G., Guerra, N., Bustamante, A., Chaparro, M. & Castellano, M. (2017). *Pasó a Paso: Estrategias de Formación de Competencias Socioemocionales* (3ª ed.). Departamento Nacional de Planeación, Ministerio de Educación Nacional y Banco Mundial. https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-385321_recurso.pdf

Morales, F. (2017). Relaciones del afrontamiento y estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. *Europen journal of education and psychology, 10*(2). 2017, págs. 41-48. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6152882

Neill, D. & Córtez, L. (2018). *Procesos y Fundamentos de la investigación científica*. Editorial UTMACH. http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14229/1/Cap.Investigac%C3%B3n%20cient%C3%ADfica.pdf

Newbold, P., Carlson, W. & Thorne, B. (2008). *Estadística para la administración y economía* (6ª ed.). Pearson Prentice Hall.

Pardeiro, L., & Castro, J. (2017). Inteligencia emocional, optimismo y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista de estudios de investigación en Psicología y Educación,* (1), 206-210. https://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2017.0.01.2578/pdf

Parrera, G. (2020). *Síndrome de burnout y estrategias de afrontamiento en efectivos del Águila negra de la Policia Nacional del Perú* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. https://hdl.handle.net/20.500.13067/937

Peña, D. (2017). *Estrategias de afrontamiento y calidad de vida en niños, niñas y adolescentes diagnosticados con cáncer* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Pereira]. Repositorio de la Universidad Católica de Pereira. https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/4874/1/DDEPCEPNA77.pdf

Perez, S. & Perlacios, C. (2018). *Correlación entre inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del primer año de la Escuela Profesional de Psicologia de la Universidad Nacional de San Agustin de Arequipa*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa] Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustin de Arequipa. http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/4789

Rangel, C. (2022). Inteligencia emocional y su relación con las estrategias de afrontamiento al estrés en alumnos de Pachuca de Soto, Hidalgo. *Divulgare-Boletín Científico de la Escuela Superior de Actopan, 9*(17), 36-40. https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/divulgare/article/view/7751/8379

Ríos, R. (2017). *Metodología para Investigación y Redacción*. Servicios Académicos Intercontinentales S.L. https://www.eumed.net/libros-gratis/2017/1662/index.html

Rico, D.(2013). *Relación entre inteligencia emocional y estrés en estudiantes de secundaria de la IEP Santa Isabel del distrito de Pueblo Libre* [Tesis doctoral, Universidad Inca Garcilaso de la Vega] Repositorio de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/6018/Tesis_Rico%20Chaname.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Salas, C. (2018). *Afrontamiento del estrés, bienestar psicológico e inteligencia emocional en alumnos preuniversitarios del CEPURP - 2016* [Tesis de doctorado, Universidad Privada César Vallejo]. Repositorio de la Universidad Privada César Vallejo. https://hdl.handle.net/20.500.12692/21238

Tamayo, M. (2003). *El Proceso de la Investigación Científica* (4ª ed.). Editorial Limusa-S.A. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso__de_la_investigaci_n_cient_fica_Mario_Tamayo.pdf

Trujillo, M. & Rivas Tovar, A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de la inteligencia emocional. *INNOVAR, revista de ciencias administrativas y sociales*, 9-24. http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v15n25/v15n25a01.pdf

Toro, J. (2022). *Inteligencia emocional y estrategias de aprendizaje y estrés académico* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María].Repositorio de la Universidad Católica de Santa María. http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12920/11530

Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona,* (4), 129-160. http://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/view/817

Ugarriza, N. & Pajares, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (ICE): NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Persona,* (8), 11-58. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147112816001

Uriarte, J. (2005). En la transicion a la edad adulta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology, 3*(1), 145-160. https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832310013.pdf

Valdivieso, I., Ormaza, M. & García, A. (2018). *Inteligencia emocional y su relación con las estrategias de afrontamiento al estrés en alumnos de la Universidad Técnica de Manabí*. Revista Caribeña de Ciencias Sociales. https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/02/inteligencia-emocional-estres.html

Ventura, E. (2019). *Efectos de un programa de inteligencia emocional en las estrategias de afrontamiento de la tropa del ejército de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada César Vallejo]. Repositorio de la Universidad Privada César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38274/ventura_ee.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia.

