



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN  
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE  
VILLA EL SALVADOR

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

**AUTORA**

JOSELYN ROSSMERY CONDORI PAZ

**ASESORA**

MG. ELIZABETH MAYORGA FALCÓN

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

DESORDENES EMOCIONALES, SU RELACIÓN CON LOS  
FACTORES DE RIESGO PARA LA SALUD Y CON EL DESARROLLO  
DE CONDUCTAS SALUDABLES

**LIMA, PERÚ, JULIO DE 2020**

## **DEDICATORIA**

La presente tesis la dedico a toda mi familia y amigos, principalmente a mi madre que ha sido un pilar fundamental en mi formación como profesional, por brindarme la confianza, consejos, oportunidades y recursos para lograrlo

## **AGRADECIMIENTOS**

A Dios por la vida, la salud y por permitirme tener a mi familia, por apoyarme en cada momento, excelencia en el desarrollo de esta tesis. Gracias por creer en mí y gracias a Dios por permitirme vivir y disfrutar de cada día

A mis profesores, por enseñarnos y dedicar su tiempo en formación personal y profesional. Especialmente a mi asesora Elizabeth Mayorga por enseñarme que ante las adversidades uno tiene que levantarse con más fuerza para seguir.

A mis amigos y amigas de salón de clase con quienes iniciamos y con quienes nos encontramos en este largo camino de 5 años y medio, por su amistad, fuerza y dedicación para lograr nuestros objetivos.

A la institución educativa, a su director, profesores y a sus estudiantes que colaboraron conmigo para el desarrollo de este proyecto. A la escuela de psicología, a sus encargados por brindarnos todas las facilidades, por enseñarnos que todo lo que queremos se consigue con esfuerzo, dedicación y amando lo que uno hace.

## ÍNDICE

<b>DEDICATORIA</b> .....	ii
<b>AGRADECIMIENTOS</b> .....	iii
<b>RESUMEN</b> .....	ix
<b>ABSTRACT</b> .....	x
<b>RESUMO</b> .....	xi
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	xii
<b>CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	
1.1. Realidad problemática.....	16
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	18
1.3. Objetivos de la investigación.....	19
1.3.1. Objetivo general.....	19
1.3.2. Objetivos específicos.....	19
1.4. Limitaciones de la investigación.....	19
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	
2.1. Antecedentes de la investigación.....	21
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	21
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	22
2.2. Bases teórico científicas.....	24
2.2.1. Inteligencia emocional.....	24
2.2.2. Estilos de afrontamiento.....	37
2.3. Definición conceptual de los términos básicos.....	54
<b>CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO</b>	
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	55
3.1.1 Tipo de investigación.....	55
3.1.2. Diseño de investigación.....	55
3.2. Población y muestra.....	55
3.3. Hipótesis de la investigación.....	57
3.4. Variables – Operacionalización.....	57
3.5. Método y técnicas de investigación.....	61

3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	67
---	----

**CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1. Resultados descriptivos e inferenciales.....	70
---	----

4.2. Contratación de hipótesis.....	75
-------------------------------------	----

**CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES**

5.1. Discusiones.....	83
-----------------------	----

5.2. Conclusiones .....	86
-------------------------	----

5.3. Recomendaciones.....	87
---------------------------	----

**REFERENCIAS**

**ANEXOS**

## LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de los participantes en la investigación.....	56
Tabla 2	Operacionalización de las variables inteligencia emocional.....	58
Tabla 3	Operacionalización de la variable estilos de afrontamiento.....	60
Tabla 4	Validez de constructo del Inventario de inteligencia emocional de BarOn.....	62
Tabla 5	Confiabilidad por consistencia interna.....	63
Tabla 6	Baremos generales de la inteligencia emocional.....	64
Tabla 7	Validez de constructo de Escala de estilos de afrontamiento ACS.....	65
Tabla 8	Confiabilidad por consistencia interna Escala de estilos de afrontamiento ACS.....	66
Tabla 9	Baremos generales de los estilos de afrontamiento.....	67
Tabla 10	Niveles de la dimensión intrapersonal.....	70
Tabla 11	Niveles de la dimensión interpersonal.....	70
Tabla 12	Niveles de la dimensión adaptabilidad.....	70
Tabla 13	Niveles de la dimensión estado de ánimo.....	71
Tabla 14	Niveles de la dimensión manejo del estrés.....	71
Tabla 15	Niveles de la inteligencia emocional.....	71
Tabla 16	Niveles del estilo resolver el problema.....	72
Tabla 17	Niveles del estilo referencia a otros.....	72
Tabla 18	Niveles del estilo no productivo.....	73
Tabla 19	Prueba de normalidad de la inteligencia emocional y sus dimensiones.....	73
Tabla 20	Prueba de normalidad de los estilos de afrontamiento.....	74
Tabla 21	Comparación de la inteligencia emocional en función del sexo.....	75
Tabla 22	Comparación de la inteligencia emocional en función de la edad..	76
Tabla 23	Comparación de la inteligencia emocional en función del año de estudio.....	77
Tabla 24	Comparación de los estilos de afrontamiento en función del sexo.	78

Tabla 25	Comparación de los estilos de afrontamiento en función de la edad.....	78
Tabla 26	Comparación de los estilos de afrontamiento en función del año de estudio.....	79
Tabla 27	Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento.....	80
Tabla 28	Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento.....	81

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1	Modelo estructural del Inventario de inteligencia emocional de Baron.....	63
Figura 2	Modelo estructural de la Escala ACS.....	66



# INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE VILLA EL SALVADOR

JOSELYN ROSSMERY CONDORI PAZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

## RESUMEN

Se tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador, contando con una metodología de tipo correlacional con diseño no experimental. La muestra fue de 356 estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria, donde el 54.2% fue de sexo femenino y el 45.8% masculino, con edades entre 14 a 17 años. Se aplicó el Inventario de inteligencia emocional de BarOn Abreviado y Escala de estilos de afrontamiento ACS. Los resultados muestran que para la inteligencia emocional el 21.9% fue alto, habiendo diferencias significativas según sexo y año de estudio; así mismo, para los estilos de afrontamiento, el 24.2% usa el estilo resolver el problema, el 23.9% referencia a otros y el 24.7% el estilo no productivo, teniendo diferencias estadísticamente significativas en función del sexo, edad y año de estudio. Finalmente, se encontró relación estadísticamente significativa de la inteligencia emocional con los estilos de afrontamiento resolver el problema ( $r_s=.346$ ;  $p<-.001$ ) y no productivo ( $r_s=-.291$ ;  $p<-.001$ ) en los estudiantes de cuarto y quinto año.

**Palabras clave:** inteligencia emocional, estilos de afrontamiento, adolescentes.

# EMOTIONAL INTELLIGENCE AND COPING STYLES IN FOURTH AND FIFTH YEARS OF HIGH SCHOOL STUDENTS OF VILLA EL SALVADOR

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

JOSELYN ROSSMERY CONDORI PAZ

## ABSTRACT

The objective was to determine the relationship between emotional intelligence and coping styles in fourth and fifth year high school students from Villa El Salvador, using a correlational methodology with a non-experimental design. The sample was of 356 fourth and fifth year high school students, where 54.2% were female and 45.8% male, with ages between 14 to 17 years. The ACS Abbreviated BarOn Emotional Intelligence Inventory and Coping Styles Scale was applied. The results show that for emotional intelligence 21.9% was high, with significant differences according to sex and year of study; likewise, for coping styles, 24.2% use the problem solving style, 23.9% refer to others and 24.7% the non-productive style, having statistically significant differences according to sex, age and year of study. Finally, a statistically significant relationship between emotional intelligence and coping styles was found to solve the problem ( $rs=.346$ ;  $p<-.001$ ) and non-productive ( $rs=-.291$ ;  $p<-.001$ ) in the students. fourth and fifth year.

**Keywords:** emotional intelligence, coping styles, adolescents.

# INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E ESTILO DE COPING NO QUARTO E QUINTO ANOS DE ALUNOS DO ALTO ESCOLAR DE VILLA EL SALVADOR

JOSELYN ROSSMERY CONDORI PAZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

## RESUMO

O objetivo foi determinar a relação entre inteligência emocional e estilos de enfrentamento em alunos do quarto e quinto anos do ensino médio de Villa El Salvador, utilizando uma metodologia correlacional com um desenho não experimental. A amostra foi de 356 alunos do quarto e quinto anos do ensino médio, sendo 54,2% do sexo feminino e 45,8% do masculino, com idades entre 14 e 17 anos. Aplicou-se a escala abreviada de ACS no inventário de inteligência emocional e a escala de estilos de enfrentamento. Os resultados mostram que para a inteligência emocional 21,9% foi alto, com diferenças significativas de acordo com sexo e ano de estudo; da mesma forma, para os estilos de enfrentamento, 24,2% usam o estilo de resolução de problemas, 23,9% referem-se a outros e 24,7% o estilo não produtivo, apresentando diferenças estatisticamente significativas de acordo com sexo, idade e ano de estudo. Finalmente, foi encontrada uma relação estatisticamente significativa entre inteligência emocional e estilos de enfrentamento para resolver o problema ( $r_s = ,346$ ;  $p < ,001$ ) e improdutiva ( $r_s = -,291$ ;  $p < ,001$ ) nos alunos. quarto e quinto ano.

**Palavras-chave:** inteligência emocional, estilos de enfrentamento, adolescentes.

## INTRODUCCIÓN

El presente informe fue desarrollado a partir del interés en la inteligencia emocional y el problema por el que podrían estar pasando los estudiantes de nivel secundaria al no haberla desarrollado, es decir, se dejan atrapar por sus emociones inadaptadas en ese contexto, cayendo en un desajuste comportamental, lo que significaría que se vería envuelto en una serie de consecuencias negativas por la falta de planeación sobre la expresión de dichas emociones, entonces, ver que a partir de ello los estudiantes podrían ganarse problemas por el déficit en su inteligencia emocional, tanto a nivel interpersonal, académico o de su propia percepción de sí mismo. de esta forma la inteligencia emocional al ser ese conjunto de habilidades o capacidades que le permiten a un individuo identificar, clasificar y saber si es pertinente o no actúan en base a ellas, va a representar una gran herramienta para responder bien a ese contexto, pero no si se tiene presente, se puede caer en acciones que luego generen arrepentimiento, por lo tanto, resulta necesario el desarrollo de investigaciones donde se analice a la inteligencia emocional y sus relaciones.

Otro de los temas que llamo la atención para el desarrollo del estudio es las consecuencias que pueden originarse a partir de la predominancia de ciertos estilos de afrontamiento en comparación de otros, ya que justamente se trataría de las principales herramientas para poder responder ante situaciones estresantes, problemas o cualquier clase de conflicto. Entonces intereso revisar la relación que podría estar presentando el desarrollo de inteligencia emocional con el uso apropiado o no de estos estilos de afrontamiento, dándole de esa forma mayores posibilidades al adolescente de alcanzar un mayor grado de ajuste, así mismo, la carencia de la inteligencia emocional podría orillarlos a preocuparse excesivamente y no adoptar una actitud proactiva para buscar solucionar esa situación demandando, cabe aclarar que estudios de dicha índole en adolescentes aun e reciente, por lo que en el presente informe se buscaría incrementar evidencia de ello.

