



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN  
ADULTOS JÓVENES DE LIMA, 2022

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**AUTORA**

SOLANGEL JAHAIRA PUPPI CASTRO  
ORCID: 0000-0002-2252-8004

**ASESOR**

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

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**  
BIENESTAR PSICOLÓGICO

**LIMA, PERÚ, MARZO DE 2023**



**CC BY-NC-ND**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

*Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.*

## Referencia bibliográfica

Puppi Castro, S. J. (2023). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

## HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Solangel Jahaira Puppi Castro
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	77091815
URL de ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0002-2252-8004">https://orcid.org/0000-0002-2252-8004</a>
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	<a href="https://orcid.org/0000-0002-7614-0814">https://orcid.org/0000-0002-7614-0814</a>
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Laura Fausta Villanueva Blas
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	09749871
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Max Hamilton Chauca Calvo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08035455
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Diego Ismael Valencia Pecho
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	46196305
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado
Línea de investigación del Programa	Bienestar Psicológico
URL de disciplinas OCDE	<a href="https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00">https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00</a>

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD  
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: Dra. Laura Fausta Villanueva Blas quien lo preside, el Mag. Max Hamilton Chauca Calvo como secretario y el Mag. Diego Ismael Valencia Pecho como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL  
ESTRÉS EN ADULTOS JÓVENES DE LIMA, 2022**

Presentada por el Bachiller:

**Solangel Jahaira Puppi Castro**

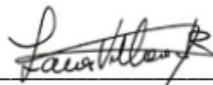
Para obtener el **Título Profesional de Licenciada en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado, acuerdan:

**APROBADO POR MAYORÍA**

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, a los veintiocho días de marzo de 2023.



Mag. Max Hamilton Chauca Calvo  
C. Ps. P. 40500  
Secretario



Dra. Laura Fausta Villanueva Blas  
C.Ps.7452  
Presidenta



Mag. Diego Ismael Valencia Pecho  
C. Ps. P. 24039  
Vocal

## ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo, el Mag. Diego Ismael Valencia Pecho, docente de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud, Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ADULTOS JÓVENES DE LIMA, 2022" de la bachiller Solangel Jahaira Puppi Castro, 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, 02 de febrero del 2023.



---

Mag. Diego Ismael Valencia Pecho

DNI 46196305

## **DEDICATORIA**

A mis padres por su esfuerzo para darme el privilegio de poder culminar mis estudios profesionales.

### **AGRADECIMIENTOS**

Agradecer a la vida por brindarme salud para finalizar con éxito mi etapa universitaria. A mi familia, la cual ha estado siempre pendiente de mi crecimiento y progreso tanto personal como profesional. A aquellos excelentes profesores que creyeron siempre en mí y me enseñaron a confiar en mis capacidades y en que cumpliré cada una de mis metas. A la institución educativa privada de La Victoria y su directora por permitirme el acceso; asimismo, agradecer a todos aquellos estudiantes que fueron partícipes de mi estudio. Finalmente, a mi asesor el Mg. Diego Ismael Valencia Pecho quien, gracias a sus conocimientos impartidos, me ha guiado durante el desarrollo de la investigación, hasta su culminación.

## ÍNDICE

<b>DEDICATORIA</b> .....	2
<b>AGRADECIMIENTOS</b> .....	3
<b>RESUMEN</b> .....	6
<b>ABSTRACT</b> .....	7
<b>RESUMO</b> .....	8
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	9
<b>CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	
1.1. Realidad problemática .....	12
1.2. Formulación del problema .....	13
1.3. Justificación e importancia de la investigación .....	13
1.4. Objetivos de la investigación: general y específico .....	14
1.5. Limitaciones de la investigación .....	15
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	
2.1. Antecedentes de estudios .....	17
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado .....	20
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada .....	30
<b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO</b>	
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	32
3.2. Población y muestra .....	32
3.3. Hipótesis .....	33
3.4. Variables – Operacionalización .....	35
3.5. Métodos y técnicas de investigación .....	36
3.6. Procesamiento de los datos .....	38
<b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS</b>	
4.1. Análisis de fiabilidad de las variables .....	40
4.2. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable .....	43
4.3. Contrastación de hipótesis .....	46
<b>CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
5.1. Discusiones .....	50
5.2. Conclusiones .....	54
5.3. Recomendaciones .....	55
<b>REFERENCIAS</b>	
<b>ANEXOS</b>	

## LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Muestra de estudio
Tabla 2	Matriz de operacionalización de inteligencia emocional
Tabla 3	Matriz de operacionalización de afrontamiento al estrés
Tabla 4	Resultados del AFC
Tabla 5	Cargas factoriales del instrumento
Tabla 6	Confiabilidad por consistencia interna del instrumento 1
Tabla 7	Análisis de ítems de la dimensión 1
Tabla 8	Análisis de ítems de la dimensión 2
Tabla 9	Análisis de ítems de la dimensión 3
Tabla 10	Confiabilidad por consistencia interna del instrumento 2
Tabla 11	Resultados descriptivos de la primera variable de estudio
Tabla 12	Resultados descriptivos de la segunda variable de estudio
Tabla 13	Niveles de inteligencia emocional en la muestra de jóvenes de Lima
Tabla 14	Prevalencia de los estilos de afrontamiento al estrés
Tabla 15	Prueba de normalidad de las variables de estudio
Tabla 16	Relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés
Tabla 17	Relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés
Tabla 18	Comparación de la inteligencia emocional según el sexo
Tabla 19	Comparación de los estilos de afrontamiento al estrés según el sexo

# INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ADULTOS JÓVENES DE LIMA, 2022

SOLANGEL JAHAIRA PUPPI CASTRO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

## RESUMEN

Se elaboró el estudio para poder corroborar si la inteligencia emocional en los jóvenes guarda relación con sus estilos de afrontamiento al estrés; para ello, participaron 385 jóvenes entre 18 y 25 años de Lima, catalogados entre la población económicamente activa ocupada que además estudia, a quienes se le aplicó la Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) de Carver. Se evidenció que la inteligencia emocional presenta una relación directa con los estilos de afrontamiento enfocado al problema ( $\rho=.340$ ;  $p<.05$ ) y afrontamiento enfocado a la emoción ( $\rho=.152$ ;  $p<.05$ ), mientras que con otros estilos de afrontamiento presenta una relación indirecta ( $\rho=-.277$ ;  $p<.05$ ). Se encontró diferencias entre los puntajes en relación al sexo, siendo las mujeres con mayor índice de inteligencia emocional y mayor incidencia en utilizar el estilo de afrontamiento dirigido al problema. Por lo tanto, se halló que la capacidad de inteligencia emocional si se relaciona con los estilos de afrontamiento al estrés.

**Palabras clave:** inteligencia emocional, afrontamiento al estrés.

# EMOTIONAL INTELLIGENCE AND COPING WITH STRESS STYLES IN YOUNG ADULTS IN LIMA, 2022

SOLANGEL JAHAIRA PUPPI CASTRO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

## ABSTRACT

The relationship between Emotional Intelligence and coping with stress was investigated in a sample of 385 young adults between 18 and 25 years of age in Lima, cataloged among the employed economically active population who also studied, to whom the Emotional Intelligence Scale of Wong – Law (WLEIS) and the Stress Coping Questionnaire (COPE) by Carver. Using Spearman's coincidence coefficient, it can be seen that the emotional intelligence scores present a direct relationship of low and very low level and statistically significant with the coping styles focused on the problem ( $\rho=.340$ ;  $p<.05$ ) and coping. focused on emotion ( $\rho=.152$ ;  $p<.05$ ). While with other coping styles it presents an indirect, low-level and statistically significant relationship ( $\rho=-.277$ ;  $p<.05$ ). The findings also show that there are statistically significant differences based on gender in both variables, with women presenting a higher level of emotional intelligence and a greater incidence in the use of problem-focused coping style.

**Keywords:** emotional intelligence, coping with stress.

# INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E ESTILOS DE ENFRENTAMENTO DO STRESS EM JOVENS ADULTOS EM LIMA, 2022

SOLANGEL JAHAIRA PUPPI CASTRO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

## RESUMO

A relação entre Inteligência Emocional e enfrentamento do estresse foi investigada em uma amostra de 385 jovens entre 18 e 25 anos de Lima, catalogados entre a população economicamente ativa empregada que também estudou, aos quais foi aplicada a Escala de Inteligência Emocional de Wong - Law (WLEIS) e o Stress Coping Questionnaire (COPE) de Carver. Utilizando o coeficiente de coincidência de Spearman, verifica-se que os escores de inteligência emocional apresentam relação direta de nível baixo e muito baixo e estatisticamente significativa com os estilos de enfrentamento focado no problema ( $\rho=.340$ ;  $p<.05$ ) e enfrentamento focado na emoção ( $\rho=.152$ ;  $p<.05$ ). Enquanto que com outros estilos de coping apresenta uma relação indireta, de baixo nível e estatisticamente significativa ( $\rho=-.277$ ;  $p<.05$ ). Os achados também mostram que existem diferenças estatisticamente significativas com base no gênero em ambas as variáveis, com as mulheres apresentando maior nível de inteligência emocional e maior incidência no uso do estilo de enfrentamento focado no problema.

**Palavras-chave:** inteligência emocional, enfrentamento do estresse.

## INTRODUCCIÓN

En general, la inteligencia emocional podría asociarse a la manera como se afronta el estrés que presenta el ser humano, ésta incluye habilidades como guiar el pensamiento y las acciones mediante la información afectiva; lo cual afecta de modo directo en el comportamiento, incluyendo la forma de actuar frente a situaciones problemáticas o estresantes.

Es importante mencionar que la inteligencia emocional brinda satisfacción por medio de los recursos que fortalece, favoreciendo en la gestión eficaz de la conducta ante eventos de tensión; por ende, es de gran relevancia este aspecto ya que permite lidiar con situaciones difíciles tanto como cotidianas.

En los últimos años la población ha pasado por una serie de situaciones, como el miedo, la frustración y la ansiedad; debido a la aparición de una nueva pandemia que trajo consigo un gran número de pérdidas importantes además del confinamiento y aislamiento obligatorio, de forma repentina y agresiva. Estas situaciones formaron parte del declive de estabilidad en todos los sentidos incluyendo la inteligencia emocional, favoreciendo el incremento de desequilibrios o inestabilidades a nivel psicológico; siendo estos, factores clave para la adaptación y uso de mecanismos de afrontamiento al estrés que sean adecuados ante cualquier situación (Otayza, 2021).

En este sentido, se plantea como propósito de este estudio determinar si la inteligencia emocional está asociada a la manera de como se afronta el estrés en adultos jóvenes, que se encuentren trabajando y estudiando.

En el capítulo I se plasmó la problemática a estudiar, la justificación, los objetivos y limitaciones halladas durante el proceso de la investigación. En el capítulo II se presentó la información teórica, las investigaciones relacionadas al tema y una lista de los términos más relevantes junto con su definición conceptual. En el capítulo

III se presentó el nivel y diseño de estudio, las características de la población y muestra que participo en el proceso de evaluación, las hipótesis planteadas, la operacionalización de las variables, información de los instrumentos de medición y el proceso de recolección y análisis estadístico de los datos. En el capítulo IV se englobaron los resultados obtenidos en función al objetivo general y objetivos específicos. En el capítulo V se apreció el proceso de discusión de los resultados analizándolos con los estudios previos e información teórica que explique los datos reportados desde un punto de vista psicológico.