Título: Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas?	**Objetivo general:** Determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas. **Objetivos específicos:** • Determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes. • Determinar el nivel de las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. • Establecer la relación de inteligencia intrapersonal y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. • Establecer la relación entre inteligencia interpersonal y las estrategias de	**Hipótesis general:** H_G: La inteligencia emocional se relaciona significativamente con las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas. H_0: La inteligencia emocional no se relaciona significativamente con las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas. **Hipótesis específicas:** H_{e1}: Existe relación significativa entre inteligencia intrapersonal y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. $H_{0:}$ No existe relación significativa entre inteligencia intrapersonal	**Variable 1:** **Inteligencia emocional:** Dimensiones: - Inteligencia intrapersonal. - Inteligencia interpersonal. - Adaptabilidad. - Manejo del estrés. - Estado de ánimo. **Variable 2:** **Estrategias de afrontamiento:** Dimensiones: - Afrontamiento Productivo o dirigido a la resolución del problema. - Afrontamiento en relación con los demás - Afrontamiento improductivo.	**Tipo de investigación:** Descriptivo-correlacional. **Diseño de investigación:** No experimental y transversal. **Población y muestra:** La población fue de 231 estudiantes del I ciclo de un Instituto de Educación Superior de las Fuerzas Armadas. La muestra quedó fijada en 147 estudiantes, mediante la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia. **Técnica:** Encuesta. **Instrumentos de medición:**

	afrontamiento al estrés en estudiantes. • Establecer la relación entre adaptabilidad y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. • Establecer la relación entre manejo de estrés y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. • Establecer la relación entre estado de ánimo y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.	y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. H_{e2}: Existe relación significativa entre inteligencia interpersonal y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. H_0: No existe relación significativa entre inteligencia interpersonal y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. H_{e3}: Existe relación significativa entre la adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. H_0: No existe relación significativa entre la adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. H_{e4}: Existe relación significativa entre manejo de estrés y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. H_0: No existe relación significativa entre manejo de estrés y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. H_{e5}: Existe relación significativa entre estado de ánimo y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes. H_0: No existe relación significativa entre estado de ánimo y		El Inventario del Cociente Emocional de BarOn (ICE). (EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory). Autor: Reuven BarOn 133 ítems. Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) (Adolescent Coping Scale) Autores: Erica Frydenberg y Ramón Lewis. 80 ítems.

	estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes.	

Anexo 2. Protocolo de Instrumentos.

Inventario de Cociente Emocional de BarOn (ICE)

(EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory – Reuven BarOn)

Instrucciones:

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

1. **Rara vez (RV)**
2. **Pocas veces (PV)**
3. **Algunas veces (AV)**
4. **Muchas veces (MV)**
5. **Muy frecuentemente (MF)**

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es "Rara vez", haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

		RV	PV	AV	MV	MF
1.	Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.	1	2	3	4	5
2.	Es duro para mí, disfrutar de la vida.	1	2	3	4	5
3.	Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5
4.	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.	1	2	3	4	5
5.	Me agradan las personas que conozco.	1	2	3	4	5
6.	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.	1	2	3	4	5
7.	Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).	1	2	3	4	5
9.	Reconozco con facilidad mis emociones.	1	2	3	4	5
10.	Soy incapaz de demostrar afecto.	1	2	3	4	5
11.	Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones.	1	2	3	4	5
12.	Tengo la sensación de que algo no está bien en mi cabeza.	1	2	3	4	5
13.	Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.	1	2	3	4	5
14.	Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.	1	2	3	4	5
15.	Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.	1	2	3	4	5
16.	Me gusta ayudar a la gente.	1	2	3	4	5
17.	Me es difícil sonreír.	1	2	3	4	5
18.	Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.	1	2	3	4	5