El estudio de la inteligencia emocional lleva a pensar que a partir del control y gestión del área emocional, es mucho más factible responder de una forma apropiada frente a situaciones estresantes, de las cuales estos individuos salgan mejor parados.,

tanto en el ámbito académico como interpersonal, tendrían mayor chance de estar en una situación que les genere mayor beneficio, motivo por el cual el presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador, el cual fue trabajado en los siguientes capítulos que se detallan a continuación:

En el capítulo uno, se presenta todo lo referente a la descripción de la realidad problemática, donde se enfatiza en el problema de no desarrollar la inteligencia emocional y como ello puede estar vinculado con el uso del estilo de afrontamiento no productivo, por ello se identifica la pregunta de investigación; así mismo, se formulan los objetivos (general y específicos) del estudio, además de la justificación del estudio. Finalmente, se reportaron las principales limitaciones de la investigación.

En el capítulo dos, se desarrolla todo lo referente al marco teórico, en el cual se comenzó con los antecedentes de la investigación, tanto internacionales como nacionales; así mismo, se detalla todas las bases teóricas y científicas del estudio, donde se describe todo lo referente de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento. Finalmente, se identifican las definiciones básicas empeladas en el estudio.

En el capítulo tres, se identifica el tipo y diseño de investigación empleado. Así como la población y muestra a la cual fue aplicada los protocolos, se especifican los criterios de inclusión y exclusión; así como las hipótesis de la investigación. Se procede a colocar las definiciones conceptuales y operacionalizada de las variables, además de las técnicas e instrumentos de investigación. Finalmente, se cierra el capítulo dando un resumen del procedimiento de recolección y análisis de los datos.

En el capítulo cuatro, se presentan todo lo referente al análisis e interpretación de resultados, donde se comenzó con el reporte de los resultados descriptivos tanto de la inteligencia emocional como de los estilos de afrontamiento, después se realizó el análisis de normalidad de los datos donde se obtuvo que es una distribución no normal; además, se realizó el análisis de comparación en función a las variables sociodemográficas. Finalmente, se reportó el grado de relación entre la inteligencia

emocional y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de una institución educativa.

Finalmente, en el capítulo cinco, se desarrolla la discusión de la investigación, al realizar la contratación de los datos con los antecedentes, para pasar a las principales conclusiones y recomendaciones del estudio.

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

## 1.1. Realidad problemática

La adolescencia es una de las etapas en las que las personas se ven expuestas a constantes cambios en su ser, alterándose la forma como procesan la información que perciben del medio. Es por ello que en la etapa escolar es de gran importancia identificar los posibles cambios negativos que pueden estar presentando los escolares, en especial en las reacciones que experimentan al estar expuestos al cambio corporal y psíquico, como a las fuentes de tensión de su ambiente. La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco, 2020) señala que en el 60% de la población estudiantil a nivel mundial está siendo afectada por problemáticas de sanidad; así mismo, la Organización de Naciones Unidas (ONU, 2018) señalaron que el 46% de la población escolar a nivel mundial presenta dificultades en el aprendizaje, lo cual puede desencadenar diversos problemas actitudinales y emocionales en relación a su desarrollo personal, generando estudiantes retraídos, con dificultades para relacionarse y experimentar agrado por el ambiente educativo.

En América Latina, de la misma manera, los estudiantes se encuentran expuestos a diversas situaciones de tensión y cambios emocionales producidos por las propias adversidades que se pueden encontrar dentro y fuera del colegio. La Unesco (2020) señala que el 95% de alumnos se encuentran recibiendo las clases por la modalidad virtual, evidenciando dificultades para la comprensión de los contenidos, las escasas habilidades y competencias actitudinales que se le puede estar enseñando a los estudiantes, y el escaso manejo de situaciones sociales que se experimentaban en la interacción social con sus compañeros. El Banco Mundial de Salud (BMS, 2020) afirma que el panorama de confinamiento que se encuentran los estudiantes, a nivel mundial y en especial en Latinoamérica, está generando problemáticas inmediatas, como el escaso aprendizaje del contenido de educación impartida, la frustración de los alumnos por no poder comprender el material o las grandes cantidades de tareas excesivas.

Otra dificultad que experimentan los estudiantes es el constante acoso por parte de sus compañeros. En el Perú, el Ministerio de Educación (Minedu, 2017) reconoce que el 75% de estudiantes ha sido víctima de acoso escolar por algún miembro de



sus compañeros, desencadenado sentimientos negativos en los agredidos, como el presentar una baja autoestima, disminución en su rendimiento académico, conductas retraídas con amigos y familiares; influyendo en la vida diaria de los estudiantes, en especial en el acercamiento a las situaciones que le generan felicidad, reduciendo las habilidades para hacer frente a las tensiones de la vida diaria. Por lo general, los escolares víctimas de dificultades en el ámbito escolar mantienen poco acercamiento futuro al estudio, optando por buscar trabajo a temprana edad o instaurarse en el ambiente educativo con escasas herramientas para hacer frente a los deberes y obligaciones académicas.

La inteligencia emocional es concebida como el conjunto de habilidades y herramientas que van desarrollando las personas a lo largo de su vida, con la finalidad de lograr controlar reacciones que son emanadas por los diferentes cambios que puedan ocurrir en su contexto; ya sea del exterior como pueden ser los cambios medioambientales, o situaciones vivenciales anecdóticas; así como también pueden proceder de las reacciones internas de la persona, como las habilidades para tolerar el estrés, pensamientos repetitivos de situaciones pasadas o futuras, etc. Cuando los adolescentes cuentan con un desarrollo de las habilidades emocionales para hacer frente a las diversas situaciones de malestar que puede producir el ambiente, se reconocería mantiene adecuadas estrategias de afrontamiento a las tensiones (Maguiña, 2017).

El afrontamiento es un tema clave para la instauración de estrategias adecuadas para el aprendizaje educativo, manejando los efectos de los posibles estresores que se puede encontrar el estudiante en el día a día. Morales y Trianes (2015) señala que en España más del 20% de estudiantes evidenciaron niveles bajos de estrategias de afrontamiento al estrés, lo que desencadena dificultades para la resolución y manejo de problemas para un adecuado aprendizaje. Por otro lado, López y Ángeles (2015) identificaron que la relación del afrontamiento al estrés está muy ligado a las variables individuales que el estudiante mantiene para la adecuada gestión de sus emociones o pensamientos liberados ante situaciones de sobre carga académica o relaciones sociales negativas y punitivas.

Finalmente, es importante identificar de manera empírica las posibles reacciones que experimentan los estudiantes al encontrarse en situaciones de tensión, identificando cuales son las habilidades de afrontamiento e inteligencia emocional que utilizan para hacer frente a las dificultades académicas, y no involucrarse de manera negativa. Es por ello que se realiza la siguiente pregunta de investigación ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador?

## **1.2. Justificación de la investigación**

La investigación tuvo justificación teórica, ya que a partir de los análisis realizados se cuenta con nuevos datos sobre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en los adolescentes, siendo de esta forma que se genera mayor evidencia que puede ser empleada por otros investigadores para el análisis teórico de la naturaleza de cada variable, así como de la forma como se vinculan.

La investigación tuvo justificación metodológica, ya que se realizó un estudio piloto para el análisis de las propiedades psicométricas, siendo la validez de constructo y la confiabilidad por consistencia interna del Inventario de inteligencia emocional BarOn NA y la Escala ACS en los adolescentes de la institución educativa analizada.

Finalmente, la investigación tuvo justificación práctica, ya que a partir de los datos reportados en la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento, dicha información empírica puede ser recogida por otros profesionales para la elaboración y ejecución de programas que busquen reducir la problemática de los adolescentes en esa institución educativa.

### **1.3. Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

1. Describir los niveles de la inteligencia emocional y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador
2. Describir los niveles de los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador
3. Comparar la inteligencia emocional y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador en función del sexo y año de estudio
4. Comparar los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador en función del sexo y año de estudio
5. Establecer la relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador

### **1.4. Limitaciones de la investigación**

La investigación tuvo limitaciones en torno al acceso de antecedentes que buscaran la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en adolescentes, sin embargo, los datos encontrados igual fueron empleados en la discusión. Finalmente, se contó con limitaciones en la generalización de los resultados, ya que no se empleó la aleatorización de la muestra.

**CAPÍTULO II**  
**MARCO TEÓRICO**

## **2.1. Antecedentes de la investigación**

### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Rodríguez, Lujan, Díaz, Rodríguez y Gonzales (2018) desarrollaron un estudio con el objetivo de establecer la relación entre inteligencia emocional, satisfacción familiar y comunicación familiar en un grupo de adolescentes y jóvenes. Aplicaron como metodología un tipo correlacional con diseño no experimental. Su muestra fue conformada por 196 adolescentes y jóvenes, a quienes les aplicaron la Escala de inteligencia emocional, la Escala de satisfacción familiar y Escala de comunicación familiar. Sus resultados mostraron que había relación significativa entre la inteligencia emocional y la satisfacción familiar ( $r_s=.276$ ;  $p<.001$ ), también hubo relación significativa y múltiple ( $R=.435$ ;  $p<.001$ ) entre las tres variables. Concluyeron que a mayor presencia de inteligencia emocional en los adolescentes y jóvenes, mayor fue su satisfacción y comunicación familiar.

Espinoza, Guamán y Sigüenza (2018) desarrollaron un estudio con el objetivo de describir los estilos de afrontamiento en un grupo de adolescentes en distintas instituciones educativas en la ciudad de Cuenca, Ecuador. Contando con una metodología de tipo correlacional con un diseño no experimental-transversal. Contaron con una muestra de 1001 estudiantes con edades entre 16 a 19 años, siendo el 55% de sexo femenino y el 45% masculino. Aplicaron la Escala de estilos de afrontamiento para adolescentes y una ficha sociodemográfica. Sus resultados indicaron que el 36% utilizaba un estilo de afrontamiento productivo, el 36% un estilo referente a otros y el 21% un estilo no productivo. Concluyeron que predominantemente estaba presente el estilo productivo en los adolescentes.

López (2015) realizó un estudio con el objetivo de identificar los principales estilos de afrontamiento empleados por adolescentes que cursan estudios secundarios en España. Su metodología fue descriptiva de tipo aplicada y cuantitativa. Su muestra fue de 392 estudiantes de 3er y 4to año, con edades entre 14 a 16 años en la ciudad de Tenerife en España. Aplicó el Inventario de estilos de afrontamiento en solución de problemas una ficha sociodemográfica. Sus resultados indicaron que para los estilos de afrontamiento, el 36% usaba productivo, el 34%

referente a otros y el 30% no productivo, resultando ser el más presente el estilo productivo en los estudiantes de España.

Godoy (2017) realizó un estudio con el objetivo de establecer la relación entre inteligencia emocional y funcionamiento familiar en adolescentes que integraban familias numerosas y no numerosas. Aplicaron una metodología de tipo correlacional con un diseño no experimental-transversal. Su muestra fue de 174 adolescentes y jóvenes, de los cuales el 71.6% fue de sexo femenino y 28.4% masculino. Utilizó la Escala de inteligencia emocional TMMS-24 y la Escala de evaluación de la cohesión y adaptabilidad FACES-20. Sus resultados indicaron que había relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el funcionamiento familiar. Concluyó que los adolescentes y jóvenes con mayor inteligencia emocional, presentaron mejor inteligencia emocional.