**CAPÍTULO I**  
**PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Realidad problemática**

Las personas se encuentran en constante cambio, viviendo procesos y situaciones inesperados que han afectado su forma de comportamiento; por ello, teniendo en cuenta que el desenvolvimiento adecuado es favorecido por la inteligencia emocional, se debe comprender la relevancia de esta en cada área y etapa de la vida, esto engloba los desafíos y retos a los que las personas se han visto expuestas y la manera en como afronta las demandas externas.

En Latinoamérica se ha podido observar diversos problemas de gran importancia que afectan de forma directa e indirecta a casi toda la población, generando preocupación, miedo, inestabilidad emocional, estrés y otras consecuencias que afectan los pensamientos, sentimientos y finalmente la conducta de las personas (Segura, 2021).

En psicología existe una genuina preocupación por investigar la inteligencia emocional y el declive del estado mental de la población, y con mayor afán con el surgimiento de la pandemia y todas las situaciones estresantes que trajo consigo, teniendo en cuenta que el estrés es un factor negativo para la presencia del aumento de casos de depresión y otros trastornos psicológicos (Lazarus, 2000). Hay investigaciones que afirman que la mayor parte de la población sienten o sintieron niveles altos de estrés en varios momentos de su vida tal como lo señala el estudio realizado por el Consejo General de la Psicología de España y avalado por la Sociedad Española en donde encontraron que de diez españoles, por lo menos nueve experimentaron estrés crónico (Añorga, 2020); de igual forma, existe una extensa investigación ejecutada por el Instituto de Opinión Pública perteneciente a la Pontificia Universidad Católica del Perú en la cual se evidenció que el estrés afecta al 80% de la población peruana; manifestando que el grado de estrés es mayor en Lima y en el

Callao; asimismo el estudio advirtió de manera general que los ciudadanos padecen variaciones frecuentes en los ritmos anímicos (Segura, 2021).

Por lo expuesto, se evidencia la relevancia de la inteligencia emocional y el declive de la salud psicológica, así como la carencia de habilidades para afrontar las distintas problemáticas de la vida diaria, lo cual podría ser un factor de riesgo para el aumento de suicidios que, según la Organización Mundial de la Salud, por cada 40 segundos se suicida una persona (Plataforma Digital Única del Estado, 2021). Así mismo, se puede agregar que, en el Perú, el Ministerio de Salud menciona un incremento de casos de suicidios (Plataforma Digital Única del Estado, 2021) lo cual es un indicador del decreciente nivel de inteligencia emocional (Montenegro, 2020).

El estudio de la relación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento a eventos estresantes fue propuesto por importantes investigadores (Limonero et al., 2009; Shah y Thingujam, 2008; Folkman y Moskowitz, 2004), entre las diversas teorías sobre la relación de ambas variables se identificó como una de las más específicas la de Epstein (1998) mencionando que las estructuras cognitivas más constructivas pertenecen a aquellas personas emocionalmente inteligentes, permitiéndoles considerar el impacto de sus pensamientos en sus emociones, de forma más precisa; por lo cual, es más alta la probabilidad de que puedan entender qué forma de afrontamiento se usa con más prevalencia.

## **1.2. Formulación del problema**

¿Existe relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima?

## **1.3. Justificación e importancia de la investigación**

A nivel teórico, se aportará mayor información sobre como la inteligencia emocional se asocia con las formas de afrontar el estrés, sirviendo como una fuente

de información o antecedente para futuras investigaciones; además de ello, fomenta el uso de las mismas variables en poblaciones poco estudiadas. Así mismo los resultados serán de contribución a la población en cuanto al entendimiento sobre la importancia de la inteligencia emocional y el manejo de los eventos estresantes.

A nivel metodológico, se revisaron las propiedades psicométricas de los instrumentos de medición utilizados, y así brindar evidencia sobre sus características de validez y confiabilidad, motivando su uso en futuros estudios.

En tanto a nivel práctico, los resultados contribuirán en la justificación de la implementación de programas, charlas o talleres de forma preventiva o de intervención, dirigidas a desarrollar y fortalecer diversas dimensiones de la inteligencia emocional, la cual se encontraría relacionado con la manera en que las personas hacen frente al estrés.

#### **1.4. Objetivos de la investigación: general y específicos**

##### **1.4.1. Objetivo general**

- Determinar la relación entre inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.

##### **1.4.2. Objetivos específicos**

1. Identificar el nivel de inteligencia emocional en adultos jóvenes de Lima, 2022.
2. Identificar la prevalencia de los estilos de afrontamiento al estrés en jóvenes de Lima, 2022.
3. Identificar la relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.
4. Comparar la inteligencia emocional en función al sexo en los adultos jóvenes de Lima, 2022.
5. Comparar los estilos de afrontamiento al estrés en función al sexo en los

adultos jóvenes de Lima, 2022.

### **1.5. Limitaciones de la investigación**

- Se encontraron restricciones para la administración de las encuestas; por lo tanto, fueron aplicados de forma virtual por el escenario pandémico que atravesó el país.
- Así mismo para la indagación de estudios previos, en particular sobre aquellos que hayan investigado el tema en población de adultos jóvenes de Lima post pandemia.

**CAPÍTULO II**  
**MARCO TEÓRICO**

## **2.1. Antecedentes de estudio**

### **2.1.1. Antecedentes nacionales**

Calisaya (2022) investigó si la inteligencia emocional podría tener alguna relación con el problema de la ansiedad estado rasgo en una muestra de 143 jóvenes de Lima Centro. El estudio fue de tipo correlacional comparativo y de diseño no experimental. Entre los resultados de mayor relevancia se encontró diferencias ( $p < .05$ ) según el sexo, concluyendo que las mujeres tienen mayor atención, claridad y regulación emocional a comparación de los varones.

Cresto (2022) investigó si los estilos de afrontamiento al estrés guardan relación con el bienestar psicológico, para ello encuestó a 253 estudiantes procedentes de una universidad privada de Lima Norte. El estudio fue de tipo correlacional comparativo y de diseño no experimental. Entre los resultados más relevantes se halló diferencias ( $p < .05$ ) en relación al sexo, concluyendo que las mujeres hacen mayor uso de los estilos enfocados a la emoción en comparación a los varones.

Ocaña (2021) investigó si la inteligencia emocional se asocia con las estrategias de afrontamiento en una muestra de 50 trabajadores de la salud de un centro médico. El estudio fue de diseño no experimental de tipo correlacional. Se halló que los tipos de afrontamiento dirigidos al problema y a la emoción se asocian de forma positiva con la inteligencia emocional en los profesionales encuestados.

En Lima, Otayza (2021) investigó la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés para ello encuestó a 87 becarios universitarios. El estudio fue de tipo relacional con diseño no experimental. Se reportó correlaciones directas entre los factores de la inteligencia emocional y la manera de afrontar el

estrés ( $p < .05$ ), en donde el 17% de los becarios tienen bajo nivel de inteligencia emocional, el 56% un grado adecuado y el 27% un grado elevado.

En Lima, Segura (2021) investigó la relación entre la inteligencia emocional social en el estrés y el rendimiento en el estudio en 343 universitarios. Se usó un diseño no experimental de tipo relacional. Los datos indican una relación inversa entre la inteligencia emocional y el estrés ( $\rho = -.52$ ;  $p < .01$ ) y una relación inversa entre el estrés y el rendimiento en el estudio ( $\rho = -.30$ ,  $p < .01$ ). Por lo tanto, cuando los universitarios tienen sus capacidades de regulación o gestión emocional alto, habrá menor experiencia de estrés.

Moscol (2020) realizó una investigación en Lima de diseño no experimental y correlacional para estimar de forma estadística si la inteligencia emocional podría asociarse con la percepción del estrés en 115 trabajadores de una empresa. El estudio se realizó en un breve periodo y se contó con la participación voluntaria de los colaboradores quienes fueron contestando las encuestas con mucha motivación y rapidez. Se encontró una relación inversa y de nivel bajo entre inteligencia emocional y estrés ( $\rho = -.196$ ;  $p = .036$ ). Al considerar los datos calculados, el autor concluyó que, a mayor presencia de inteligencia emocional, se evidencia menores puntajes en la variable estrés en los colaboradores evaluados.

Añorga (2020) ejecutó una investigación en Lima, la cual tuvo un diseño no experimental y de tipo relacional. La autora deseó estimar si la inteligencia emocional se asocia a la forma de afrontar situaciones estresantes en 198 universitarios. En cuanto a los resultados, se obtuvo que existe una relación positiva entre ambas variables ( $\rho = .912$ ;  $p = .00$ ), también se estimó que el 69.2% de los alumnos presentaron un nivel medio de gestión emocional, mientras que, en la segunda

variable, el 66.7% presentó un nivel alto, el 32.8% un nivel medio y solo el .5% un nivel bajo.

Lunahuana (2018) elaboró un estudio en Lima, el cual fue de diseño no experimental y de tipo descriptivo correlacional, con el objeto de esclarecer la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés, para ello evaluó a 160 universitarios. Los datos indicaron que la inteligencia emocional se asocia de forma directa con los estilos de afrontamiento adaptativos ( $r=.426$ ,  $p<.001$ ), con los estilos de afrontamiento racional ( $r=.578$ ,  $p<.001$ ) y con los estilos de afrontamiento por desapego ( $r=.162$ ,  $p<.05$ ). Se encontró que el 23% de los evaluados presenta un nivel bajo de inteligencia emocional, el 54% un nivel medio y el 33% un nivel alto, en cuanto a la variable de afrontamiento se tiene que al menos el 54% de la muestra se encuentra por sobre el nivel medio, el estilo de afrontamiento evitativo obtuvo el menor porcentaje en el nivel bajo y el mayor porcentaje en el nivel alto siendo el 14% y 24% respectivamente.

### **2.1.2. Internacionales**

En Colombia, Ruiz et al. (2021) estudiaron la relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento en una muestra de 151 mujeres procedentes del municipio de La Jagua. El estudio fue de tipo correlacional y de diseño no experimental. Se halló que las dimensiones de la inteligencia emocional (claridad, reparación y regulación emocional) guardan relación con los estilos de afrontamiento. Los autores llegaron a la conclusión que las mujeres evaluadas con niveles altos de inteligencia emocional suelen utilizar de forma más frecuente estilos de afrontamiento que se basan principalmente en la resolución del problema.

En Colombia, Melo y Martínez (2021) llevaron a cabo una investigación de tipo descriptivo transversal con la finalidad de esclarecer la inteligencia emocional

percibida, para ello evaluó a 170 estudiantes de un programa de enfermería en la ciudad de Bogotá, en su mayoría mujeres de 18 a 25 años. Los resultados evidencian que respecto a las participantes de sexo femenino con edades de 18 a 31 años cuentan con una capacidad adecuada de expresar y sentir emociones, mientras que las participantes de 31 años a más presentaron atención emocional escasa; en relación a los participantes de sexo masculino se obtuvo un rango adecuado en el grupo de 18 a 31 años y atención emocional escasa en aquellos que tienen 31 años a más.