19.	Cuando trabajo con otros tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.	1	2	3	4	5
20.	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.	1	2	3	4	5
21.	Realmente no sé para que soy bueno(a).	1	2	3	4	5
22.	No soy capaz de expresar mis ideas.	1	2	3	4	5
23.	Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.	1	2	3	4	5
24.	No tengo confianza en mí mismo(a).	1	2	3	4	5
25.	Creo que he perdido la cabeza.	1	2	3	4	5
26.	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.	1	2	3	4	5
27.	Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.	1	2	3	4	5
28.	En general, me resulta difícil adaptarme.	1	2	3	4	5
29.	Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.	1	2	3	4	5
30.	No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.	1	2	3	4	5
31.	Soy una persona bastante alegre y optimista.	1	2	3	4	5
32.	Prefiero que otros tomen decisiones por mí.	1	2	3	4	5
33.	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.	1	2	3	4	5
34.	Pienso bien de las personas.	1	2	3	4	5
35.	Me es difícil entender cómo me siento.	1	2	3	4	5
36.	He logrado muy poco en los últimos años.	1	2	3	4	5
37.	Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.	1	2	3	4	5
38.	He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.	1	2	3	4	5
39.	Me resulta fácil hacer amigos(as).	1	2	3	4	5
40.	Me tengo mucho respeto.	1	2	3	4	5
41.	Hago cosas muy raras.	1	2	3	4	5
42.	Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.	1	2	3	4	5
43.	Me resulta difícil cambiar de opinión.	1	2	3	4	5
44.	Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.	1	2	3	4	5
45.	Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.	1	2	3	4	5
46.	A la gente le resulta difícil confiar en mí.	1	2	3	4	5
47.	Estoy contento(a) con mi vida.	1	2	3	4	5
48.	Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).	1	2	3	4	5
49.	No puedo soportar el estrés.	1	2	3	4	5

50.	En mi vida no hago nada malo.	1	2	3	4	5
51.	No disfruto lo que hago.	1	2	3	4	5
52.	Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4	5
53.	La gente no comprende mi manera de pensar.	1	2	3	4	5
54.	Generalmente espero lo mejor.	1	2	3	4	5
55.	Mis amigos me confían sus intimidades.	1	2	3	4	5
56.	No me siento bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5
57.	Percibo cosas extrañas que los demás no ven.	1	2	3	4	5
58.	La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.	1	2	3	4	5
59.	Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.	1	2	3	4	5
60.	Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.	1	2	3	4	5
61	Me detendría ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.	1	2	3	4	5
62	Soy una persona divertida.	1	2	3	4	5
63	Soy consciente de cómo me siento.	1	2	3	4	5
64	Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.	1	2	3	4	5
65	Nada me perturba.	1	2	3	4	5
66	No me entusiasman mucho mis intereses.	1	2	3	4	5
67	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.	1	2	3	4	5
68	Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mí alrededor.	1	2	3	4	5
69	Me es difícil llevarme con los demás.	1	2	3	4	5
70	Me resulta difícil aceptarme tal como soy.	1	2	3	4	5
71	Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.	1	2	3	4	5
72	Me importa lo que puede sucederle a los demás.	1	2	3	4	5
73	Soy impaciente.	1	2	3	4	5
74	Puedo cambiar mis viejas costumbres.	1	2	3	4	5
75	Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.	1	2	3	4	5
76	Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.	1	2	3	4	5
77	Me deprimo.	1	2	3	4	5
78	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.	1	2	3	4	5
79	Nunca he mentido.	1	2	3	4	5
80	En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.	1	2	3	4	5

81	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.	1	2	3	4	5
82	Me resulta difícil decir “no” aunque tenga el deseo de hacerlo.	1	2	3	4	5
83	Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.	1	2	3	4	5
84	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.	1	2	3	4	5
85	Me siento feliz con el tipo de persona que soy.	1	2	3	4	5
86	Tengo reacciones fuertes, intensas, que son difíciles de controlar.	1	2	3	4	5
87	En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.	1	2	3	4	5
88	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).	1	2	3	4	5
89	Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.	1	2	3	4	5
90	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4	5
91	No estoy muy contento(a) con mi vida.	1	2	3	4	5
92	Prefiero seguir a otros a ser líder.	1	2	3	4	5
93	Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.	1	2	3	4	5
94	Nunca he violado la ley.	1	2	3	4	5
95	Disfruto de las cosas que me interesan.	1	2	3	4	5
96	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.	1	2	3	4	5
97	Tiendo a exagerar.	1	2	3	4	5
98	Soy sensible ante los sentimientos de las otras personas.	1	2	3	4	5
99	Mantengo buenas relaciones con los demás.	1	2	3	4	5
100	Estoy contento(a) con mi cuerpo.	1	2	3	4	5
101	Soy una persona muy extraña.	1	2	3	4	5
102	Soy impulsivo(a).	1	2	3	4	5
103	Me resulta difícil cambiar mis costumbres.	1	2	3	4	5
104	Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.	1	2	3	4	5
105	Disfruto las vacaciones y los fines de semana.	1	2	3	4	5
106	En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.	1	2	3	4	5
107	Tengo tendencia a depender de otros.	1	2	3	4	5
108	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.	1	2	3	4	5
109	No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.	1	2	3	4	5
110	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.	1	2	3	4	5