Días, Bastos, Marzo y García del Castillo (2015) desarrollaron una investigación con el objetivo de establecer la relación entre inteligencia emocional, calidad de vida y bienestar subjetivo en adolescentes de escuelas públicas en Portugal. Con una metodología de tipo observacional con un diseño no experimental. Su muestra fue de 619 adolescentes con edades comprendidas entre los 12 a 18 años de escuelas públicas en Portugal. Aplicaron el Cuestionario de regulación emocional, el Test de bienestar subjetivo y el Cuestionario de calidad de vida. Sus resultados indicaron que existe asociación entre la inteligencia emocional con la presencia de calidad de vida y bienestar subjetivo en los adolescentes analizados.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Novoa (2019) desarrolló una investigación que tuvo como objetivo identificar la relación entre inteligencia emocional y satisfacción familiar en adolescentes de Lima, con una metodología de tipo correlacional y de diseño no experimental-transversal. Su muestra fue de 331 adolescentes con edades entre 12 a 17 años, siendo el 52% femenino y 48% masculino. Aplicó el Inventario de inteligencia emocional NA y la Escala de satisfacción familiar. Sus resultados para la variable satisfacción familiar fueron que el 17.2% era alto; así mismo, para la inteligencia emocional el 20.5% fue alto. Además, encontró diferencias significativas en función del sexo, pero no en

función de la edad y año. Finalmente, no encontró relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Concluyó que a mayor presencia de inteligencia emocional tenían los adolescentes, fue mayor su satisfacción familiar.

Morán (2019) desarrolló una investigación con el objetivo de establecer la relación entre los rasgos de personalidad y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes que asisten a dos instituciones educativas en Villa El Salvador. Su metodología fue de tipo correlacional con un diseño no experimental-transversal. Su muestra fue conformada por 433 estudiantes de una institución educativa, de la cual el 53.3% fue femenino y el 46.7% masculino, con edades entre los 14 a 16 años, siendo de cuarto y quinto año de secundaria. Inventario de personalidad JEPI y la Escala de estilos de afrontamiento ACS. Sus resultados mostraron que el 14.1% empleaba el estilo resolver el problema, en el estilo referencia a otros el 14.5% era alto y en el estilo no productivo el 13.2% era alto. Encontró que en los estilos de afrontamiento no había diferencias significativas en función del sexo y edad. Finalmente, encontró que había relación positiva entre los rasgos de personalidad (extroversión) con los estilos resolver el problema y referencia a otros.

Ponce (2018) desarrolló una investigación con el objetivo de establecer la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada en Lima. Con una metodología de tipo correlacional y un diseño no experimental. Su muestra fue de 168 estudiantes de tercer y cuarto ciclo universitario. Aplicó la Escala de inteligencia emocional el Cuestionario de estilos de afrontamiento CSQ. Sus resultados indican que para la inteligencia emocional el 23% fue alto; mientras que en el estilo de afrontamiento, el 21% empleaba valoración de las propias emociones, 20% valoración de las emociones de otros, 23% el estilo uso de las propias emociones y en 22% de los estudiantes tenían un nivel alto en el estilo regulación de emociones. No encontró relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en los universitarios de una universidad privada de Lima.

Valdez (2018) desarrolló una investigación con el objetivo de analizar los estilos de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa con buena y mala percepción del clima social familiar en Lima. Contó con una metodología de tipo

observacional con un diseño no experimental-transversal. Su muestra fue de 400 estudiantes de una institución educativa, con edades entre 13 a 17 años, siendo el 44.3% de sexo masculino y el 55.8% femenino. Aplicó la Escala de afrontamiento para adolescentes ACS y la Escala de clima social familiar FES. Sus resultados indicaron que el 17.8% empleaba la búsqueda de apoyo, el 17.5% se auto inculpaba y evadía el problema, el 17.0% tenía una acción positiva y esforzada, y el 13.5% usaba la acción positiva hedonista. No encontró diferencias significativas según sexo y año de estudio. Para el clima social familia el 19% era nivel alto. Concluyó que los estudiantes que percibían de forma negativa su clima social familiar, empleaban el estilo auto inculparse y evadir el problema.

Velázquez (2016) realizó un estudio con el objetivo de establecer la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa en el Callao. Su metodología fue correlacional con un enfoque cuantitativo y de diseño no experimental. Su muestra fue 132 adolescentes con edades entre 15 a 17 años. Aplicó el Test de inteligencia emocional TMMS-24 y la Escala de afrontamiento para adolescentes ACS. Sus resultados indicaron que para la inteligencia emocional el 9.2% fue alto, en los estilos de afrontamiento, el 73.3% moderado en resolución de problemas, en referente a los demás el 10.8% alto y en no productivo el 19.2% en alto. Finalmente, no encontró relación significativa entre a la presencia de inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en los adolescentes de la institución educativa del Callao.

## **2.2. Bases teórico científicas**

### **2.2.1. Inteligencia emocional**

#### **Definiciones**

La inteligencia emocional alude a un conjunto de conceptos los cuales van a estar en función al dominio del campo emocional, del cual los sujetos se encuentran teniendo una mayor chance para poder abarcar sus actividades sociales, consiguiendo muchas veces mejores resultados que los que tendrían en caso se dejen guiar por todo su estado emocional, el cual frente a estas ocasiones podría



estar siendo de ira y frustración, de esta forma es como cada uno de estos sujetos va a tener que manejarse de mejor forma ante todas estas situaciones y se vea ,mucho más complacido con su propia actuación cuando identifica como esta su estado emocional y dependiendo de ello va a velar por sus propios sentimientos para encontrarse en frente a una retroalimentación social que realmente espera, por todo ello una aproximación al concepto de inteligencia emocional debe de considerar la toma de consciencia de las reacciones emocionales para no caer en el uso de acciones que puedan perjudicar a las personas a su alrededor (Maya, 2003).

La inteligencia emocional es ese conjunto de capacidades que le brindan a las personas mayor empatía, pues no se centran solo en la búsqueda de placer personal a partir de la liberación de la ira, sino que en estos casos cada uno de esos sujetos comenzaría a sentir que tiene la capacidad necesaria para poder expresarse considerando los sentimientos de las personas a su alrededor, de tal forma que todos ellos lleguen a sentirse bien consigo mismos y todo ello constituya una ocasión deseable para ambos. De esta forma el concepto de la inteligencia emocional incluye tanto el autocontrol como la presencia de empatía, siendo los dos ejes centrales con los cuales cada individuo va a realizar los esfuerzos necesarios para poder estar a la par con otras personas, sin caer en rutinas que puedan estar perjudicándolos. Todas estas capacidades son las que se encuentran presentes en los casos donde se denomina a personas con mayor inteligencia emocional por lo que se llegaría a asumir que ese sería el término a través del cual se englobarían cada uno de estas situaciones en todos ellos (Chóliz, 2005).

Para (García y Giménez, 2010) la inteligencia emocional es comprendida como un conjunto de capacidades que repercuten a nivel emocional y social, primero porque llevar a las personas a tener mayor consciencia sobre sí mismos, es decir sobre que están experimentando en su cuerpo y luego ellos se encontrarían controlándose mejor para poder expresarse frente a otras personas, por todo estos casos es que los individuos verían su propia conducta alimentada por la presencia de dichas ideas y sintiéndose cada vez más afortunado por tratar de conseguir un mayor logro personal. Se consigue mayor ventaja social cuando se identifica el propio estado emocional, ya que se puede anticipar una posible respuesta desadaptativa, lo que claramente conduciría a cada una de estas personas hacia un conjunto de nuevos problemas

bajo los cuales ellos estarían frustrados luego, pues sabrían que han obrado mal pero su estado emocional fue el que los controló y su conducta reprochable ya habría sido vista; sin embargo, al tener mayor inteligencia emocional cuentan con más herramientas para frenarse, saber que lo que hacen es incorrecto y con todo ello expresarse de una forma mucho más oportuna en estos casos (García y Giménez, 2010).

En cada uno de los casos donde tanto niños como adolescentes logran estar en una situación bajo la cual pueden manejar mejor sus situaciones interpersonales, teniendo un mayor control sobre sí mismo y la expresión de sus emociones se veía la facilidad con la cual pueden estar manejando sus situaciones interpersonales. Es en estas situaciones donde el concepto de inteligencia emocional sería utilizado para describir aquella virtud que estas personas han alcanzado para poder desempeñarse con propiedad en la sociedad, y se mucho más reflexivos en las acciones que utilizan, viéndose también una mayor competitividad en el dominio de sus propias emociones, lo que les da ventaja en el manejo del estrés. Algo a resaltar en el concepto de la inteligencia emocional es el optimismo que manifiestan cada uno de estos individuos, los cuales se encontrarían sintiéndose con mucha mayor facilidad para encarar a cada una de esas situaciones. El interés social de ellos nacería de no perjudicar a los demás, pues son conscientes de esta situación en la cual al estar controlados por un estado emocional intenso pueden tornarse impulsivos y contestar con palabras que hieran a alguien o actividad motora que pueda dejarse una gran marca a alguien, siendo una respuesta no planificada e incompatible a una situación en la cual ellos van a tener que sentirse cada vez más satisfechos consigo mismos (Elías, Tobías y Friendlander, 2000).

El concepto de inteligencia emocional también puede ser comprendido desde la postura de control social, pues es lo que estas personas logran obtener tras dominar el campo de sus emociones, el cual no debe confundirse con decidir que experimentar, sino el de diferenciar entre una situación en la cual se siente tenso y ello puede influenciar en que quiera agredir a las personas a su alrededor, pero en realidad ello no esté ocurriendo y sea una mera interpretación de él. Es decir que este concepto trata de describir principalmente a las personas que no se dejan manejar por sus emociones, las reconocen como tal, siendo parte de ellos, pero no el todo y

por lo tanto dejarían a su juicio el decidir si realmente deberían de responder de esa forma o de otra, por todo ello es que se van a sentir sumamente más envueltos en sus experiencias personales y conseguir una respuesta más favorable ante cada una de estas eventualidades. La inteligencia emocional es aquellas habilidades que permiten identificar el propio estado emocional, clasificarlo como apropiado o inapropiado y a partir de ello decidir cómo se va a expresar socialmente, dándole la posibilidad de mejorar sus respuestas personales (Céspedes, 2001).

Para Novoa (2019) la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades aprendidas que tienen un principal origen en la interacción con los miembros de la familia, al punto que cada uno de ellos va a ser el modelo que lo lleve a gestionar sus emociones y a sentirse preparado para conversar sin rabieta ni pataletas, siendo la satisfacción que consiga por parte de la propia familia la que le ofrezca la oportunidad de sentirse cada vez más motivado hacia poder involucrarse más en sus experiencias y eventos personales. De esta forma en la adolescencia los chicos tienen una mayor habilidad para expresarse ante las personas a su alrededor, sintiéndose capaces de manejarse en todo momento y siendo ellos los que van a poder expresarse apropiadamente ante los demás. Al tener un ambiente familiar mucho más apropiado y que se vincule con la familia idealizada del adolescente, le da una especie de soporte bajo el cual no se sentirá desamparado, llevándolo a obtener una especie de fortaleza para que así las emociones no representen algo negativo para él (Novoa, 2019).