En España, Puigbó et al. (2019) realizaron un estudio de tipo correlacional para estudiar que relación tienen las dimensiones de la inteligencia emocional percibida sobre cada una de las estrategias de afrontamiento en situaciones cotidianas. La muestra estuvo constituida por 50 participantes entre 18 y 25 años de edad y de ambos sexos. Se encontró que las dimensiones de la inteligencia emocional se relacionan de forma directa con los estilos de afrontamiento enfocado al problema y a la emoción, concluyendo que si existe una relación entre las variables estudiadas.

Montalvo y Simancas (2019) realizaron una investigación en Colombia siendo de tipo descriptivo correlacional y de diseño no experimental, con el objetivo de asociar la presencia del estrés académico y las estrategias de afrontamiento en una muestra de 1947 estudiantes universitarios de un instituto superior privado. Los resultados revelaron que ante el estrés académico los alumnos utilizan con mayor frecuencia la estrategia de reevaluación positiva, planificación y apoyo social ( $p < .05$ ), llegando a la conclusión que efectivamente las variables medidas si presentan una relación.

## **2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado**

### ***2.2.1. Inteligencia emocional***

Thorndike (1920) usó el constructo inteligencia social para detallar la habilidad de motivar y comprender a otros. Mientras que Wechsler (1940) al estudiar la inteligencia general especificó la influencia de factores no intelectivos en relación al comportamiento inteligente.

Mayer y Salovey (1990) expresan en relación a la inteligencia emocional que es: “Un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas y usar la información (afectiva), para guiar el pensamiento y las acciones de uno” (p.189). A pesar del trabajo de diferentes autores, este constructo pasó imprevisto por muchos años hasta que Gardner (1983) en su libro *Inteligencias Múltiples: La teoría en la práctica* incluyó el planteamiento que la inteligencia no explican por completo la capacidad cognitiva; debido a que, no engloban la inteligencia interpersonal ni la inteligencia intrapersonal.

El primer uso del término, fue atribuido a Payne (1985) como se citó en Gómez et al. (2012) quien lo menciona en su tesis doctoral, sin embargo, se puede encontrar dicha expresión en textos anteriores como los de Beldoch (1964) y Leuner (1966). La investigación sobre la relevancia de las emociones fue en aumento; a pesar de ello, las definiciones de inteligencia comenzaron a enfatizar las capacidades como la memoria y solución de problemas interpersonales desde la divulgación del célebre libro *Inteligencia emocional* de Daniel Goleman en los años noventa.

Los estudios más actuales de Mayer y Salovey (1990) definen el término como aquellas capacidades que facilitan la expresión y comprensión de los estados emocionales propios y de los demás y usarlos para tener mejores relaciones interpersonales.

### **Modelos teóricos de inteligencia emocional.**

a) Modelo de IE de Goleman: El autor enfatiza que las habilidades emocionales son de suma relevancia en la ciudadanía efectiva y responsable (Bisquerra, 2003) y expresa cinco bloques en los sucesivos términos:

- Conciencia emocional: Ser capaz de ser consciente de las emociones de uno mismo y las ajenas (Bisquerra y Pérez, 2007).
- Regulación emocional: Ser capaz de manejar los estados emocionales de forma adecuada (Bisquerra y Pérez, 2007).
- Autonomía emocional: Ser capaz de tener un grado de autonomía para tener la gestión de los estados emocionales a partir del análisis de los eventos externos (Bisquerra y Pérez, 2007).
- Competencia social: Ser capaz de sostener excelentes relaciones con los demás. Lo cual involucra usar las habilidades interpersonales y comunicar de forma asertiva (Bisquerra y Pérez, 2007).
- Competencias para la vida y el bienestar: Ser capaz para adquirir conductas que permitan afrontar desafíos diarios de forma satisfactoria, así como las situaciones inesperadas, estos comportamientos nos permiten tener una vida sana y equilibrada, favoreciendo la vida con experiencias de satisfacción y bienestar (Bisquerra y Pérez, 2007).

b) Modelo de Inteligencia Emocional y Social de Bar-On: Según este autor, la inteligencia emocional incluye cinco escalas:

- Intrapersonal: Caracteriza a aquellos que comprenden sus sentimientos, sintiéndose óptimos con respecto a ellos y positivos con su desempeño (Bar-On, 2000). Resalta la capacidad de expresar los sentimientos con libertad, ser independientes y confiar en uno mismo.

- Interpersonal: Rememora el sentido de responsabilidad, ser confiable y el manejo de habilidades sociales (Bar-On, 2000). Por lo tanto, es un rasgo de las personas que tienen amistades duraderas y confiables gracias a las capacidades de comunicación y empatía hacia los demás.
- Adaptabilidad: Según Bar-On (2000) esta dimensión muestra qué tan exitoso es un individuo para adaptarse a las demandas del medio de forma eficiente y eficaz. Por lo tanto, la persona muestra un grado de flexibilidad para poder hacer frente a los eventos del ambiente y si es necesario buscar nuevas alternativas de solución, es decir, muestra mayor flexibilidad al cambio.
- Manejo del estrés: Capacidad de afrontar la presión que tiene el individuo, sin perder el control; mostrando calma, rara vez impulsividad y ejecutando de forma efectiva todas sus labores (Bar-On, 2000). Por lo tanto, es un rasgo de aquellas personas que son capaces de poder afrontar las demandas del ambiente a partir de la realización de conductas eficaces para reducir el nivel de estrés.
- Estado de ánimo general: Rasgo de una persona para disfrutar del día a día, además de la percepción que tiene de sí mismo (Bar-On, 2000). Por lo tanto, es cuando una persona siente mucha satisfacción por vivir y por ende esta agradecida por las experiencias tenidas a lo largo de la vida.

c) Modelo de IE de Mayer y Salovey: Según estos autores, se desprenden cinco habilidades o dimensiones de la IE, las cuales son:

- Inteligencia intrapersonal: Este grupo incluye tres habilidades. Auto conocimiento emocional, el cual se describe como la capacidad de reconocer sentimientos que se tienen, durante el periodo que estén presentes. El control emocional, el cual es la capacidad de gestionar las manifestaciones de las

emociones; como también modificar estados de ánimo y motivarse uno mismo y a los demás (Romero, 2008).

- Inteligencia interpersonal: Este grupo incluye dos habilidades. La empatía, la cual se basa en comprender lo que sienten otras personas y visualizar desde su perspectiva; y las habilidades sociales, las cuales son de gran ayuda para mantener relaciones sociales eficaces con los demás (Romero, 2008).

d) Modelo de Inteligencia Emocional de Goleman: Según el autor la inteligencia emocional se constituye por cinco dimensiones:

- Autoconocimiento emocional: Goleman (1996) afirma que la clave de la inteligencia emocional es reconocer un sentimiento mientras que éste se encuentre presente. Para poder reconocer y adecuar las emociones de forma correcta en el momento preciso, se debe tomar conciencia de lo que se está sintiendo cuando se está sintiendo. Asimismo, se refiere a la aptitud personal, la cual determina el dominio del ser humano.
- Autorregulación: Consiste en saber cómo gestionar las emociones propias y como adaptarlas según las situaciones. Los sujetos con control emocional suelen recuperarse rápidamente de los contratiempos o situaciones problemáticas; en comparación con aquellas personas que no han desarrollado esta habilidad y suelen vivir constantemente estados de inseguridad (Goleman, 1996).
- Motivación: Es la capacidad para enviar energía con dirección y propósito específico. Es catalizar todo mediante el sistema emocional a fin de mantenerlo en funcionamiento, así mismo es la existencia de fuentes principales de motivación (Goleman, 1996).

- Empatía o reconocimiento de las emociones ajenas: Ser capaz de reconocer las necesidades y deseos de los demás, lo cual permite sostener relaciones más eficaces (Goleman, 1996). Las personas que cuentan con esta habilidad, son más sensibles a las demás personas, saben escuchar, están atentos a las manifestaciones emocionales y brindan ayuda basada en la comprensión.

e) Modelo de Inteligencia Emocional de Wong-Law: Según estos autores la inteligencia emocional presenta cuatro dimensiones, las cuales son.

- Valoración de las propias emociones: Es cuando la persona comprende las emociones o estados de ánimo de sí mismo (Merino et al., 2016).
- Valoración de la emoción de otros: Comprender los sentimientos y emociones de los otros (Merino et al., 2016).
- Uso de la emoción: Motivarse uno mismo en el cumplimiento de las metas trazadas (Merino et al., 2016).
- Regulación de la emoción: Gestionar las emociones, el carácter o temperamento ante las demandas del entorno (Merino et al., 2016).

### **Importancia de la inteligencia emocional.**

Logan (1971) como se citó en Mayer y Salovey (1990) expresan que las emociones y los pensamientos son aspectos a tomar en cuenta para poder comprender la conducta, así mismo, de forma específica, la inteligencia emocional será aquella capacidad que favorece la comprensión de los sentimientos propios y de los demás y usar esta información para poder conducirse de la mejor manera en situaciones de índole social (González y Villanueva, 2014).

Por lo tanto, la inteligencia emocional favorece el bienestar de las personas, les ayudaría a tomar mejores decisiones y a poder expresar aquellas emociones

necesarias para la convivencia interpersonal, así mismo, tendría un rol en cuanto a la elección de estrategias de afronte ante momentos de estrés (Merino et al., 2016).

En el campo laboral, diversos autores indican que poseer una adecuada gestión de las emociones es de gran ayuda para poder realizar de forma más óptima las actividades de trabajo, como también en la elección de soluciones y problemas con los compañeros (Merino et al., 2016).

La relevancia sobre el poder gestionar los estados afectivos se da debido a la necesidad de las personas de evitar dejarse llevar por sus impulsos o emociones sin considerar aspectos razonables para realizar una conducta. Es por ello que Perea (2002) menciona que; “Además, todas las personas necesitan sentirse seguras emocionalmente, es decir, tener sentimientos de bienestar y estabilidad emocional. El factor emocional se considera como un elemento muy importante en la prevención y/o desarrollo de algunas enfermedades” (p. 22).

### **2.2.2. Afrontamiento al estrés**

Bermúdez (1996) indica la necesidad de poder investigar como las personas se relacionan con su ambiente y según la información que reciben optan por realizar ciertas conductas, así mismo, ante diversos problemas o situaciones de tensión, optaran por una forma de afrontamiento, en donde el autor indica que también dependerá de factores personales la forma de reaccionar.

Por otra parte, Seyle (1936) menciona que el estrés es la percepción que tiene una persona sobre algún evento que considere negativo generando respuestas de tipo físico, conductual, cognitivo y emocional, que por lo general podrían ser perjudiciales si son muy frecuentes. Así mismo, Bermúdez (1996) basándose en los postulados evolucionaditas menciona que las personas están en constante adaptación en su ambiente, generando diversas conductas ya sea aprendidas o innatas para

hacer frente a las exigencias externas, estas conductas están relacionadas a lo que se conoce como estilos de afrontamiento ante situaciones estresantes.