111	Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.	1	2	3	4	5
112	Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.	1	2	3	4	5
113	Los demás opinan que soy una persona sociable.	1	2	3	4	5
114	Estoy contento(a) con la forma en que me veo.	1	2	3	4	5
115	Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.	1	2	3	4	5
116	Me es difícil describir lo que siento.	1	2	3	4	5
117	Tengo mal carácter.	1	2	3	4	5
118	Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema.	1	2	3	4	5
119	Me es difícil ver sufrir a la gente.	1	2	3	4	5
120	Me gusta divertirme.	1	2	3	4	5
121	Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.	1	2	3	4	5
122	Me pongo ansioso(a).	1	2	3	4	5
123	No tengo días malos.	1	2	3	4	5
124	Intento no herir los sentimientos de los demás.	1	2	3	4	5
125	No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.	1	2	3	4	5
126	Me es difícil hacer valer mis derechos.	1	2	3	4	5
127	Me es difícil ser realista.	1	2	3	4	5
128	No mantengo relación con mis amistades.	1	2	3	4	5
129	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo Mismo (a).	1	2	3	4	5
130	Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.	1	2	3	4	5
131	Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.	1	2	3	4	5
132	En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación de que voy a fracasar.	1	2	3	4	5
133	He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.	1	2	3	4	5

Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
(Adolescent Coping Scale- Erica Frydenberg y Ramón Lewis)

Instrucciones:

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" sobre la letra **A, B, C, D, E**, según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

Nunca lo hago	**A**
Lo hago raras veces	**B**
Lo hago algunas veces	**C**
Lo hago a menudo	**D**
Lo hago con mucha frecuencia	**E**

Por ejemplo, si *algunas veces* te enfrentas a tus problemas mediante la acción de "Hablo con otros-para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema", deberías marcar la C como se indica a continuación:

1	Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema	A	B	C	D	E
2	Me dedico a resolver lo que está provocando el problema	A	B	C	D	E
3	Sigo con mis tareas como es debido	A	B	C	D	E
4	Me preocupo por mi futuro	A	B	C	D	E
5	Me reúno con mis amigos más cercanos	A	B	C	D	E
6	Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan	A	B	C	D	E
7	Espero que me ocurra lo mejor	A	B	C	D	E
8	Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada	A	B	C	D	E

9	Me pongo a llorar y/o gritar	A	B	C	D	E
10	Organiza una acción en relación con mi problema	A	B	C	D	E
11	Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema	A	B	C	D	E
12	Ignoro el problema	A	B	C	D	E
13	Ante los problemas, tiendo a criticarme	A	B	C	D	E
14	Guardo mis sentimientos para mí solo(a)	A	B	C	D	E
15	Dejo que Dios me ayude con mis problemas	A	B	C	D	E
16	Pienso en aquéllos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves	A	B	C	D	E
17	Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo	A	B	C	D	E
18	Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	A	B	C	D	E
19	Practico un deporte	A	B	C	D	E
20	Hablo con otros para apoyarnos mutuamente	A	B	C	D	E
21	Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades	A	B	C	D	E
22	Sigo asistiendo a clases	A	B	C	D	E
23	Me preocupo por buscar mi felicidad	A	B	C	D	E
24	Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)	A	B	C	D	E
25	Me preocupo por mis relaciones con los demás	A	B	C	D	E
26	Espero que un milagro resuelva mis problemas	A	B	C	D	E
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)	A	B	C	D	E
28	Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas	A	B	C	D	E
29	Organizo un grupo que se ocupe del problema	A	B	C	D	E
30	Decido ignorar conscientemente el problema	A	B	C	D	E
31	Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas	A	B	C	D	E
32	Evito estar con la gente	A	B	C	D	E
33	Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas	A	B	C	D	E
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas	A	B	C	D	E