### **Modelo teórico de inteligencia emocional de BarOn**

El modelo de BarOn (1997) explica la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades que mantienen las personas para reconocer y hacer frente a sus propias emociones, de tal modo que permite identificar reacciones y verbalizaciones negativas internas, con el fin de obtener datos individuales sobre el actuar de las personas al encontrarse expuestos a dificultades para el manejo de conductas cuando se está bajo una liberación de emociones intensas. No todas las personas cuentan con un manejo de emociones o un desarrollo de la inteligencia emocional adecuado, por lo que el modelo de BarOn explica que existen ciertos componentes que integran la inteligencia emocional, estos componentes van relacionados des de las propias

características propioceptivas de la persona, como los modelos internos; hasta un repertorio más social, donde el medio al que la persona se encuentre expuesto va a determinar el funcionamiento óptimo de una inteligencia emocional, dirigiendo las competencias de los estudiantes a una adaptación y resolución de problemas idónea según su repertorio de conductas emocionales y sociales. Requiriendo el uso de adecuadas habilidades de interacción que impliquen un mejor manejo de las emociones del individuo a tal punto que le genere diversas consecuencias positivas en su medio de desarrollo (Baron, 1997).

Entonces, en base a lo anteriormente señalado, reconoce que la inteligencia emocional se puede comprender bajo la premisa de cinco componentes, los cuales incluyen comportamientos internos y autonómicos propio del sistema fisiológico, comportamientos emocionales liberadores de cogniciones desagradables. El primer componente es la habilidad de reconocer las emociones y sentimientos de las demás personas, valorando las emociones de otros; el segundo componente, de modo inverso, consiste en la capacidad que tiene el individuo para reconocer sus propios sentimientos y emociones, el cual le permite reconocerse a sí mismo, con una mayor autoimagen, asertividad, independencia y autoestima para su desarrollo personal. La adaptabilidad, otro componente, consiste en expresar las emociones de manera flexible con un bagaje muy amplio de resolución de problemas, teniendo en cuenta posibles cambios en su repertorio cognitivo, debido a que un comportamiento inflexible es más probable que logre enfrentarse a situaciones inmodificables que al final cambiar las cogniciones de las personas. El manejo del estrés, está relacionado al posible control de situaciones estresoras que incrementan la capacidad para modificar el ambiente como los elementos que liberen emociones o que no generen motivación; y el otro punto tienen que ver con el nivel de tolerancia que la persona tiene del estrés, es decir un nivel de umbral que todos contamos para soportar el malestar. Por último, el modelo cuenta un estado de ánimo a nivel general, en donde se evidencia conductas relacionadas a la felicidad y optimismo (BarOn, 1997).

### **Características de la inteligencia emocional**

Las personas que tienen mayor inteligencia emocional presentan una mayor ventaja social, para cada una de ellas resulta mucho más provechoso las nuevas

amistades que puedan hacer, pues difícilmente caen en conflictos, siendo en todos estos casos en los cuales van a tener que involucrarse en las experiencias en las cuales van a estar posicionados en frente de sus amistades y van a tener que reaccionar de forma agresiva, por lo general ellos van a tener la tranquilidad para comportarse a la altura, siendo sujetos que tendrán facilidad de palabra, lo que los conduciría a ver nuevamente en una situación provechosa bajo la cual encuentren mayor satisfacción personal al controlar sus impulsos y saber que sus reaccionando han generado perjuicio en las personas a su alrededor, es en cada uno de estos casos donde los sujetos se verían envueltos en cada una de estas situaciones lo que los llevaría a sentirse mucho más propensos a nuevamente estar siendo perjudicados por sus reacciones negativas. Cuando se dejan guiar por sus estados emocionales intensos pueden cometer acciones que terminen resultando algo altamente toxico para las personas a su alrededor, las que terminarían alejando de él (Bueno, Teruel y Valero, 2005).

Las personas que tienen mayor flexibilidad en su pensamiento no caen en ideas irracionales a través de las cuales pueden ser las personas que van a ser individuos. Los adolescentes que logran encontrar una mayor presencia de inteligencia emocional consiguen una habilidad mayor para poder afrontar situaciones tensas, pues ellos no explotan así nomás, sino que se controlan, esperan hasta el momento adecuado para poder desenvolverse, siendo en esas situaciones en las cuales cada uno de estos sujetos se va a ver envuelto en estas experiencias, la inteligencia emocional es ese conjunto de habilidades en el cual estos sujetos se encontrarían teniendo múltiples cambios en los cuales van a sentirse cada vez más envueltos en dichas experiencias, siendo esos sujetos los que tendrían mayor resiliencia en esa situación. La flexibilidad cognitiva que ellos tienen les ofrecen mayor posibilidad de poder afrontar experiencias altamente estresantes, consiguiendo ser personas que van a sentirse cada vez más capaces de superar nuevos retos, de conseguir un desarrollo social apropiado por que no lastiman a las personas a su alrededor, ello tampoco quiere decir que se queda con sus pensamientos escondidos, sino que estos no aparecen con tanta intensidad por que los pensamientos no suelen propiciarlos, pues llegan a creer que frente a esa experiencia, debe de manejar mucho mejor esa situación (Páez y Castaño, 2014).

El estado de ánimo termina viéndose más beneficiado, por lo que resulta característico en estos adolescentes que entren en contacto con emociones positivas, que se sientan bien consigo mismos y de que consigan una retroalimentación apropiada de las personas a su alrededor, para todo ello es que estos individuos van a tener una posibilidad mucho mayor de superarse a sí mismos. El contacto con emociones positivas es por lo que a estos sujetos se les observa optimistas, alegres o por lo menos desestresados, pues saben cómo gestionarlas, en qué lugares liberarlas y en cuales no, lo que termina facilitando que todo ello vaya a darse de una forma mucho más contribuyente. Existen formas de liberarla y estas se terminan bien muchas veces en situaciones como el manejo de estas experiencias, en las cuales cada uno de estos individuos se va a sentir con mayor decisión personal. El entrar en contacto con emociones positivas les brinda a estos adolescentes que se rodeen de personas que van a contribuir con su autoconcepto, es decir que las relaciones tóxicas las haría a un lado y se centrarían en desarrollar aquellas relaciones en las cuales saben cómo manejarlas mucho mejor, en todos estos casos ellos se sienten mucho más optimistas (Palomera, Fernández y Brackett, 2008).

Otra característica de estos adolescentes es que terminan con mayor éxito social, justamente porque se les ve más confiables al mantener en buena medida su estado de ánimo, al controlarse y no perder de vista el objetivo que buscan, al mismo tiempo se les observaría a ellos que van a estar mucho más empáticos en comparación de quienes no han desarrollado inteligencia emocional. La empatía se da porque en estos casos los adolescentes estarían viendo que para realizar un movimiento no solo importan sus emociones, sino que también hay que considerar las emociones de las demás personas, esa perspectiva les da la oportunidad a ellos de tratar de comprender el estado emocional de las demás personas. Son personas empáticas y ello también les da un motivo para no explotar en contra de los demás, justamente porque ello les permite a ellos que se sientan más en torno a lo que estaría rodeándolo. De esta característica se podría desprender también la consideración que se observa en las personas con mayor inteligencia emocional, es decir que para tomar una decisión no solo importan sus propias necesidades, sino que también resultaría importante que es lo que los demás quieren (García y Giménez, 2010).

La característica anterior les ofrece a ellos otra gran característica, la cual es que se vallan a ver mucho mejor envueltos en experiencias en las cuales sabrán o como guiar a los demás. En las empresas se suele preferir a las personas que han desarrollado más su inteligencia emocional, pues en cada uno de esos casos estos individuos se van a ver mucho más animados para estas situaciones. se logra ser un mejor líder cuando se toma en consideración la opinión de todos los miembros del equipo, por ello mismo es que estos sujetos estarían sintiéndose cada vez mejor encaminados en estas experiencias, siendo en esos casos donde las decisiones que se tomen resultarían cada vez mejor y con mayor fortaleza en la elaboración de una tarea. Un verdadero líder no desprecia a los demás y sobre todo no tiene la necesidad de probar su superioridad, pues es seguro de sí mismo sin menospreciar a las personas que se encuentran alrededor de él, estas personas se encuentran en una posición en la cual van a estar manejando de una forma mucho más elaborada estas tareas (Buitrago, 2012).

Finalmente, algo característico de los sujetos con inteligencia emocional, sean niños, adolescentes o adultos es el optimismo que muestran, es decir va a resultar raro que se vea a una persona con inteligencia emocional que tenga expectativas negativas sobre algo, a la vez a estas personas se les puede observar con mayor asertividad, pues esperan que la persona con quien interactuar se va a portar a la altura. De esta forma tiene confianza cuando se enfrentan a un problema, lo que facilita que no caigan en un terribilísimo como si sucedería en otras personas, quienes al ser pesimistas creen que se encuentran bajo peligro, desencadenándose una mayor presencia de hostilidad. Ese optimismo también se ve complementado con una alta autoestima, se valoran a sí mismos y tienen un concepto de las personas a su alrededor recíproco, tiene personas de confianza y cuida que la relación con esta sea calidad, cordial y que se tengan respeto, pues no desea encontrarse en vínculos tóxicos o donde tenga que defenderse frecuentemente por los comentarios negativos (Yoney, 2001).

### **Factores protectores de la inteligencia emocional**

La inteligencia emocional es en ocasiones considerada como un elemento que le termina ofreciendo a las personas una mayor oportunidad para estar más cerca del

bienestar, alejando la posibilidad de que desarrolle problemas emocionales u se envuelva en otra clase de problemas. a menudo se suele decir que tener inteligencia emocional le permite a los adolescentes tener un contacto con experiencias mucho más positivas, siendo en cada una de estas situaciones donde lograrían encontrarse con situaciones las cuales van a saber cómo manejar, es por eso que en cada una de estas personas habrá un menor riesgo a caer en depresión, justamente porque no considera lo que ocurre a su alrededor es culpa de él, trata de ver todo como una oportunidad para aprender y cuando fracasa, no se culpa a niveles extremadamente altos, sino que estas personas van a sentirse cada vez más motivados. Tienen la perseverancia para lograr concretar sus metas, eso mismo les permite no caer tanto en fracasos lo que fortalece su autoconcepto y le da una mayor autoeficacia. De esta forma es como el término de inteligencia emocional también puede llegar a ser considerado como un elemento protector, inclusive contra los ataques que un adolescente puede sufrir en la escuela, justamente por la valoración que se tiene a sí mismo y en base a ello se defendería o solicitaría la ayuda necesaria (Hernández, 2018).