Fierro (1996) comprende al estrés como un fenómeno que se presenta en la persona cuando existe riesgo sobre su vida o afecta la calidad de la misma y no cuenta con la posibilidad de hacer uso de recursos necesarios.

Bermúdez (1996) indica que, según las situaciones de tensión, la persona lo definirá bajo sus propios términos de forma objetiva e independiente. Rector y Roger (1997) mencionan que los aspectos personales y las características del ambiente son clave para direccionar la forma como una persona actuará ante un evento estresante. Así mismo, Sarason (2006) expresa que el estrés está relacionado a situaciones diversas; a pesar de ello, cada sujeto le da un significado propio, puesto que lo que para unos puede resultar estresante, bien puede no significar nada para otros; entonces, el hecho de que sea o no una situación estresante, dependerá específicamente del sujeto inmerso en dicha situación y la importancia que le dé. Según Lazarus (2000) dichos significados son interdependientes, consistiendo en tres diferentes tipos de respuestas: fisiológicas, las cuales están asociadas al sistema nervioso autónomo; emocionales, asociadas al temor, depresión y malestares físicos; y por último, cognitivas, asociadas a la incapacidad de control y negación.

Coon y Mitterer (2010) indicaron que el estrés genera respuestas naturales que están presentes en todos los seres humanos y podría suponer conductas de riesgo dependiendo de la duración. De la Fuente et al. (2016) mencionaron que este nace de cómo se relaciona un individuo con su ambiente. Mientras que Holmes y Rahe (1967) como se citó en Oros y Vogel (2005) formularon que los acontecimientos vitales considerados importantes como lo son las bodas, alumbramiento de un niño,

la jubilación, el fallecimiento de un ser querido y la gestación, son usualmente fuentes de estrés debido a que ocasionan cambios, exigiendo la adaptación de la persona.

Por otro lado, Lazarus y Folkman (1986) mencionaron que el afrontamiento son aquellas acciones y pensamientos que se modifican permanentemente con la finalidad de gestionar las demandas. Cadena (2012) comentó que afrontar conlleva la reflexión y el saber actuar, así como el adaptarse al entorno estresante.

Brannon et al. (2013) postulan que el esfuerzo conductual y cognitivo son estilos de afrontamiento, existe tres formas distintas: (a) focalizados en el problema, (b) orientados en la emoción y (c) estilos poco productivos. Según Lazarus y Folkman (1986) lo consideraron como núcleo de aquello relacionado con psicoterapias y programas de índole educativo que buscan desarrollar competencias o recursos en las personas o pacientes. Asimismo, Lazarus (1983) sostuvo que el bienestar y la salud son más influenciados por la forma en que se afrontan más que por la presencia de las situaciones. Por su parte, Olga y Terry (1997) comprenden el estrés como algo negativo, nocivo o perjudicial; debido que, produce malestares físicos como dolores, indigestión, resfriados, infelicidad en las relaciones y puede incapacitar a la persona en el área laboral, provocar crisis nerviosas, depresión, ansiedad e incluso generar la muerte por un ataque al corazón.

Folkman y Lazarus (1980) plantean dos estilos, el primero estaría enfocado en el problema con la finalidad de buscar soluciones y el segundo centrado en la emoción para reducir el malestar afectivo.

Vásquez et al. (2000) mencionan tres estilos:

- Personas evitadoras y personas confrontativas, siendo el primero más útil para situaciones de peligro alto y el confrontativo con situaciones amenazantes que se repiten o persisten.

- Catarsis, refiriéndose al hecho de expresar los sentimientos y estados emocionales intensos propios que pueden ser eficaces para afrontar situaciones difíciles.
- Uso de estrategias múltiples, ya que la mayoría de situaciones estresantes o estresores conllevan una serie de problemas que provienen de diferentes raíces, por ende, requiere el uso de múltiples estrategias de afrontamiento.

Modelo teórico de Lazarus y Folkman (1986): Los autores postulan que el afrontamiento corresponde a un empeño cognitivo y conductual que pretende encaminar las necesidades de la persona, es decir, realizar acciones para influir en el ambiente y disminuir el estrés. Carver et al. (1989) en el Cuestionario de Modos de Afrontamiento adaptado por Casuso (1996) hace mención de los estilos de afrontamiento.

#### **Enfocados en el problema.**

- Afrontamiento activo; el cual se refiere al conjunto de acciones que evitan o disminuyen el estímulo negativo minimizando el efecto estresor.
- Planificación; estilo enfocado en organizar estrategias para actuar frente al estímulo habiendo hallado la mejor estrategia.
- La supresión de otras actividades; minimiza e ignora otras acciones con la finalidad de manejar enteramente y de forma óptima el estrés.
- La postergación del afrontamiento, es decir, dejar de realizar la acción ante la situación a fin de no apresurarse y cometer errores.
- La búsqueda del apoyo social, afrontamiento en el que se necesita de comprensión y el soporte de terceros.

#### **Enfocados en la emoción.**

Aquellas estrategias orientadas a la emoción, favoreciendo respuestas emocionales y buscando el cambio respecto al modo de valorar la situación según el sujeto.

- La búsqueda de soporte emocional; hace referencia al apoyo brindado por personas cercanas.
- Reinterpretación positiva y desarrollo personal; busca el lado positivo de una situación desfavorable.
- La aceptación; reconoce el hecho como primer paso para poder hacerle frente.
- Acudir a la religión; se enfoca en la creencia de fe en Dios, ayudando a sobrellevar y superar situaciones estresantes o traumáticas.
- Análisis de las emociones; reconoce sus emociones a fin de regularlas para enfrentar de forma correcta la situación.

#### **Otros estilos (no productivos).**

Consta de otras respuestas que suponen la evitación, distracción o distanciamiento del problema; se representan mediante la negación, conductas inadecuadas o distracción.

### **2.3. Definición conceptual de la terminología empleada**

- Inteligencia emocional: Son diversas habilidades sociales y afectivas que favorecen la interacción adecuada con las demás personas, generando sentimientos positivos en el sujeto (Wong y Law, 2002).
- Afrontamiento al estrés: Empeño cognitivo y conductual que pretende encaminar o afrontar las necesidades internas y externas que pueden ser percibidas como excesivas en relación a los recursos del sujeto (Lazarus y Folkman, 1984).

**CAPÍTULO III**  
**MARCO METODOLÓGICO**

### 3.1. Tipo y diseño de investigación

#### 3.1.1. Tipo

La investigación fue de tipo correlacional, según Hernández y Mendoza (2018) menciona que: “El estudio correlacional tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular” (p. 93).

#### 3.1.2. Diseño

El diseño es no experimental y transversal, según Hernández y Mendoza (2018) menciona que: “Se trata de un estudio en el que no se modifica deliberadamente la variable independiente para comprender su efecto sobre otra variable, sino que se limita a observar fenómenos que ocurren en el medio natural y en un solo momento” (p. 89).

### 3.2. Población y muestra

La población se constituyó de 1 226 045 adultos jóvenes (18 y 25 años) residentes de Lima, registrados en el último censo nacional realizado por la INEI.

La muestra representativa fue compuesta por 385 adultos jóvenes (18 y 25 años); para ello se utilizó una fórmula matemática con un nivel de confianza de 95% y un margen de error de 5%. En cuanto a la selección de la muestra se utilizó un muestreo no probabilístico.

**Tabla 1**

*Muestra de estudio*

Categoría	N
Hombre	175
Mujer	210
Total	385

#### ***Criterio de inclusión***

- Sujetos de nacionalidad peruana.
- Sujetos con edades de 18 a 25 años.
- Sujetos residentes de Lima.
- Sujetos que se encuentren laborando.
- Sujetos que se encuentren estudiando.
- Sujetos que completen las respuestas del formulario.
- Sujetos que participen de forma voluntaria en la indagación (asentimiento informado).

### ***Criterios de exclusión***

- Sujetos de nacionalidad extranjera.
- Sujetos con edades menores de 18 años y mayores de 25 años.
- Sujetos que no residan en Lima.
- Sujetos que no se encuentren laborando.
- Sujetos que no se encuentren estudiando.
- Sujetos que no completen las respuestas de las pruebas.
- Sujetos que decidan no participar.

## **3.3. Hipótesis**

### ***3.3.1. Hipótesis general***

- $H_G$ : Existe relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.
- $H_0$ : No existe relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.

### ***3.3.2. Hipótesis específicas***

- $H_{e1}$ : Existe relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.

- $H_0$ : No existe relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.
- $H_{e2}$ : Existe diferencias en los niveles de la inteligencia emocional en función al sexo en los adultos jóvenes de Lima, 2022.
- $H_0$ : No existe diferencias en los niveles de la inteligencia emocional en función al sexo en los adultos jóvenes de Lima, 2022.
- $H_{e3}$ : Existe diferencias en los estilos de afrontamiento al estrés en función al sexo en los adultos jóvenes de Lima, 2022.
- $H_0$ : No existe diferencias en los estilos de afrontamiento al estrés en función al sexo en los adultos jóvenes de Lima, 2022.

### 3.4. Variables – Operacionalización

**Tabla 2**

*Matriz de operacionalización de inteligencia emocional*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
Inteligencia emocional	La inteligencia emocional se define como un grupo de habilidades específicas de las cuales goza el sujeto para relacionarse y poder gestionar sus emociones (Wong y Law, 2002).	Puntaje obtenido por medio de la Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law (2002) cuyas propiedades psicométricas fueron revisadas previamente mediante una prueba piloto.	Valoración de las propias emociones (SEA) Valoración de la emoción de otros (OEA) Uso de la emoción (UOE) Regulación de la emoción (ROE).	1, 2, 3 y 4 5, 6, 7 y 8 9, 10, 11 y 12 13, 14, 15 y 16	Ordinal

**Tabla 3**

*Matriz de operacionalización de afrontamiento al estrés*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
Afrontamiento al estrés	“Es el resultado de la conducta que está en función a la percepción de una situación amenazante; en las cuales se ponen en manifiesto lo cognitivo, afectivo y otras formas conductuales de afrontar la situación estresante” (Carver, et. al, 1989, p. 45).	Puntaje obtenido por medio del Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés cuyas propiedades psicométricas fueron revisadas previamente mediante una prueba piloto.	Afrontamiento activo Planificación Supresión de otras actividades Postergación del afrontamiento Búsqueda de apoyo social Búsqueda de soporte emocional Reinterpretación positiva y desarrollo personal La aceptación Acudir a la religión Análisis de las emociones Negación Conductas inadecuadas Distracción	1, 14, 27, 40 2, 15, 28, 41 3, 16, 29, 42 4, 17, 30, 43 5, 18, 31, 44 6, 19, 32, 45 7, 20, 33, 46 8, 21, 34, 47 9, 22, 35, 48 10, 23, 36, 49 11, 24, 37, 50 12, 25, 38, 51 13, 26, 39, 52	Nominal

### **3.5. Métodos y técnicas de investigación**

#### **3.5.1. Método**

El estudio utilizó el método hipotético – deductivo, admitido como: “Aquel procedimiento investigativo que inicia con la observación de un hecho o problema, permitiendo la formulación de una hipótesis que explique provisionalmente dicho problema, para luego realizar su comprobación” (Hernández y Mendoza, 2018, p. 24).