35	Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas	A	B	C	D	E
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades	A	B	C	D	E
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud	A	B	C	D	E
38	Busco ánimo en otras personas	A	B	C	D	E
39	Considero otras puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta	A	B	C	D	E
40	Trabajo intensamente (Trabajo duro)	A	B	C	D	E
41	Me preocupo por lo que está pasando	A	B	C	D	E
42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)	A	B	C	D	E
43	Trato de adaptarme a mis amigos	A	B	C	D	E
44	Espero que el problema se resuelva por sí sólo	A	B	C	D	E
45	Me pongo mal (Me enfermo)	A	B	C	D	E
46	Culpo a los demás de mis problemas	A	B	C	D	E
47	Me reúno con otras personas para analizar el problema	A	B	C	D	E
48	Saco el problema de mi mente	A	B	C	D	E
49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren	A	B	C	D	E
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa	A	B	C	D	E
51	Leo la Biblia o un libro sagrado	A	B	C	D	E
52	Trato de tener una visión positiva de la vida	A	B	C	D	E
53	Pido ayuda a un profesional	A	B	C	D	E
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan	A	B	C	D	E
55	Hago ejercicios físicos para distraerme	A	B	C	D	E
56	Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él	A	B	C	D	E
57	Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago	A	B	C	D	E
58	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo	A	B	C	D	E
59	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar	A	B	C	D	E
60	Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica	A	B	C	D	E
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás	A	B	C	D	E

62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar	A	B	C	D	E
63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos	A	B	C	D	E
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo	A	B	C	D	E
65	Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo	A	B	C	D	E
66	Cuando tengo problemas, me aíslo para poder evitados	A	B	C	D	E
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan	A	B	C	D	E
68	Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento	A	B	C	D	E
69	Pido a Dios que cuide de mí	A	B	C	D	E
70	Me siento contento(a) de cómo van las cosas	A	B	C	D	E
71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo	A	B	C	D	E
72	Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas	A	B	C	D	E
73	Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema	A	B	C	D	E
74	Me dedico a mis tareas en vez de salir	A	B	C	D	E
75	Me preocupo por el futuro del mundo	A	B	C	D	E
76	Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir	A	B	C	D	E
77	Hago lo que quieren mis amigos	A	B	C	D	E
78	Me imagino que las cosas van a ir mejor	A	B	C	D	E
79	Sufro dolores de cabeza o de estómago	A	B	C	D	E
80	Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas	A	B	C	D	E

Anexo 3. Consentimiento informado.

Consentimiento Informado

Acepto libre y voluntariamente, ser participante del proyecto de investigación que dirige Magaly Isabel Quiroz Suárez, Bachiller de la escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú. La presente investigación pretende recolectar información sobre Inteligencia Emocional y estrategias de afrontamiento al estrés de un grupo de estudiantes.

El proceso de investigación, se iniciará con el llenando de una ficha de datos y luego con el llenado de dos cuestionarios, los cuales no resultarán perjudiciales; se me ha informado que la participación en este estudio es estrictamente voluntaria y la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los fines de esta investigación.

Si en algún momento no deseo seguir participando en la investigación, tengo el derecho de retirarme. Las respuestas serán codificadas usando un número de investigación y, por tanto, serán anónimas. Asimismo, es importante recalcar que no recibiré ninguna información acerca de mi desempeño en el estudio o sobre los resultados del mismo; solo se publicarán en la tesis una vez concluida la investigación.

Cualquier duda comunicarse a mquiroz8@autonoma.edu.pe

Se agrade por su tiempo y participación.

_____

Firma del participante

Lima, ___ de _____ del 2022.

Anexo 4. Reporte del programa antiplagio.

MAGALY QUIROZ SUÁREZ 5

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	20%	9%	%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.uancv.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	www.redalyc.org Fuente de Internet	1%
8	www.repositorio.unu.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	1%