La inteligencia emocional suele asociarse con la resiliencia, siendo esta última el término que se suele emplear en aquellos chicos que tienen mayor fortaleza para poder aguantar situaciones adversas, resistiendo con perseverancia y manteniéndose en base a ello con todo el tiempo que se les viene. Para estas personas es que va a resultar altamente efectivo que se continúe aprendiendo de la situación en crisis, aunque para estas personas no llegaría a ser considerada con la misma dificultad que en las personas con menor inteligencia emocional, por ello mismos estos sujetos tendrán un mejor manejo de la situación adversa, peligrosa o de fracaso, siendo un elemento protector que puede mantener a los propios adolescentes centrados tanto en lo positivo como en lo negativo, en lugar de encerrarse solamente en sus propios pensamientos y entrar en el lamento interminable a partir de ello, otro de los aspectos importantes en estas personas es la presencia de sus emociones que van a resultar altamente adaptativas en estas circunstancias (Burga y Sánchez, 2016)



## **Influencia de la familia sobre la inteligencia emocional**

La inteligencia emocional termina siendo entendido principalmente como la habilidad que tienen ciertos sujetos sobre sus emociones, aunque siendo más específicos ello estaría referido a la presencia del manejo sus emociones, siendo la operacionalización de ello en las acciones que manifiesta, donde se le podría caracterizar por ser alguien ecuánime, que no pierde el control fácilmente y que no cae envuelto en emociones negativas, pero ello no debe ser confundido con una virtud inherente de la especie, pues no surge de esa forma, sino que cada uno de estos individuos se encontraría envuelto en una serie de experiencias que van a fortalecer de una u otra forma la expresión de sus emociones. Primero se debe de saber cómo reaccionar ante situaciones que escapan de sus capacidades, para ello en la infancia estos están a merced de los modelos familiares, por ello si observa que en su hogar las cosas se llevan muy mal, al punto de que frecuentemente sus padres entran en fuertes discusiones, se pelean constantemente y ello lo hace sentir cada vez más afectado, este sería un futuro adolescente con problemas para manejar sus emociones frente a situaciones hostiles, pues ello puede hacer que evoque los recuerdos de esos conflictos entre sus padres (Díaz, 2015).

Familia termina volviéndose uno de los principales contextos en los cuales los sujetos terminan mejorando su inteligencia emocional, estas experiencias pueden darle la oportunidad para que se vean mucho mejor manejados en esas situaciones. La familia puede contribuir en la confianza y seguridad que cada uno de los menores va a sentir de sí mismo, por ello es que la familia termina teniendo una gran influencia sobre cada individuo, le da la posibilidad de que se vea envuelto en estas situaciones. De que se sientan cada vez más protegidos por estas experiencias, que estos sujetos se sientan mucho más impulsados hacia el desarrollo de tales situaciones. Sobre todo, porque a esa edad presenta una alta dependencia hacia los padres, quienes guían hacia donde ira su desarrollo, además de los valores que más priorizada en su vida, siendo el inicio de muchos episodios desafortunados en algunos niños que los llevaran a verse mucho más en riesgo a padecer problemas de ansiedad (Trujillo, 2017).

## **Habilidades importantes en la inteligencia emocional**

Dentro de aquello que se suele denominar como inteligencia emocional se encontraría una serie de elementos que han sido desarrollados por parte de estos adolescentes. Quienes han desarrollado mayor inteligencia emocional tienen una mejor capacidad para identificar su estado emocional, pues se observa que en estas personas se puede encontrar que estos sujetos se sienten mucho más aptos cuando van a tener una expresión emocional. De esta forma es como se llegaría a observar que cada uno de estos individuos se van a sentir con mayor capacidad para poder expresarse ante los demás, de hecho, ello se da porque pueden comunicarse de una forma asertiva y se retiran cuando ven que su estado emocional puede llevarlos a cometer acciones de las cuales luego se van a estar lamentando, es de esa forma como cada uno de estos sujetos se van a sentir mucho más motivados para el desarrollo de esas situaciones. De esta forma es como los chicos con mayor inteligencia emocional tendrían entrenada la habilidad para identificar y clasificar sus emociones, considerando su grado de adaptabilidad frente a la situación a la cual están (Figuroa, 2017).

Otra de las habilidades desarrolladas en estos adolescentes con mayor inteligencia emocional es el grado de asertividad que ellos podrían manifestar frente a estas situaciones. Las personas que se encuentran envueltos en estas experiencias van a resultar mucho más perjudiciales frente a esa experiencia, en el caso de todos ellos podrán expresar su estado emocional sin caer en conflicto con los demás, sin atropellar sus derechos con lo cual estarían siendo mucho más favorecidos frente a cada una de esas situaciones, es de esa forma como estos sujetos tendrían mayor habilidad para poder expresar lo que piensan, desean o sus opiniones sin caer en la agresión a los demás, ello mismo les permite entrar en una mejor sincronía con la gente a su alrededor, con lo cual estaría viéndose como un sujeto que en esa experiencia va a saber cómo enfrentarla. El asertividad propicio que el vínculo social sea apropiado y a su vez se logra dar por que el adolescente es consciente de las emociones que más predominan en un momento determinado, por todo ello es que esos individuos se encontrarían mucho más perjudicados en esa situación (Villanueva, 2017).

## **Niveles de la inteligencia emocional**

La inteligencia emocional es definida como el conjunto de habilidades que presenta la persona para poder regular sus emisiones ante diversas situaciones desencadenantes de tensión, momentos irascibles, o situaciones de desesperanza, lo cual va a producir que la persona termine cayendo en un vacío existencial debido al no poder mantener las estrategias adecuadas para poder manejar las reacciones de sus emociones, percibiéndose como alguien con cualidades negativas, y por lo general, tienden a ser catalogados como personas problemas o con emociones reprimidas por el no haber desarrollado en su aprendizaje previo adecuadas formas para poder regular la expresión de sus emociones. Estas estrategias o inteligencia pueden ser instaurada por la familia, el medio social o las propias creencias que la persona ha ido formando a lo largo de su relación con las actividades y experiencias que mantiene en su historia de aprendizaje (Hernández, 2018).

En base a lo anterior, se pueden reconocer diferentes formas cómo se pueden expresar la inteligencia emocional, agrupándola en distintos niveles que van a caracterizar su presencia del control de reacciones emocionales impulsivas, o el descontrol que puede evidenciar las personas al encontrarse en diversas situaciones de tensión.

**Niveles altos:** al contar con un adecuado desarrollo de la inteligencia emocional las personas van a mantener diversas consecuencias positivas para su estilo de vida, de tal manera que puedan regular todo tipo de complicaciones o retos del entorno inmediato que pueden ser desagradables. Ante una situación de tensión, las personas con una inteligencia emocional desarrollada van a poder mantener estrategias adecuadas para poder solucionar el problema, contando con estrategias para poder conocerse a sí mismo, identificar cuáles son sus puntos débiles que pueden estar afectando la interdependencia con el entorno, de tal manera que pueda regular sus acciones previas o consecuentes para que no interfieran o incrementen el libre sentir de las emociones; asimismo, comprenden la reacción de las demás persona, con el fin de poder optar por estrategias oportunas para poder discutir con los términos más propicios.

Al mantener adecuados niveles de inteligencia emocional las personas van a poder percibir consecuencias positivas durante su vida, de tal manera que puedan resolver conflictos sin llegar a mayores altercados, regular diferentes reacciones que le pueden llevar a consecuencias negativas, ser ejemplo para su familia, amigos o seres queridos, transmitiendo un clima de confianza, serenidad y protección debido a que al manejar sus expresiones emocionales van a poder guiar a los demás en que opten por acciones positivas en su forma de actuar (Palomera, Fernández y Brackett, 2008).

**Niveles moderado:** los niveles moderados van a caracterizar a la persona a encontrarse en el intento por presentar adecuadas habilidades de regulación emocional, de tal forma que por ciertos momentos aún mantiene reacciones violentas y de impulsividad debido a una escasa solidificación de creencias adecuadas que solventen una justificación correcta de su forma de actuar, siendo el factor poco visible pero de mayor importancia para que la inteligencia emocional pase de encontrarse en niveles moderados a niveles altos y su práctica diaria a pesar de distintos contratiempos. Las personas que mantienen niveles moderados van a poder regular sus emociones con alternativas adecuadas en el momento presente, evidenciándose como una comprensión favorable de quien le pueda estar causando el malestar, pero se suelen perder al no ver refuerzo o consecuencias inmediatas de su actuar, recurriendo a un cierto tipo de control emocional.

**Niveles bajos:** el mantener niveles bajos de inteligencia emocional se van a traducir en escasas habilidades para poder gestionar las consecuencias que pueden presentar las personas al no controlar sus emociones intensas que pueden ser generadas por situaciones medio ambientales externas o dentro del círculo personal. Las características del actuar con bajos niveles de inteligencia emocional se van a relacionar con acciones impulsivas, con formas de actuar violentas y defendiendo a toda costa su visión o punto de vista sin tratar de quedar en acuerdo con los demás, por lo que al no poder convencer a otra persona en sus ideales va a optar por presionarlo u hostigarla hasta que cambien de parecer, careciendo de formas correctas para expresar sus sentimientos.

## **2.2.2. Estilos de afrontamiento**

### **Definiciones**

Los estilos de afrontamiento son entendidos como el conjunto de estrategias que son utilizadas por los adolescentes para hacer frente a estrés, comprendiéndose en estas todas aquellas situaciones en las cuales las personas van a estar viendo cómo manejar sus propias actividades, teniendo una mejor respuesta ante los demás, en cada una de estas situaciones el estrés aparece a partir que las personas sienten que la actividad los supera en sus habilidades, por lo que tendrían la percepción de pérdida del control de ese evento, bajo el cual podrían verse cada vez más envueltos a manejar cada una de esas situaciones. Los estilos de afrontamiento serían dicho conjunto con el cual todos ellos pueden hacerle frente, aunque algunos estilos podrían ser mucho más apropiados de realizar en una situación en comparación de la otra. El objetivo es reducir la presencia de estrés la cual pudo haberse originado por la valoración de la situación como desbordante por sus habilidades, teniendo que recuperar el equilibrio interno y saber cómo superar dicha situación. Los estilos pueden variar en la adaptabilidad que le permitan al adolescente conseguir, sobre todo cuando este se siente mucho más seguro en el alcance de sus logros personales (Chávez y Orozco, 2015).

Estilos y estrategias de afrontamiento se diferencian en que los primeros estarían incluyendo a los segundos, donde la presencia de las estrategias son aquellas acciones específicas que se realizan cuando se sienten en medio de una situación en la cual ha perdido el control, haciéndole creer que va a enfrascarse hacia un conjunto de problemas. Cada una de estas acciones puede llevar a las personas a sentirse mucho más envueltas en sus experiencias personales, aproximándoles hacia el alivio de la ansiedad y angustia como puede ser aislarse de los demás y evitar el contacto con el problema, lo que podría facilitarse sentirse relajado a corto plazo, pero a largo plazo lo estaría llevando a experimentar dificultades en torno a las situaciones personales que ira a manejar, en cada una de estas situaciones los individuos que verán su propia conducta tendrá que sentir que sus estrategias los llevan hacia una mejor resolución de esas situaciones; mientras que les de dicha solución ellos podrían comenzar a implementar con mayor frecuencia esas

estrategias de afrontamientos que quedarían englobadas en algunos estilos (Fernández, 2000).