#### **3.5.2. Técnica**

La técnica empleada fue la encuesta, Hernández y Mendoza (2018) afirman que: “Consiste en recolectar los datos de la muestra estudiada por medio de instrumentos de medición, con el fin de generalizar, analizar, describir e interpretar las variables en la población” (p. 109).

#### **3.5.3. Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law (WLEIS)**

##### **Descripción del instrumento.**

La escala fue construida por Wong y Law (2002) en Hong Kong-China. El propósito de esta prueba es evaluar el nivel de inteligencia emocional y los niveles que se proyectan en las dimensiones que abarca. Está compuesta por cuatro dimensiones: Evaluación de las propias emociones (SEA), evaluación de la emoción de otros (OEA), uso de la emoción (UOE) y regulación de la emoción (ROE). Esta distribuido en 16 ítems con escala tipo Likert, se puede usar de forma personal o en grupo, esta rígida a personal adultas y se calcula un tiempo de 18 minutos para contestar las preguntas.

##### **Aspectos psicométricos.**

Wong y Law (2002) analizaron la consistencia interna por factores de la escala, obteniendo los siguientes resultados en cada dimensión:  $\alpha=.87$  en evaluación de las propias emociones,  $\alpha=.90$  en evaluación de las emociones de los demás,  $\alpha=.84$  en el

uso de las emociones y  $\alpha=.83$  en regulación de las emociones, mientras que a nivel general se encontró un  $\alpha=.85$ . Así mismo se revisó la evidencia de validez basado en la estructura interna, en donde los resultados del análisis mostraron que el modelo de cuatro factores se ajustaba muy bien a los datos ( $df=98$ ;  $CFI=.94$ ,  $TLI=.92$  y  $RMR=.05$ ).

#### **Aspectos psicométricos de la prueba adaptada.**

Aldave (2020) revisó la evidencia de validez de contenido, adquiriendo valores desde .80 hasta .99 en la V de Aiken, demostrando que todos los ítems presentan pertinencia y claridad en relación a la medición de la variable inteligencia emocional. En cuanto a los índices de homogeneidad, se halló valores aceptables de .21 a .54 por medio de la correlación ítem-test, posteriormente se realizó el análisis factorial confirmatorio en el cual se obtuvo índices de ajustes adecuados ( $X^2= 1.78$ ,  $CFI=.92$ ,  $TLI=.90$ ,  $RMSEA .059$ ). Por otro lado, se revisó la consistencia interna de cada dimensión, dando resultados adecuados (valores omega mayores a .70).

#### **3.5.4. Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)**

##### **Descripción del instrumento.**

Fue diseñada por Carver et al. (1989) y luego adaptada por Casuso (1996). La versión original está compuesta por 52 ítems. Su administración se puede realizar en jóvenes y adultos de 16 años en adelante. Las respuestas están en formato dicotómico con opciones de sí y no. Tiene como objetivo evaluar la frecuencia en que se utilizan los diferentes modos o mecanismos de afrontamiento.

##### **Aspectos psicométricos de la prueba original.**

Carver et al. (1989) realizaron la aplicación en 978 estudiantes universitarios en Estados Unidos, reportando que los resultados referentes a la consistencia interna arrojaron índices alfa de Cronbach desde .45 hasta .92; siendo el desentendimiento

mental el área débil con un alfa menor a .60 ( $\alpha=.45$ ); de la misma forma, las mediciones test-retest evidenciaron rangos desde .46 hasta .86 luego de un periodo de 8 semanas.

Por otro lado, se hizo uso de la rotación oblicua para realizar el análisis factorial confirmatorio para calcular la evidencia de validez interna, en donde se evidenció la presencia de trece factores, los cuales corresponden a los trece estilos de afrontamiento al estrés, corroborando el modelo teórico del instrumento.

### **Aspectos psicométricos de la adaptación peruana.**

Casuso (1996) evaluó a 817 universitarios de Lima. En el estudio realizado se obtuvo que los resultados referentes a la consistencia interna arrojaron índices alfa de Cronbach desde .40 hasta .86; siendo la negación el área débil con un alfa menor a .60 ( $\alpha=.40$ ) seguida de desentendimiento mental ( $\alpha=.48$ ). En cuanto a la validez, se realizó el análisis factorial exploratorio con rotación Varimax, hallando la presencia de trece factores o modos de afrontamiento cuyas cargas factoriales fueron mayores a .30, corroborando el modelo teórico del instrumento.

### **3.6. Procesamiento de los datos**

Se administró la encuesta mediante el formulario de Google, brindando facilidad de acceso y alcance a la muestra. En dicho formulario, se colocó el asentimiento informado para que los participantes puedan conocer todo lo referente a la investigación, principalmente para indicar que el estudio es anónimo y que la información recaudada se usará solo para objetivos académicos.

Seguidamente del proceso de encuesta a cada participante, se realizó una base de datos utilizando el Programa Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS) V. 24 para realizar los respectivos análisis matemáticos tanto inferenciales como descriptivos fundamentados en los objetivos e hipótesis planteados.

## **CAPÍTULO IV**

# **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS**

#### 4.1. Análisis de fiabilidad de las variables

##### 4.1.1. Escala de Inteligencia Emocional de Wong - Law (WLEIS)

###### Evidencia de validez de estructura interna.

**Tabla 4**

*Resultados del AFC*

Variable	X <sup>2</sup>	gl	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA	IC 90% RMSEA	
								Inf	Sup
4 dimensiones	250	98	<.001	.98	.97	.02	.06	.05	.07

En la tabla 4 se observa los índices de bondad de ajuste del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC). Se considera un ajuste bueno en resultados como: TLI > .9, CFI > .9 y RMSEA y SRMR < .08 (Browne y Cudeck, 1993; Tabachnick y Fidell, 2007). Los datos muestran un ajuste adecuado para el modelo de cuatro factores, con valores aceptables para el RMSEA = .06, SRMR = .02, CFI = .98 y TLI = .97.

**Tabla 5**

*Cargas factoriales del instrumento*

Factor	Ítem	p	Stand. Estimate
Valoración de las propias emociones	1	<.001	.849
	2	<.001	.853
	3	<.001	.923
	4	<.001	.896
	5	<.001	.906
Valoración de la emoción de otros	6	<.001	.867
	7	<.001	.861
	8	<.001	.842
	9	<.001	.878
Uso de la emoción	10	<.001	.873
	11	<.001	.877
	12	<.001	.864
	13	<.001	.860
Regulación de la emoción	14	<.001	.903
	15	<.001	.913
	16	<.001	.899

En la tabla 5 se valora que al agruparse los ítems en cuatro factores presentan cargas factoriales superiores a .8, coincidiendo con el modelo teórico de cuatro

dimensiones. Los datos indican que el instrumento evidencia validez de estructura interna en la muestra de estudio.

### **Confiabilidad por consistencia interna.**

**Tabla 6**

*Confiabilidad por consistencia interna del instrumento 1*

Dimensiones	Alfa de Cronbach
Valoración de las propias emociones	.932
Valoración de la emoción de otros	.926
Uso de la emoción	.928
Regulación de la emoción	.941

En la tabla 6 se encuentra los resultados de fiabilidad por consistencia interna de la prueba. Se aprecia que todas las dimensiones presentan valores alfa de Cronbach por encima de .9. Por lo tanto, la prueba es confiable.

#### **4.1.2. Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)**

##### **Análisis de ítems.**

**Tabla 7**

*Análisis de ítems de la dimensión 1*

	Estilo de afrontamiento enfocado al problema	
	rho	p
Ae 1	.589	.000
Ae 2	.682	.000
Ae 3	.382	.000
Ae 4	.700	.000
Ae 5	.687	.000
Ae 14	.402	.000
Ae 15	.485	.000
Ae 16	.487	.000
Ae 17	.358	.000
Ae 18	.390	.000
Ae 27	.342	.000
Ae 28	.337	.000
Ae 30	.340	.000
Ae 31	.314	.000
Ae 40	.647	.000
Ae 41	.343	.000
Ae 42	.360	.000
Ae 43	.366	.000
Ae 44	.477	.000

En la tabla 7 se presenta el análisis de ítems de la dimensión estilo de afrontamiento enfocado al problema, se aprecia correlaciones positivas mayores a .30 y estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) con el puntaje total, lo cual indicaría que los ítems brindan información valiosa en la medición de dicha dimensión.

**Tabla 8**

*Análisis de ítems de la dimensión 2*

	Estilo de afrontamiento enfocado a la emoción	
	rho	p
Ae 6	.426	.000
Ae 7	.661	.000
Ae 8	.703	.000
Ae 9	.392	.000
Ae 10	.313	.000
Ae 19	.385	.000
Ae 20	.544	.000
Ae 21	.461	.000
Ae 22	.327	.000
Ae 23	.350	.000
Ae 32	.415	.000
Ae 33	.479	.000
Ae 34	.640	.000
Ae 35	.342	.000
Ae 36	.356	.000
Ae 45	.301	.000
Ae 46	.350	.000
Ae 47	.311	.000
Ae 48	.414	.000
Ae 49	.354	.000

En la tabla 8 se presenta el análisis de ítems de la dimensión estilo de afrontamiento enfocado a la emoción, se aprecia que los ítems presentaron relaciones directas y estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) con el puntaje total, lo cual indicaría que todos los ítems aportan información valiosa en la medición de dicho estilo de afrontamiento.

**Tabla 9***Análisis de ítems de la dimensión 3*

	Otros estilos de afrontamiento	
	rho	p
Ae 11	.458	.000
Ae 12	.646	.000
Ae 13	.367	.000
Ae 24	.335	.000
Ae 25	.418	.000
Ae 26	.378	.000
Ae 37	.340	.000
Ae 38	.352	.000
Ae 39	.475	.000
Ae 50	.654	.000
Ae 51	.655	.000
Ae 52	.503	.000

En la tabla 9 se exhibe el análisis de ítems de la dimensión otros estilos de afrontamiento, se aprecia que los ítems presentaron relaciones positivas y estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) con el puntaje total de la dimensión, lo cual indicaría que todas las preguntas brindan información valiosa en la evaluación de dicha dimensión.

#### **Confiabilidad por consistencia interna.**

**Tabla 10***Confiabilidad por consistencia interna del instrumento 2*

Dimensiones	Alfa de Cronbach
Enfocado al problema	.756
Enfocado a la emoción	.769
Otros estilos	.734

En la tabla 10 se encuentra los resultados de fiabilidad. Se aprecia que todas las dimensiones presentan valores alfa de Cronbach por encima de .7. Por lo tanto, se puede decir que el instrumento presenta niveles aceptables de fiabilidad.