Para Vanessa (2002) los estilos de afrontamiento son un conjunto de estrategias que los adolescentes toman en cuenta cuando se ven envueltos en una situación en la cual se sienten presionados, asustados y no saben cómo manejarla, es por ello que se sienten estresados y no saben cómo manejar esas eventualidades, siendo cada uno de ellos los que van a tener que experimentar el alivio de recurrir alguno de estos estilos para convencerse de que les conviene emplearlos. De esta forma cada uno de los estilos va apareciendo con mayor o menor predominancia en la vida cotidiana de las personas, comprendiendo que van a tener que manejar cada una de sus situaciones personales a la par que se encuentran envueltos en sus eventos nuevos, sintiendo que emplear estas acciones ellos podrían sobrepasar el evento complicado en el cual se encuentran inmersos, es para estos adolescentes que les convendría emplear un adecuado estilo de afrontamiento que se encuentre principalmente centrado en la resolución de problemas, de tal forma que consigan resolverlo con prontitud en lugar de pasar mucho tiempo sin manejarlo, a medida que se prolonga el manejo de los problemas, la angustia y estrés también se mantienen, lo que constituye algo negativo para él organismo.

Otra forma de entender a los estilos de afrontamiento va encaminada a las diferencias que muestran, pues no todos ellos se encuentran siendo positivos a emplear en todo momento, en ciertas ocasiones utilizar un estilo evitativo podría ayudar a la persona y darle mayor chance de adaptabilidad como por ejemplo que se encuentre en una situación en la cual el peligro resulte inminente y no sepa cómo enfrentar ese problema, con lo cual se encontraría mucho más perjudicado hacia el manejo de sus propia supervivencia, pero este mismo caso no resultaría adaptativo en una situación propia de la sociedad, donde regularmente se garantiza la seguridad de las personas y no habría porqué temer a que se padezcan ciertos peligros en ella, es más la presencia de las amenazas o toda falta contra la propiedad privada puede llegar a ser castigada por la ley, en esas situaciones de mayor control convendría más utilizar un estilo de afrontamiento que dirija los esfuerzos de las personas hacia la resolución del problema, que se encargue de que cada uno de ellos logre librarse lo

más pronto posible de esa situación que realmente le resultaría complicada (Samper, Tur, Mestre y Cortés, 2008).

Por parte de Moran (2019) los estilos de afrontamiento serían tres grandes grupos de acciones en las cuales se describe la forma con la cual cada persona actúa cuando se encuentra en una situación de estrés, es en todas estas eventualidades bajo la cual va a tener que sentirse frecuentemente envuelta en todas estas experiencias emocionales negativas, las cuales le dificultarían reaccionar con propiedad y por el contrario no se sienta tan bien al tratar de reflexionar cómo manejarla, por el contrario para estos individuos habría mucha mayor chance de que se sientan tranquilos recurriendo a sus grupos de apoyo, en los cuales puedan apoyarse sobre sus amigos y la carga de tensión disminuya. Estos estilos de afrontamiento son empleados para atenuar las consecuencias negativas de una actividad que resulta desbordante para el adolescente, haciendo que él se encuentre mucho más propenso hacia caer en la percepción de pérdida de control, siendo la pertinencia en la elección de su estilo de afrontamiento la que lo conduciría hacia estar mucho más influenciado hacia dicho camino.

Los estilos de afrontamientos son un concepto empleado para describir un conjunto de acciones a modo de estrategias con las cuales las personas estarían afrontando sus actividades, donde la demanda de estas en ocasiones superen sus recursos personales y por ello los lleven a experimentar estrés, por todos estos motivos es que en esos sujetos se experimentaría una mayor sensación de tensión para decidirse por alguna de estas alternativas en la búsqueda de nuevas soluciones para afrontar este tipo de eventualidades, para cada una de estas personas los momentos de mayor estrés podrían llevarlos a verse perjudicados por las situaciones ante las cuales no saben cómo manejar, sintiéndose vulnerables y si a ello se le agrega el uso de un estilo de afrontamiento improductivo o centrado en el aislamiento-aplazamiento, estas personas podrían experimentar un episodio de mucho estrés y angustia mientras intenta encontrar una mejor solución sin realmente plantear los esfuerzos necesarios para manejar este tipo de eventos (Macías, Madariaga, Valle y Zambrano, 2013).

## **Modelo teórico de los estilos de afrontamiento**

### **Modelo teórico de Frydenberg y Lewis**

El modelo teórico de Frydenberg y Lewis (1996) explica que el afrontamiento tiene lugar ante diversas fuentes de tensión o situaciones estresores, las cuales desarrollan un conjunto de habilidades o comportamientos dirigidos a salvaguardar la vida e integridad de la persona; de tal modo que estos comportamientos direccionen la conducta humana a una más gratificante, entendiéndola como una serie de estrategias que las personas aplican ante determinado estímulo para no verse afectada. El no contar con las habilidades de afrontamiento al estrés puede desencadenar un comportamiento inadecuado ante los eventos naturales que los sujetos se encuentra en su vivir diario; incrementando las falsas expectativas de presentar un trastorno psicológico, intensificando los síntomas negativos o favoreciendo en recaídas a anteriores problemas psicológicos. El afrontamiento cuenta con un conjunto de repertorios conductuales y cognitivos relacionados a brindar un equilibrio ante las situaciones a la que la persona se encuentra expuesta, dependiendo necesariamente del entorno donde se desenvuelve, como los posibles cambios en los eventos negativos centrándose en la experiencia y en la emoción que se puede vivir en ese momento, en lugar de actuar bajo las premisas emocionales, las cuales son consideradas como comportamientos más primitivos.

De otra manera, el afrontamiento puede estar envuelto ante situaciones de tensión que son inmodificables las cuales son liberadoras de reacciones negativas de forma física y cognitiva; desencadenando comportamientos inadecuados en el hogar, en su ambiente estudiantil o con sus pares. Estas situaciones inmodificables pueden ser la pérdida de un ser querido, la separación de una ruptura amorosa, una enfermedad terminar, las cuales no cuentan con posibles alternativas para que la persona trate de modificar dichos eventos, optando por el estilo de afrontamiento donde primero la persona decide buscar un apoyo social para poder compartir el problema con otros y entenderlo de manera más adecuada para su resolución de problemas, luego el grupo se direcciona a resolver los problemas seleccionados con el fin de obtener conductas de éxito, donde la persona se logre encontrarse con un mejor estado anímico e incrementar su repertorio conductual permitiendo un



aprendizaje de conductas nuevas, ya que las antiguas fuentes de estrés ya no se encuentran interfiriendo a las situaciones gratificantes para el estudiante, el cual le permite actuar e intervenir en el propio entorno, tratando de controlar, en alguna medida, las reacciones que se pueden presentar en las personas (Frydenberg y Lewis, 1996).

### **Características de los estilos de afrontamiento**

Los estilos de afrontamiento a menudo son adquiridos en base a la historia familia y como los padres han ido educando a sus hijos, hasta el punto en el cual cada una de estas personas los llevaría ante una situación en la cual no saben cómo manejar sus problemas. A medida que los niños van creciendo van repitiendo ciertas estrategias para enfrentar sus reacciones personales, al punto que consolidan ciertas estrategias sobre otras, siendo la forma particular con la cual saben manejar sus problemas. La negociación para conseguir apoyo también estaría inmersa en sus estilos de afrontamiento, pues los adolescentes que cuentan con grupos sociales de apoyo conseguirían estar en una situación en la cual consiguen verse mucho más productivos en todas estas eventualidades, consiguiendo un efecto mucho más provechoso y siendo ellos los que van a tener que saber de qué forma enfrentarse ante estas situaciones de alcance personal. Las personas van puliendo las estrategias para enfrentarse al estrés y con todo ello comprenden que deberían de enfrentarse con mayor tenacidad ante sus eventos personales (Arias, Riveros y Salas, 2012).

Los estilos de afrontamiento engloban varias estrategias que emplean cada uno de los adolescentes y estas les permitirían a todos ellos poder manejarse mucho mejor para poder afrontar situaciones estresantes, sobre todo para disminuir la presencia de sufrimiento que muchas veces estas ocasiones generan en ellos, por tal motivo es que se verían envueltas en estas experiencias y ello les posibilitaría tener un clima emocional mucho más productivo para ellos. no es posible hablar de los estilos en general, ya que constituyen distintas formas de proceder ante una situación en particular; sin embargo, en cada uno de estos casos las personas podrían estar manejando sus experiencias personales y sintiendo que tienen todo lo necesario para enfrentarse a sí mismos como una medida para conocer su estado emocional y manejar mejor su angustia, en este estilo habría una capacidad de identificar sus

emociones y reaccionar calmadamente, sabiendo que hay alguna esperanza para poder alcanzar mayor felicidad y a la vez en estas situaciones todas estas personas van a sentirse con la confianza para poder manejarla, siendo algunos que creen que de forma individual (no aislada) pueden ser proactivos y manejar ese problema; mientras que otro grupo puede recurrir a su círculo social para conseguir más apoyo y de esa forma está viéndose mucho más beneficiados ante estas experiencias (Canessa, 2002).

El apoyo social suele ser otra de las características que presentarían los adolescentes que tienen un mayor uso de los estilos de afrontamiento apropiados, pues el control de la situación contribuye a que no entren en estados prolongados de angustia, en los cuales ellos van a sentirse mucho más beneficiados con las experiencias que tienen en ese momento, es por ello que todas esas personas van a sentirse cada vez más complementadas conforme repitan ese estilo de afrontamiento, resolviendo la situación, o por lo menos no cayendo en un estado angustiante en el cual puedan terminar peleando con sus compañeros. Al tener mayor control sobre las situaciones, se puede demostrar una actitud mucho más madura a las personas que se encuentran alrededor de esos sujetos, a la vez que esta persona es catalogada como alguien responsable y maduro, sobre todo en aquellas situaciones en las cuales estos individuos se encontrarían demostrando que pueden manejar eventos estresantes, todo ello le da mayor oportunidad de tener a su lado personas en las que confiar, sobre todo porque no cae en esos momentos de angustia que muchas veces llevan a las personas a buscar culpar a las personas a su alrededor (Cano, Rodríguez y García, 2007).

Los estilos de afrontamiento son empleados de distinta forma según el ambiente o situación en el cual se encuentren las personas, pues al fin y al cabo estos son esfuerzos que se hacen para lograr afrontar al estrés, es para cada una de estas personas que el afrontamiento al estrés les permitiría sentirse mucho más encaminados en alcanzar un mayor desarrollo personal. Pero los estilos mal empleados incrementan la ansiedad, esta es una de sus últimas características negativas, por ejemplo, en algunos estilos prevalece distraerse con otras actividades en lugar de retomar el desarrollo de la situación ante la cual se debe manejar estas personas, llevándolos en todo momento a sentirse cada vez más encaminados al

desarrollo de sus propias experiencias personales. Al aplazar el desarrollo de esa tarea solo estaría prolongando la agonía de resolverla, pues no solo está aceptando que en ese momento no cuenta con las herramientas suficientes para sobreponerse a ella, sino que les es insuficiente todos los recursos personales con los que cuenta en ese momento, cayendo en la falsa creencia de que luego tendrá mayor creatividad, pero en realidad solo ganará una experiencia angustiosa mucho más prolongada (Martínez, Reyes, García y González, 2016).

Otra de las características de los estilos de afrontamiento es que la empleabilidad de estos depende de la situación en la cual se encuentre siendo realizada, al punto de que cada una de estas personas estarían buscando poder mejorar su situación en dicho momento, siendo en realidad el objetivo de tales estilos afrontar el estrés que esas personas que encuentran sufriendo en ese momento, es por ello que dichas personas van a encontrarse tratando de reflexionar sobre qué acción van a realizar para poder solucionar su situación personal. Dependiendo de la situación en la cual se encuentre puede ser correcto que escape o que utilice todos sus recursos personales para afrontarla, de esa forma es como dichas personas conseguirían un mayor interés en continuar desarrollando el uso de esos estilos de afrontamiento frente a situaciones similares, aunque ello también puede representar que otras personas mantenga el mismo uso de sus estilos de afrontamiento negativos frente a esos acontecimientos, siendo ellos los que van a verse perjudicados por cada una de esas ocasiones, pero seguirían replicando esas acciones en el futuro porque dentro de su percepción les habrían permitido manejar el estrés de esa situación (Alcalde, 2001).

Finalmente, otra de las características que se pueden recoger sobre el afrontamiento al estrés es que estos individuos van a encontrarse empleando todos los estilos, solo que la predominancia sería la diferente, siendo en un 70% de las ocasiones ante las que se expongan donde utilizarían un estilo de afrontamiento, y las otras en lo restante. Por ello nadie cuenta con solo un estilo de afrontamiento desarrollado, pero si se encontrarían utilizando un tipo de afrontamiento de manera mucho más repetitiva. Es aquí donde se dice que estas personas tienen dentro de su personalidad una forma en particular que representa algo mucho más predilecto para actuar, siendo en estos casos donde estarían viendo cómo manejar sus propias

experiencias personales. En cada uno de ellos la propia experiencia los llevaría a utilizar mucho más un estilo de afrontamiento sobre otro, pues en el pasado se habría convencido que de esa forma consigue resultados mucho mejores y que ello finalmente lo llevaría hacia una mayor reivindicación hacia aquellas tareas en las cuales continúa siendo inseguro de sí mismo (Chávez y Orozco, 2015).

### **Estilos de afrontamiento positivos**

El fin del uso de los estilos de afrontamiento está justamente en que las personas tienen una mayor probabilidad de superar las situaciones negativas en las que se encuentran, ellas pueden encontrarse atravesando una tarea que les llena de mucho estrés y los hace dudar de la competitividad que hayan desarrollado para hacer frente a situaciones similares. Los estilos correctos en esa situación pueden ofrecerles un gran beneficio a esas personas en el manejo de su estrés, donde cada uno de ellos va a sentirse envuelto en esas experiencias y conseguiría que frente a esas situaciones consiguiese manejar mucho mejor su estrés. En sí la presencia de estos estilos de afrontamiento debería dar la posibilidad de que cada una de estas personas pueda tener una experiencia mucho más enriquecedora, pues logran contar con las herramientas ideales para poder sentirse mucho más contentas consigo mismas. Se puede emplear esas herramientas para gestionar mejor los esfuerzos y el tiempo, consiguiendo resultados más apropiados y que le brinden una mayor probabilidad de éxito en el sujeto a la hora de intentar conseguir sus metas personales, es por ello que uno de los aspectos más positivos del adecuado uso de los estilos de afrontamiento es que contribuye a reducir la presencia del estrés en los adolescentes (Coon y Mitterer, 2010).

El uso de los estilos de afrontamiento le da a la persona que los utiliza una ventaja para poder aproximarse hacia sus metas personales, consiguiendo que ellos logren estar mucho más cerca de esos eventos y consigan sentirse mucho más unidos a la idea de verse más gratificados hacia sí mismos. Es necesario que el afrontamiento al estrés o a esas situaciones cuyas expectativas le digan al propio adolescente que va a enfrentarse a algo fuerte y es que se estaría envolviendo en estas situaciones en las cuales no sabría cómo manejarla con propiedad. Utilizando los estilos de afrontamiento indicados puede conseguir llegar hacia sus metas con

una mayor prontitud, siendo en estas situaciones en las cuales cada una de estas personas consiga apoyarse sobre otros elementos como la organización del tiempo o elementos que sean de utilidad como la presencia de sus amistades para resolver los problemas. Consiguiendo que los adolescentes utilicen los estilos de afrontamientos correctos según la situación puede aproximarlos a su meta, de igual forma que utilizarlos incorrectos puede incrementar la dificultad de una situación la cual en realidad este representando algo positivo para ellos (Cervantes, 2005).

Lo positivo de los estilos de afrontamiento podría llegar a aparecer según el criterio de practicidad que las personas lleguen a alcanzar en una situación en particular. La pragmática es comprendida como a pertinencia de la practicidad con la cual una persona puede llegar a desenvolverse en una situación en la cual va a tener que verse, siendo cada una de esas situaciones en las cuales esos individuos van a tener la capacidad para saber cómo enfrentarse a una situación altamente demandante, siendo el criterio adecuado para actuar lo que puede llevarlo a conseguir un mayor éxito personal en el uso de esos esfuerzos. Para saber decidir sobre las estrategias de afrontamiento, se debe de considerar el grado de adversidad que puede representar la situación estresante y las herramientas con las que cada persona cuenta, siendo en estas situaciones donde conocerse así mismo va a representar una ventaja para ciertas personas. En cada una de estas situaciones las personas van a sentirse con mayor fuerza y perseverancia s escogen las estrategias pertinentes según la situación, usando un menor esfuerzo para alcanzar su éxito personal (Chávez, Contreras y Velázquez, 2014).

Otro de los aspectos en el que el adecuado uso de los estilos de afrontamiento benefician a los adolescentes es que los lleva a tener mayor chance en la superación de situaciones adversas, como eventos que en otros casos podrían resultar devastadores y generar gran problema a las personas, en el caso de estos adolescentes ellos tendrían un mejor afrontamiento a la pérdida de personas queridas o al afrontar una tarea que para otros este echada como perdida, por ello es que es importante su desarrollo y pues en práctica, pues les da mayor solidez y perseverancia, sobre todo al intentar superar estas eventualidades realmente adversas. La fortaleza personal puede deteriorarse si se toman malas decisiones, pues sobre la imagen personal construida de alguien seguro y confiable, puede ser

remplaza por la de alguien dudoso y que no tiene verdadera confianza en sí mismo, sobre todo cuando estas situaciones ante las que se exponga represente algo realmente peligroso o que demande de grandes esfuerzos hasta llevarlo a tener problemas consigo mismo, verse como alguien incapaz o con pocas herramientas para superarse a sí mismo (Fraudela, Luengo, Romero, Villar y Sobral, 2006).

El estrés suele tener efectos altamente negativos sobre el organismo, por lo que a búsqueda de un equilibrio resulta más que necesaria en la vida de los adolescentes, en este sentido el uso de los estilos de afrontamiento adaptativos y productivos ofrece la posibilidad de alcanzar un mayor equilibrio en la vida, pues los problemas ante los cuales se enfrenten son afrontados en el momento adecuado y se deja un momento para el manejo de otras situaciones, las cuales terminen siendo en ese momento un conjunto de nuevas experiencias que van a resultar en esos casos liberadoras pues le permiten alejarse de sus problemas. Los estilos de afrontamientos productivos ofrecen una actitud mucho más proactiva por lo cual se buscaría manejar esa situación en un mayor tiempo posible, consiguiendo en cada uno de esos casos que se cuente con una mayor confianza en sí mismo, reduciendo su inseguridad y ofreciendo un espacio en su agenda para emplearlo en situaciones de ocio, en las cuales pueda relajarse o distraerse, en caso contrario se enfrascaría de forma rutinaria en tareas inconclusas con las cuales no solo se incrementaría su ansiedad, sino que comenzaría a perjudicar acciones necesarias para su salud como mantener un buen horario de sueño (DiColloredo, Aparicio y Moreno, 2007).

Una de las estrategias más apropiadas para los adolescentes es la de vincularse con amigos, pues estos grupos sociales le van a permitir que cuando se encuentre en eventos de estrés, logre dividir la cuota de responsabilidad entre ellos, siendo en estos casos que valla a conseguir estar mucho más tranquilo consigo mismo y ello la lleve a tener un periodo de mayor satisfacción personal. Los grupos de apoyo pueden permitir a las personas que se encuentren en una forma mucho más protegida, la cual les de las herramientas sobre todo para subsanar aquellas que él no ha desarrollado, por ejemplo conseguir que un amigo consiga cierta información, ante la cual el no tendría tan fácil acceso por que no los ha incluido aun dentro de su círculo de amistad o que ellos le brinden otras opciones sobre estrategias para resolver un problema

matemático, contar con grupos sociales abre el panorama y le da chance de sentirse mucho más agradecido con los demás (Gustems y Calderón, 2014)

### **Factores que intervienen para el desarrollo de los estilos de afrontamiento**

La presencia de los factores puede el llevar la probabilidad de que muchos de estos estudiantes se vayan a ver mucho más implicados en esa serie de situaciones en las cuales pueden enfrentarse ante situaciones que van a resultar de mucha mayor complejidad, despertando en ello el estrés y demandándoles que se muestren con mayor fortaleza para posteriormente conseguir estar en esa situación en la cual consigan verse cada vez mejor envueltos. Todas las personas en algún momento determinado de su vida se verán frente a una situación en la cual estarían frente a situaciones de mayor temor, siendo en cada uno de esos casos donde recurrirán a sus estrategias para afrontar situaciones de estrés, es de esta forma como cada uno de ellos se verá mucho más favorecido hacia conseguir éxito personal. Las experiencias adversas que están acorde con la edad del sujeto favorecen la exposición a estas, pues tiene la oportunidad de superarlas y llenar más su autoconcepto, creyendo que tiene las habilidades apropiadas para poder hacer frente a situaciones similares. Estas personas conforme han superado situaciones similares en el pasado se llenan de mayor confianza y ello les permite sentirse cada vez más positivas con todo lo que vienen haciendo (Gutiérrez, 2015).

Las experiencias en las cuales cada uno de estos sujetos se verá envueltos los llevara a que en una futura ocasión tengan mayores recursos para poder afrontarla, es decir, que se sientan con la solidez necesaria para mantenerse perseverantes frente a situaciones similares, en todas estas los individuos van incrementando el repertorio de respuestas que van a tener que hacer. En cualquiera de estas circunstancias se puede conseguir que las personas se sientan mucho más seguras de sí mismas, por lo que se espera entonces que los propios padres no sobreprotejan a sus hijos, sino que los vallan exponiendo poco a poco a estos eventos en los cuales van a saber cómo manejar dichas experiencias. Las situaciones que desencadenan el estrés en los individuos no resultan necesariamente ser las mismas en todos los casos, en muchos de estos se van a tratar de eventos en los cuales cada uno de estos sujetos se van a sentir con la confianza necesaria para poder mejorar en esos

entornos. El estrés tiene un papel adaptativo en un primer momento, sin embargo, en el segundo cuando ya se prolonga y lleva a las personas hacia experiencias en las cuales se va a ver mucho más afectado (Contini, Coronel, Levin y Estevez, 2003)

Cuando el estrés que experimentan los adolescentes se prolonga, este lo eleva a car en problemas de desadaptabilidad, es decir que no saben qué hacer, se sienten fraccionados, con sensación de pérdida de control, además se sienten cansados, pues durante el estrés el organismo se prepara para entrar en una activación que permita resolver el problema; sin embargo, en estas situaciones cada uno de ellos se va a sentir perjudicado justamente porque este estado de activación lo tiene mucho tiempo activando, pasando de defender a perjudicar al propio organismo. El desarrollo de un buen repertorio de recursos de afrontamiento al estrés entonces se encontraría surgiendo en aquellos eventos en los cuales cada una de estas personas se va a sentirse mucho más afortunado para poder superar sus experiencias pasadas adversas, es por ello que cuando están frente a una situación negativa, lo que ocurre en ellos es que se ponen a pensar de que ya no van a superar esa situación y esa expectativa negativa sería la que los terminaría llevando hacía creer que están perdidos,. Que no pueden manejar bien esa situación, que no saben qué hacer para superar dicho evento y por ello terminan viéndose gravemente perjudicados por ese acontecimiento (Casullo et al, 2002).