#### **4.2. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable**

**Tabla 11***Resultados descriptivos de la primera variable de estudio*

	Inteligencia emocional	Valoración de las propias emociones	Valoración de la emoción de otros	Uso de la emoción	Regulación de la emoción
Media	79.87	19.64	20.25	20.03	19.95
Mediana	89	22	22	22	22
Moda	87	24	24	24	24
Desviación estándar	23.108	6.089	5.878	6.095	6.264
Asimetría	-1.213	-1.021	-1.109	-1.062	-1.046
Curtosis	-.128	-.304	-.095	-.196	-.318

En la tabla 11 se encuentra los puntajes de la variable inteligencia emocional la cual tiene una media de 79.87, una mediana de 89, una moda 87, una desviación estándar de 23.1 y una distribución asimétrica negativa de tipo platicúrtica.

**Tabla 12***Resultados descriptivos de la segunda variable de estudio*

	Afrontamiento enfocado al problema	Afrontamiento enfocado a la emoción	Otros estilos de afrontamiento
Media	13.89	12.18	6.30
Mediana	14	13	6
Moda	16	14	9
Desviación estándar	3.730	3.080	2.293
Asimetría	-.840	-.360	.063
Curtosis	.118	-.136	-.876

En la tabla 12 se observa que los puntajes de la dimensión estilo de afrontamiento enfocado al problema presenta una media de 13.89, una mediana de 14, una moda 16, una desviación estándar de 3.7 y una distribución asimétrica negativa de tipo leptocúrtica. Mientras que la dimensión estilo de afrontamiento enfocado a la emoción presenta una media de 12.18, una mediana de 13, una moda 14, una desviación estándar de 3.08 y una distribución asimétrica negativa de tipo platicúrtica. Por último, la dimensión otros estilos de afrontamiento presenta una media de 6.3, una mediana de 6, una moda de 9, una desviación estándar de 2.3 y una distribución asimétrica positiva de tipo platicúrtica

**Tabla 13***Niveles de inteligencia emocional en la muestra de jóvenes de Lima*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	93	24.2%
Medio	170	44.2%
Alto	122	31.7%
Total	385	100%

En la tabla 13 se aprecia que el 24.2% (93) de la muestra de jóvenes de Lima presentan un nivel bajo de inteligencia emocional, el 44.2% (170) un nivel medio y el 31.7% (122) un nivel alto.

**Tabla 14***Prevalencia de los estilos de afrontamiento al estrés*

	Nunca	Muy pocas veces	Pocas veces	A veces	Muchas veces
Afrontamiento activo	2.1%	15.8%	23.6%	19%	39.5%
Planificación	1.8%	7.3%	21%	26.8%	43.1%
Supresión de otras actividades	1.3%	6.8%	33.5%	43.1%	15.3%
Postergación del afrontamiento	3.1%	12.7%	15.6%	34%	34.5%
Búsqueda de apoyo social	3.6%	15.8%	17.7%	42.1%	20.8%
Búsqueda de soporte emocional	3.6%	5.5%	25.5%	37.4%	28.1%
Reinterpretación positiva	1.6%	24.9%	9.1%	33.8%	30.6%
Aceptación	12.2%	6.5%	13.5%	38.2%	29.6%
Acudir a la religión	19.5%	21.8%	33.8%	13%	11.9%
Análisis de las emociones	3.9%	18.7%	38.2%	24.7%	14.5%
Negación	1.6%	21.3%	44.2%	18.2%	14.8%
Conductas inadecuadas	7.3%	29.9%	26.8%	21.3%	14.8%
Distracción	4.9%	18.4%	53.8%	17.4%	5.5%

En la tabla 14 se aprecia la prevalencia de los estilos de afrontamiento utilizados por la muestra de jóvenes de Lima, se observa que los estilos afrontamiento activo, planificación y postergación del afrontamiento son los estilos más utilizados por los jóvenes. Mientras que los estilos acudir a la religión y conductas inadecuadas son los estilos menos utilizados.

**Tabla 15***Prueba de normalidad de las variables de estudio*

Variables	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia emocional	.290	385	.000
Valoración de las propias emociones	.225	385	.000
Valoración de la emoción de otros	.236	385	.000
Uso de la emoción	.225	385	.000
Regulación de la emoción	.247	385	.000
Estilo de afrontamiento enfocado al problema	.151	385	.000
Estilo de afrontamiento enfocado a la emoción	.146	385	.000
Otros estilos de afrontamiento	.161	385	.000

En la tabla 15 se presenta los resultados de la prueba Kolmogorov-Smirnov, se encontró que la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés presentan valores de significancia estadístico menores .05, por lo tanto, se puede afirmar que los puntajes de las variables tienen distribución no normal.

### 4.3. Contrastación de hipótesis

#### 4.3.1. Hipótesis general

**Tabla 16***Relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés*

		Afrontamiento enfocado al problema	Afrontamiento enfocado a la emoción	Otros estilos de afrontamiento
Inteligencia emocional	rho	.340	.152	-.277
	p	.000	.003	.000
	n	385	385	385

En la tabla 16 se presenta los resultados de correlación de Spearman. Se aprecia que los puntajes de inteligencia emocional presentan una relación directa de nivel bajo y muy bajo y estadísticamente significativo con los estilos de afrontamiento enfocado al problema ( $\rho=.340$ ;  $p<.05$ ) y afrontamiento enfocado a la emoción ( $\rho=.152$ ;  $p<.05$ ). Mientras que con otros estilos de afrontamiento presenta una relación indirecta, de nivel bajo y estadísticamente significativo ( $\rho=-.277$ ;  $p<.05$ ), aceptándose la hipótesis general. Por lo tanto, aquellos adultos jóvenes de Lima con mayor nivel de inteligencia emocional, presentan mayor uso de los estilos de

afrontamiento enfocado al problema y enfocado a la emoción, y menor uso de otros estilos de afronte.

#### 4.3.2. Hipótesis específica 1

**Tabla 17**

*Relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés*

Variables		Afrontamiento enfocado al problema	Afrontamiento enfocado a la emoción	Otros estilos de afrontamiento
Valoración de las propias emociones	rho	.371	.213	-.286
	p	.000	.000	.000
Valoración de la emoción de otros	rho	.387	.215	-.237
	p	.000	.000	.000
Uso de la emoción	rho	.282	.254	-.253
	p	.000	.000	.000
Regulación de la emoción	rho	.327	.145	-.241
	p	.000	.004	.000

En la tabla 17 se aprecia que las dimensiones de inteligencia emocional presentan correlaciones estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) con los estilos de afrontamiento enfocado al problema, enfocado a la emoción y otros estilos de afronte, confirmando la primera hipótesis específica.

#### 4.3.3. Hipótesis específica 2

**Tabla 18**

*Comparación de la inteligencia emocional según el sexo*

	Sexo	N	Rango promedio	Suma de rangos	U de Mann-Whitney	p
Inteligencia emocional	Hombre	175	165.27	28922.50	13522.500	.000
	Mujer	210	216.11	45382.50		
	Total	385				

En la tabla 18 se aprecia que existe diferencias estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) entre los puntajes de inteligencia emocional en relación al sexo, en donde los puntajes más elevados fueron obtenidos por las mujeres, corroborando la segunda hipótesis específico.

#### 4.3.4. Hipótesis específica 3

**Tabla 19***Comparación de los estilos de afrontamiento al estrés según el sexo*

	sexo	n	Rango promedio	Suma de rangos	U de Mann-Whitney	p
Afrontamiento enfocado al problema	Hombre	175	175.90	30782.50	15382.500	.006
	Mujer	210	207.25	43522.50		
	Total	385				
Afrontamiento enfocado a la emoción	Hombre	175	187.17	32755.00	17355.000	.344
	Mujer	210	197.86	41550.00		
	Total	385				
Otros estilos de afrontamiento	Hombre	175	199.91	34984.00	17166.000	.259
	Mujer	210	187.24	39321.00		
	Total	385				

En la tabla 19 se aprecia que existe diferencias estadísticamente significativas ( $p < .05$ ) entre los puntajes del estilo de afrontamiento dirigido al problema según el sexo, en donde las mujeres presentan mayor uso de dicho estilo en comparación a los varones, corroborando la tercera hipótesis específica.

**CAPÍTULO V**  
**DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y**  
**RECOMENDACIONES**

## 5.1. Discusiones

El actual trabajo de estudio buscó analizar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento ante el estrés en adultos jóvenes de Lima, para ello se evaluó a una muestra de 385 participantes. A continuación, se procede a discutir los datos hallados.

En cuanto al objetivo general, se halló que los puntajes de inteligencia emocional presentan una relación directa de nivel bajo y muy bajo y estadísticamente significativo con los estilos de afrontamiento enfocado al problema ( $\rho=.340$ ;  $p<.05$ ) y enfocado a la emoción ( $\rho=.152$ ;  $p<.05$ ), mientras que con otros estilos de afrontamiento (también conocido como estilos no productivos) presenta una relación indirecta, de nivel bajo y estadísticamente significativo ( $\rho=-.277$ ;  $p<.05$ ), por lo tanto cuando hay mayor capacidad de inteligencia emocional, mayor uso de los estilos de afrontamiento enfocado al problema y enfocado a la emoción, y menor uso de otros estilos de afrontamiento, confirmando la hipótesis general.

Resultados similares fueron reportados a nivel nacional por Lunahuana (2018) quien halló que la inteligencia emocional se relaciona con los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra de universitarios de Lima, de igual manera Otayza (2021) al evaluar a estudiantes de una universidad privada, encontraron que la inteligencia emocional se relaciona de forma directa con los estilos de afrontamiento dirigido al problema. También Ocaña (2021) halló que los estilos de afrontamiento enfocado al problema y enfocado a la emoción guardan una relación directa con las capacidades de inteligencia emocional en profesionales de la salud. A nivel internacional, se encontraron resultados similares, en Colombia, Ruiz et al. (2021) hallaron que las dimensiones de la inteligencia emocional guardan relación con los estilos de

afrontamiento al estrés, especialmente con aquellos estilos que son productivos y están orientados a resolver la situación estresante.

Estos resultados concuerdan con lo que mencionan Salovey et al. (1995) como se citó en Ruiz et al. (2021) quienes afirman que la inteligencia emocional favorece la comprensión y regulación de las emociones, ayudando a que la persona tenga mayor tolerancia al estrés y, por ende, está más preparado para poder afrontar las demandas del ambiente. Según Lázarus y Folkman (1986) indican que aquellos jóvenes con adecuados niveles de inteligencia emocional tienden a utilizar un afrontamiento basado en aspectos racionales, es decir, sin dejarse llevar por las emociones o la impulsividad, en donde la persona se centra en buscar diversas alternativas de solución para resolver las presiones del ambiente. Es por ello que Aradilla y Sábado (2006) sostienen que: “El presentar un nivel alto de inteligencia emocional no solo facilita el proceso de asimilación de la situación demandante, sino que propicia una mayor comprensión, aceptación y afronte de las situaciones que generan estrés continuo” (p. 15).

En cuanto al primer objetivo específico, al calcular los datos, se reportó que el 24.2% (93) de la muestra de jóvenes de Lima presentan un nivel bajo de inteligencia emocional, el 44.2% (170) un nivel medio y el 31.7% (122) un nivel alto, esto quiere decir que la mayoría de los jóvenes evaluados presentan niveles adecuados en sus capacidades para relacionarse con otras personas, gestionar sus emociones y sentimientos y comprender los estados emocionales de los demás. Resultado similar fue reportado por Añorga (2020) que, al evaluar a una muestra de universitarios de Lima, halló que el 69.2% de los estudiantes presentaron un nivel promedio, el 26.3% un nivel alto, y el 4.5% un nivel bajo. Según Bar-On (2018) la inteligencia emocional

es un aspecto personal muy importante relacionado a la capacidad de tener éxito en el cumplimiento de las metas ya que favorece de forma directa la salud emocional.

En cuanto al segundo objetivo específico, la mayor prevalencia de los estilos de afrontamiento utilizados por la muestra de jóvenes de Lima, se observa que los estilos afrontamiento activo, planificación y postergación del afrontamiento son los estilos más utilizados por los jóvenes. Mientras que los estilos acudir a la religión y conductas inadecuadas son los estilos menos usados. Así mismo, Montalvo y Simancas (2019) al evaluar a universitarios colombianos hallaron que las estrategias más utilizadas fueron (1) la reevaluación positiva, (2) la planificación y (3) el apoyo social. Mientras que Puigbó et al. (2019) al evaluar a jóvenes españoles, reportaron que los estilos con mayor prevalencia fueron (1) el centrado en el problema, (2) aceptación de emociones y (3) búsqueda de apoyo social. Por lo tanto, se aprecia que lo que tienen en común los estudios mencionados es que por lo general las personas suelen utilizar más los estilos de afrontamiento centrado en el problema, esto debido a que este grupo de estilos tienen como característica que la persona emplea acciones directas que van dirigidas a modificar la situación problemática o estresante y disminuir las consecuencias negativas de la misma.

En relación al tercer objetivo específico, se halló que las dimensiones de inteligencia emocional (valoración de las propias emociones, valoración de la emoción de otros, uso de la emoción y regulación de la emoción) presentan correlaciones directas ( $p < .05$ ) con los estilos de afrontamiento enfocado al problema y enfocado a la emoción, mientras que con otros estilos de afrontamiento presentó correlaciones indirectas y estadísticamente significativas ( $p < .05$ ), aceptándose la primera hipótesis específica. Esto significa que aquellos jóvenes que presentan la capacidad para gestionar de forma adecuada sus estados emocionales, reconocer las emociones de

los demás y tomar en cuenta esta información para poder tener relaciones exitosas y manejar eficazmente las situaciones de estrés, suelen enfocarse en solucionar el evento estresante y disminuir su malestar emocional, evitando utilizar acciones improductivas para la situación. En esta misma línea, Martínez et al. (2011) como se citó en Otaiza (2021) indican que la inteligencia emocional es: “Un factor preciso en la capacidad de afrontar situaciones de estrés, por lo que, la función de la inteligencia emocional cumpliría un papel importante en el uso de diferentes estilos de afrontamiento ante situaciones estresantes” (p. 12).

Para el cuarto objetivo específico se halló diferencias ( $p < .05$ ) entre los puntajes de inteligencia emocional en relación al sexo, en donde las mujeres tuvieron mayores niveles de gestión emocional. Tomando en cuenta el valor de significancia estadístico hallado, se aceptó la segunda hipótesis específica. De igual forma Calisaya (2022) al evaluar a jóvenes de Lima Centro encontró diferencias ( $p < .05$ ) según el sexo, en donde las mujeres presentaban mayores puntajes en las dimensiones de inteligencia emocional (atención, claridad y regulación) a comparación de los varones. Al respecto, Gartzia et al. (2018) mencionan que: “Las mujeres tienden a identificarse en mayor medida que los hombres con rasgos expresivos de identidad asociados a competencias de IE y que dicha identificación media parcialmente la relación entre el sexo y la IE” (p. 22).

Para el último objetivo específico se halló diferencias ( $p < .05$ ) entre los puntajes del estilo de afrontamiento enfocado al problema en donde las mujeres presentan mayor uso de dicho estilo en comparación a los varones, aceptándose la tercera hipótesis específica. Mientras que Cresto (2022) halló diferencias en relación al sexo en universitarios de San Juan de Lurigancho, en donde las mujeres presentaron mayores puntajes en los estilos enfocado a la emoción. Por lo tanto, se podría decir

que los estilos enfocados al problema y enfocados a la emoción son los estilos que suelen tener mayor prevalencia de uso por parte de las mujeres en comparación de los varones, aunque sería conveniente realizar investigaciones con una mayor población para poder corroborar dicha premisa.

## 5.2. Conclusiones

- En cuanto al objetivo general, se halló que la inteligencia emocional presenta una relación directa, de nivel bajo y muy bajo y estadísticamente significativo con los estilos de afrontamiento enfocados al problema y enfocados a la emoción; y una relación indirecta, de nivel bajo y estadísticamente significativo con otros estilos de afrontamiento (también conocido como estilos no productivos).
- En cuanto al primer objetivo específico, se halló que el 24.2% (93) de la muestra de jóvenes de Lima presentan un nivel bajo de inteligencia emocional, el 44.2% (170) un nivel medio y el 31.7% (122) un nivel alto.
- Para el segundo objetivo específico se observó que los estilos de afrontamiento activo, planificación y postergación del afrontamiento son los estilos más utilizados por los jóvenes. Mientras que los estilos acudir a la religión y conductas inadecuadas son los estilos menos usados.
- En relación al tercer objetivo específico se halló que las dimensiones de inteligencia emocional (valoración de las propias emociones, valoración de la emoción de los demás, uso de la emoción, regulación de la emoción) presentan correlaciones directas ( $p < .05$ ) con los estilos de afrontamiento enfocados al problema y enfocados a la emoción, mientras que con otros estilos de afrontamiento presentó correlaciones indirectas ( $p < .05$ ).

- Para el cuarto objetivo específico se halló que existe diferencias ( $p < .05$ ) entre los puntajes de inteligencia emocional en donde las mujeres puntuaron más alto.
- Para el quinto objetivo específico se encontró diferencias ( $p < .05$ ) entre los puntajes del estilo de afrontamiento enfocado al problema, el cual es más utilizado por las mujeres.

### **5.3. Recomendaciones**

- Tomando en cuenta los resultados, se recomienda a los profesionales de la salud considerar la inteligencia emocional como un factor protector que podría favorecer en los jóvenes utilizar estilos de afrontamiento enfocado al problema y a la emoción ante las demandas estresantes. Por lo tanto, es crucial trabajar las capacidades de inteligencia emocional desde las aulas en los colegios, instituciones y universidades, por medio del entrenamiento de la inteligencia emocional.
- Se sugiere realizar una estandarización de los instrumentos utilizados en una muestra amplia de jóvenes de Lima Metropolitana, para poder contar con baremos de calificación de dichas pruebas.
- Se sugiere replicar la investigación en población de adultos mayores, pues es una de las poblaciones en donde no existe muchas investigaciones sobre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento.
- Se recomienda ampliar la cantidad de participantes, para ello se podría incluir en la evaluación a jóvenes de otras regiones del país para poder tener un panorama mayor sobre la asociación entre ambas variables.

## **REFERENCIAS**

- Aldave, T. (2020). *Propiedades psicométricas de la escala de inteligencia emocional de Wong y Law en colaboradores de una empresa de Trujillo* [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/44710>
- Añorga, R. (2020). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de la facultad de educación de una universidad de Lima* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/43484>
- Aradilla, A. y Sábado, J. (2006). Efectos de un programa de educación emocional sobre la ansiedad ante la muerte en estudiantes de Enfermería. *Enfermería Clínica*, 16(6), 321-326.
- Bar-On, R. (2000). *Emotional and social intelligence. Insights from the emotional quotient inventory*. Tea Editions.
- Bar-On, R. (2018). *EQ-i:YV. Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn: version para jóvenes*. TEA Ediciones.
- Beldoch, M. (1964). *Sensitivity to expression of emotional meaning in three modes of communication*. McGraw-Hill.
- Bermúdez, J. (1996). *La personalidad en acción*. Paidós.
- Bisquerra, K. y Pérez, L. (2007). Las Competencias Emocionales. *Educación XXI*, 10(1), 61-82. <https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.
- Brannon, L., Feist, J. & Updegraff, J. (2013). *Health Psychology: An Introduction to Behavior and Health*. Eighth Edition.
- Browne, M. & Cudeck, R. (1993). *Testing Structural Equation Models*. Sage.

- Cadena, S. (2012). *Estilos de afrontamiento en mujeres diagnosticadas con cáncer de mama* [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio de la Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/1752>
- Calisaya, A. (2022). *Inteligencia emocional y ansiedad rasgo – estado en jóvenes de Lima Centro tiempos de Covid-19* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1875>
- Carver, C., Hill, A. & Connor-Smith, J. (1989). Personality and coping. *Annual review of Psychology*, 61, 679-704.
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima* [Tesis de pregrado no publicada]. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Coon, D. y Mitterer, J. (2010). *Introducción a la psicología: El acceso a la mente*. Cengage Learning
- Cresto, I. (2022). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de San Juan de Lurigancho* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/2007>
- De la Fuente, J., Martínez-Vicente, J., Salmerón, J., Vera, M. & Cardelle-Elawar, M. (2016). ActionEmotion Style, Learning Approach and Coping Strategies, in Undergraduate. *Anales de Psicología*, 32(2), 457-465.
- Epstein, S. (1998). *Constructive thinking. The key of emotional intelligence*. Praeger.
- Fierro, A. (1996). *Manual de psicología de la personalidad*. Planeta.

- Folkman, S. & Lazarus, R. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219-239.
- Folkman, S. & Moskowitz, J. (2004). Coping: Pitfalls and Promise. *Annual Review of Psychology*, 55(1), 745-774.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Basic Books.
- Gartzia, L., Aritzeta, A., Balluerka, N. & Barberá, E. (2018). Inteligencia emocional y género: más allá de las diferencias sexuales. *Anales de Psicología*, 28(2), 567-575. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.28.2.124111>
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Kairos.
- Gómez, M., Gordillo, M., Sánchez, S. y Gordillo, I. (2012). Análisis del comportamiento emocional en alumnos de psicopedagogía. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 263-276.
- González, R. y Villanueva, L. (2014). *Recursos para educar en emociones. De la teoría a la acción*. Pirámide.
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Springer.
- Lazarus, R. (1983). *Costs and benefits of denial*. International Universities Press.
- Lazarus, R. (2000). *Estrés y Emoción: Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Desclée de Brouwer.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- Leuner, B. (1966). Emotional intelligence and emancipation. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 15, 193-203.

- Limonero, J., Fernández-Castro, J., Tomás-Sábado, J. & Aradilla, A. (2009). Relación entre inteligencia emocional percibida, estrategias de afrontamiento y felicidad. *Revista Avances en el estudio de la inteligencia emocional*, 2(3), 295-300.
- Lunahuana, M. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada* [Tesis de pregrado, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio de la Universidad San Martín de Porres. [https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4254/lunahuana\\_rcr.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4254/lunahuana_rcr.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Mayer, J. & Salovey, P. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Melo, D. & Martínez, L. (2021). *Inteligencia emocional percibida en estudiantes de un programa de enfermería en Bogotá a través del método Spanish Modified of the Trait Meta-Mood Scale TMMS-24* [Tesis de pregrado, Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales]. Repositorio de la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales. <https://repository.udca.edu.co/handle/11158/4367>
- Merino, C., Lunahuaná-Rosales, M. & Pradhan, K. (2016). Validación estructural del Wong-Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS): Estudio preliminar en adultos. *Liberabit*, 22(1), 103-110.
- Moltalvo, A. & Simancas, M. (2019). Estrés y estrategias de afrontamiento en educación superior. *Panorama Económico*, 27(3), 655-674.
- Montenegro, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Tzhoecoen*, 12(4), 449-461.
- Moscol, G. (2020). *Inteligencia emocional y percepción del estrés en colaboradores de una empresa de venta por catálogo – Lima Perú – 2020* [Tesis de pregrado,

Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56852/MoscolUGA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ocaña, G. (2021). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento del personal asistencial frente a la pandemia COVID-19. Micro Red San Ignacio, 2021* [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/75987>

Olga, G. & Terry, L. (1997). *Superar el estrés*. Pirámide.

Oros, L. & Vogel, G. (2005). Eventos que generan estrés en la infancia: diferencias por sexo y edad. *Enfoques*, 17(1), 85-101.

Otayza, L. (2021). *Relación entre la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en alumnos de un programa de becarios de una universidad privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/9643>

Perea, R. (2002). Educación para la salud, reto de nuestro tiempo. *Educación XXI*, 4, 15-40.

Plataforma Digital Única del Estado. (2021, enero). *Minsa advierte que la tasa de suicidio está en aumento en el Perú*. Gob.pe. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/490446-minsa-advierete-que-la-tasa-de-suicidio-esta-en-aumento-en-el-peru>

Puigbó, J., Edo, S., Rovira, T., Limonero, J. & Fernández-Casro, J. (2019). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el afrontamiento del estrés cotidiano. *Ansiedad y Estrés*, 25(1), 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.01.003>

- Rector, N. & Roger, D. (1997). The stress buffering effects of self-esteem. *Personal and Individual Differences*, 23, 799-808.
- Romero, M. (2008). La Inteligencia Emocional: abordaje teórico. *Anuario de psicología clínica y de la salud*, 4, 73-76.
- Ruiz, L., Redondo, M. & Martínez, R. (2021). La inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento de las mujeres desplazadas víctimas del conflicto armado. *Anuario de Psicología Jurídica*, 32, 87-93.  
<https://doi.org/10.5093/apj2021a24>
- Sarason, I. & Sarason, B. (2006). *Psicología anormal: El problema de la conducta inadaptada*. Pearson Educación.
- Segura, C. (2021). *Inteligencia emocional – social, estrés y rendimiento académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana* [Tesis de doctorado, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón.  
<http://hdl.handle.net/20.500.11955/927>
- Selye, H. (1936). Syndrome produced by Diverse Nocuous Agents. *Journal Nature*, 138, 32-38. <https://doi.org/10.1038/138032a0>
- Shah, T. & Thingujam, Y. (2008). Perceived Emotional Intelligence and Ways of Coping among Students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(1), 83-91.
- Tabachnick, B. & Fidell, L. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5ª ed.). Allyn and Bacon.
- Thorndike, E. (1920). Intelligence Examinations for College Entrance. *The Journal of Educational Research*, 5(1), 329-337.  
<https://doi.org/10.1080/00220671.1920.10879060>

Vásquez, C., Crespo, M. y Ring, J. (2000). *Estrategias de afrontamiento*. Masson Editors.

Wechsler, D. (1940). Non-intellective factors in general intelligence. *Psychological Bulletin*, 37, 444-445.

Wong, C. & Law, K. (2002). The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: An exploratory study. *Leadership Quarterly*, 13(3), 243-274.

## **ANEXOS**

## Anexo 1. Matriz de Consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
¿Existe relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022?	<p>Objetivo general:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar la relación entre inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.</li> </ul> <p>Objetivos específicos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar el nivel de inteligencia emocional en adultos jóvenes de Lima, 2022.</li> <li>2. Identificar la prevalencia de los estilos de afrontamiento al estrés en jóvenes de Lima, 2022.</li> <li>3. Identificar la relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.</li> <li>4. Comparar la inteligencia emocional en función al sexo en los adultos jóvenes de Lima, 2022.</li> <li>5. Comparar los estilos de afrontamiento al estrés en función al sexo en los adultos jóvenes de Lima, 2022.</li> </ol>	<p>Hipótesis general:</p> <p>HG: La inteligencia emocional se relaciona significativamente con el afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• He1: Existe relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022.</li> <li>• He2: Existe diferencias en los niveles de la inteligencia emocional en función al sexo en los adultos jóvenes de Lima, 2022.</li> <li>• He3: Existe diferencias en los estilos de afrontamiento al estrés en función al sexo en los adultos jóvenes de Lima, 2022.</li> </ul>	<p>Variable 1: Inteligencia emocional.</p> <p>Dimensiones:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valoración de las propias emociones.</li> <li>2. Valoración de la emoción de otros.</li> <li>3. Uso de la emoción.</li> <li>4. Regulación de emoción.</li> </ol> <p>Variable 2: Afrontamiento al estrés.</p> <p>Dimensiones.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Estilo enfocado a la emoción.</li> <li>2. Estilo enfocado al problema.</li> <li>3. Otros estilos de afrontamiento.</li> </ol>	<p>Tipo de investigación: Correlacional.</p> <p>Diseño de investigación: No experimental y la transversal.</p> <p>Población: Estuvo constituida por 1 226 045 adultos jóvenes residentes de Lima.</p> <p>Muestra: Quedo conformada por 385 adultos jóvenes de entre 18 y 25 años de edad que estudian y trabajan, la cantidad que fue obtenida a través de un proceso de muestreo no probabilístico.</p>



11	Me resulta fácil motivarme a mí mismo/a para hacer las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
12	Siempre me animo a mí mismo/a a intentar hacer las cosas lo mejor que puedo.	1	2	3	4	5	6	7
13	Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades razonadamente.	1	2	3	4	5	6	7
14	Controlo bastante bien mis propias emociones.	1	2	3	4	5	6	7
15	Siempre puedo calmarme con rapidez cuando estoy enfadado.	1	2	3	4	5	6	7
16	Tengo un buen dominio de mis propias emociones.	1	2	3	4	5	6	7

## **Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)**

### **Forma disposicional**

**Autores: Carver et al. (1989)**

**Adaptado por Casuso (1996)**

### **INSTRUCCIONES**

Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos QUE MAS USA. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

NUNCA            (NO)

SIEMPRE        ( SI )

1. Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema.
2. Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema.
3. Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema.
4. Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.
5. Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron.
6. Hablo con alguien sobre mis sentimientos.
7. Busco algo bueno de lo que está pasando.
8. Aprendo a convivir con el problema.
9. Busco la ayuda de Dios.
10. Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones.

11. Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.
12. Dejo de lado mis metas.
13. Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente.
14. Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema.
15. Elaboro un plan de acción.
16. Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades.
17. Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita.
18. Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema.
19. Busco el apoyo emocional de amigos o familiares.
20. Trato de ver el problema en forma positiva.
21. Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado.
22. Deposito mi confianza en Dios.
23. Libero mis emociones.
24. Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.
25. Dejo de perseguir mis metas.
26. Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema.
27. Hago paso a paso lo que tiene que hacerse.
28. Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema.
29. Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema.
30. Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.
31. Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema.
32. Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.

33. Aprendo algo de la experiencia.
34. Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido.
35. Trato de encontrar consuelo en mi religión.
36. Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros.
37. Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema.
38. Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado.
39. Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema.
40. Actúo directamente para controlar el problema.
41. Pienso en la mejor manera de controlar el problema.
42. Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema.
43. Me abstengo de hacer algo demasiado pronto.
44. Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema.
45. Busco la simpatía y la comprensión de alguien.
46. Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia.
47. Acepto que el problema ha sucedido.
48. Rezo más de lo usual.
49. Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema.
50. Me digo a mí mismo : "Esto no es real"
51. Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema.
52. Duermo más de lo usual.

### **Anexo 3. Asentimiento informado**

Buen día estimado(a) ciudadano(a):

Me presento ante usted, mi nombre es Solangel Jahaira Puppi Castro, tesista de la carrera de Psicología en la Universidad Autónoma del Perú, me encuentro realizando una tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Psicología. El objetivo es evaluar si existe relación entre inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en adultos jóvenes de Lima. La aplicación de las pruebas será realizada de forma virtual a través de este formulario.

Se le invita a completar el siguiente cuestionario si posee las características siguientes:

1. Ser de nacionalidad peruana.
2. Residir en Lima.
3. Tener entre 18 y 25 años.
4. Estar laborando y estudiando actualmente.

Los datos brindados serán tratados confidencialmente. Cualquier duda comunicarse a través del correo electrónico en mención: [solangel9816@gmail.com](mailto:solangel9816@gmail.com)

De aceptar participar en la investigación confirme su decisión en el siguiente apartado:

¿Brinda su consentimiento para participar en esta investigación?

- Acepto ( )
- No acepto ( )

## Anexo 4. Formulario de Google Forms

### Inteligencia emocional y Afrontamiento del estrés en adultos jóvenes de Lima, 2022

Buen día estimado(a) ciudadano(a):

Me presento ante usted, mi nombre es Solangel Jahaira Puppi Castro, tesista de la carrera de Psicología en la Universidad Autónoma del Perú, me encuentro realizando una tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Psicología. El objetivo es evaluar si existe relación entre Inteligencia emocional y el Afrontamiento del estrés en adultos jóvenes de Lima. La aplicación de las pruebas será realizada de forma virtual a través de este formulario.

Se le invita a completar el siguiente cuestionario si posee las características siguientes:

1. Ser de nacionalidad Peruana.
2. Residir en Lima.
3. Tener entre 18 y 25 años.
4. Estar laborando y estudiando actualmente.

Los datos brindados serán tratados confidencialmente. Cualquier duda comunicarse a través del correo electrónico en mención: solangel9816@gmail.com

De aceptar participar en la investigación confirme su decisión en el siguiente apartado:

Enlace del formulario:

URL:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe2e-5tUccafFHOoVT4wh8zRtk19eIWmPCAe8blv-ySU7KXSg/viewform?usp=sf link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe2e-5tUccafFHOoVT4wh8zRtk19eIWmPCAe8blv-ySU7KXSg/viewform?usp=sf_link)

## Anexo 5. Porcentaje de similitud de Turnitin

SOLANGEL PUPPI CASTRO 2

### INFORME DE ORIGINALIDAD



### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.usmp.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>repositorio.upch.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.upla.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.upn.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>www.dspace.uce.edu.ec</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>repositorio.upt.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>repositorio.uss.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>9</b>	<b>blog.gooloos.com</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>