Las expectativas juegan un papel importante y tienen su origen nuevamente en las anteriores experiencias, por ello es que esas situaciones pueden ser un factor que incremente o disminuya los adecuados estilos de afrontamiento, cuando un adolescente afronta una situación adversa, se pone a pensar si podrá lograrlo, antes de siquiera iniciarlo. Otro factor que se encontraría mejorando la dinámica de esa situación es la referida al acontecimiento visto en algún modelo, por ejemplo observar que su padre al verse envuelto en una serie de problemas finalmente logra salir airoso de estos y conseguir que los demás tengan una buena imagen de él como alguien que cuenta con lo necesario para superar esas situaciones, en esos casos es que todos ellos van a sentirse cola confianza por que estarán viendo anteriormente que a alguien cercano a él le habría funcionado mantenerse perseverante, consiguiendo finalmente superar al problema, en cambio si observa a sus padres caer en una gran angustia ante esas situación, puede terminar imitando esa misma sensación de temor



y angustia que ellos experimentan, siendo personas que nos abran como superar esas situaciones y teniendo unos estalos de afrontamiento no productivos (Castaño y León, 2010).

Otro de los factores que incrementan los estilos de afrontamiento apropiados son el uso de autoinstrucciones, es decir emplear el lenguaje para conseguir mantener la perseverancia en medidas proactivas, tales como iniciar la resolución del problema sin esperar que se haga mayor, comenzar desarrollando esa situación buscando que haya mejoría en ello, conseguir que estas personas se vean mucho más beneficiadas por cada una de estas situaciones, siendo ellos quienes van a tener mejor posibilidad de verse superadas por estas situaciones. Como se sabe en el caso de cada uno de estos sujetos, ellos van a sentir que tienen mejores posibilidades para superarse a si mismos si es que se reporten a cada rato frases motivadores o que le hagan recordar el punto final de su camino, es decir, que se diga a si mismo todo lo que puede estar consiguiendo si es que no declina y continua con su camino hasta el final (Canessa, 2002).

Los mensajes que cada uno de estos individuos se da a sí mismos puede contribuir en que se muestren mucho más encaminados hacia superarse a sí mismos, pues consiguen una mayor perseverancia. En el lado de los estilos de afrontamiento desadaptativos es posible encontrar el aplazamiento de las tareas, el desarrollo de situaciones en las cuales cada uno de estos sujetos se va a ver mucho más envuelto en estas experiencias, siendo ellos quienes no sabrán cómo manejar esas situaciones, consiguiendo además una falsa tranquilidad al aplazarlos, pero luego dándose cuenta del error que han cometido al acumularse más problemas. Las experiencias en las cuales cada uno de estos individuos se van a sentir con menor seguridad son las que facilitan el surgimiento de los estilos de afrontamiento que terminan favoreciendo la presencia de mayor estrés, los perjudica por que la aleja de su verdadera meta, los hace sentir mal y deteriora su autoeficacia. Estas experiencias principalmente se dan en la infancia porque muchos de ellos dependen de los adultos, no tienen las fuerzas necesarias para manejarse por su cuenta, motivo por el cual podrían estar siendo perjudicados por otras situaciones (Piemontesi y Heredia, 2009)

## **Manejo de estrés a través de los estilos de afrontamiento**

En el caso de los adolescentes, estos han venido atravesando por una serie de dificultades en torno al manejo de sus problemas personales, cada una de estas personas se ha venido envolviendo en una serie de experiencias a través de las cuales ha logrado conseguir mayor fortaleza, pues en cada uno de estos intentos su desarrollo personal se ha visto mejorado múltiples veces. La propia experiencia podría estar haciendo que estos sujetos se sientan mucho más capacitados para poder afrontar tales problemáticas. Las circunstancias que terminan generando mayor ansiedad suelen ser todas aquellas en las cuales los propios sujetos se van a ver mucho más afectados, pues evalúan que ese problema va a exceder en sus requisitos conductuales. Justamente cada una de estas situaciones que van a representar algo altamente negativo se va a ver peor manejado cuando se utilizan los estilos de afrontamiento improductivos. Cuando una situación requiere de mucho tiempo y esfuerzo para que pueda ser manejada, estos adolescentes van a asociarla con la angustia de tener poco tiempo para terminarla, pues el plazo entregado por el docente estaría siendo visto como no correspondido con lo que en realidad se esperaría conseguir, es por todo ello que estas personas se van a sentir mucho más afectadas en torno a esos problemas (Scafarelli, 2010).

Todo depende de la valoración que el individuo haga de esa situación, pues en ocasiones esta puede resultar injustificada, por ejemplo en todos aquellos casos en los cuales estos sujetos se van a ver sumamente perjudicados por que en una situación similar se van a ver altamente afectados por ese tipo de experiencia, al punto de que perjudican el hábito de sueño que habrían conseguido, para cada una de estas personas, el encontrarse frente a una tarea que conlleve una toma de decisiones o alguna calificación importante, así sea de fácil manejo, pasaría a ser tomada como de alta dificultad, siendo en cada una de estas situaciones en las cuales estos sujetos se van a ver altamente perjudicados por esas experiencias, también cabe resaltar que estos individuos se van a sentir mucho más perjudicados hacia realizar este tipo de acciones. de esa forma es como el estrés se prolonga, generando daños en el bienestar del adolescente, quienes debido al uso de estilos de afrontamiento inapropiados se encuentra teniendo graves dificultades para manejar ese problema (Vallejo, 2007).

Frente a una situación que puede resultar altamente aversiva para una persona es donde el estilo de afrontamiento que emplee en ese momento es el que finalmente le permitiría alcanzar u desarrollo mucho mejor. En estas personas se encontraría mayor desarrollo en su perseverancia ante situaciones que van a representar algo altamente demandante. Los sueños y metas de los adolescentes s en a mayor alcance pues saben soportar situaciones adversar, son proactivos, no esperan a ser salvados, sino que actúan para facilitar que se llegue a ello. Esto es relevante porque principalmente los adolescentes se encuentran frente a una experiencia en la cual están en vulnerabilidad a sus cambios emocionales, pues tienen mayor grado de dependencia con la aceptación social que los demás puedan tener hacia él, es en estos casos donde cada uno de los individuos se van a ver mucho más expuestos a esa forma apropiada de manejarse. De esta manera es como cada uno de estos adolescentes se van a ver más envueltos en estas situaciones (Boullosa, 2013).

Hay estilos de afrontamiento que van a ser mucho más productivos, aunque claro ello también dependiendo de la situación que se esté atravesando, de esa forma es como cada uno de estos individuos se van a sentir mucho mejor expuestos a esas experiencias. Cuando la amenaza es inminente y representa un peligro para su salud, es saludable escapar, el problema es que muchas de las situaciones que son valoradas como altamente amenazantes en realidad no lo son y pueden ser manejadas de una forma mucho más fácil por parte de esos individuos, siendo ellos quienes tendrían un mejor desarrollo (Chávez, Contreras y Velázquez, 2014).

Cuando el afrontamiento que utilizan los adolescentes se ajusta a la situación ante la cual están expuestos, ello va a representar un adecuado predictivo de éxito y adaptación, no solo superando el problema, sino que se incrementaría su autoeficacia. El concepto sobre sí mismo terminaría viéndose beneficiado, fortaleciendo y teniendo una experiencia mucho mayor para las futuras ocasiones. En todos estos casos estos sujetos se van a ver mucho más facilitados en la situación en la cual están expuestos. En estos casos es donde los adolescentes se van a ver con mayor gratificación personal, su valor se ve incrementado y creer que van a ser más apreciados por los demás, para ello es necesario recordar la importancia que tiene la aprobación social en todos estos grupos. De esta forma el mostrarse proactivo será una señal para sus compañeros que les conviene estar cerca de él cuando las cosas

se compliquen, dándole fortaleza social y disminuyendo la inseguridad (Scafarelli y García, 2010).

Los eventos estresantes puede ir desde los de interacción como los vinculados a los trabajos académicos, donde los estudiantes en secundaria se encuentran frecuentemente; así mismo, en torno a lo interpersonal, a veces los chicos tienen conflictos de los cuales van a terminar resolviéndolo con amenazas, incrementando el estrés para el chico que las recibe pues ya no se estaría sintiendo seguro dentro de ese ambiente, es por ello que esas personas estarían experimentando mayor angustia en esas situaciones, estarían sintiéndose grandemente perjudicados en esos momentos, en estos casos los estilos de afrontamiento también tienen gran importancia, pues la elección de las estrategias apropiadas pueden resolver el conflicto y hacer que entre en una mayor armonía con sus compañeros, en estos casos es que cada uno de estos sujetos se van a sentir con mayor fortaleza para seguir adelante. El estrés también puede darse con conflictos con personas con las que se ha idealizado una relación romántica, habrá que recordar que en esta etapa ya se comienzan a interesar en esos temas, en los cuales estos individuos se sentirán muchos más identificados en dichas experiencias (DiColloredo, Aparicio y Moreno (2007).

En torno al estrés en el ámbito académico, este puede llegar a darse por que se vincula la entrega de trabajos con los ataques de los docentes, quienes en esas situaciones pueden terminar reprimiendo grandemente a estos adolescentes, quienes lo vivirán con mayor intensidad pues al humillarlos en público con comentarios que aluden a su poca capacidad, su déficit en motivación y se irresponsabilidad, se le estaría ridiculizando con lo que también estaría siendo expuesto antes las burlas de todos sus compañeros, es por todas estas situaciones que cada uno de estos individuos se van a ver enfrentados por estas experiencias, siendo cada uno de ellos quienes van a saber cómo afrontar mucho mejor cada una de esas situaciones, ahora bien estas experiencias pueden terminar llevando a cada uno de estos sujetos (Fraudela, Luengo, Romero, Villar y Sobral, 2006).

## **2.3. Definición conceptual de los términos básicos**

### **Inteligencia emocional**

BarOn (1997) define a la inteligencia emocional como un conjunto de competencias emocionales y sociales, estas se expresan a través de habilidades relacionadas que permiten actuar con eficacia, así como, expresar de forma adaptativa lo que sentimos a los demás, manejar el estrés y el estado de ánimo frente a las diversas demandas del ambiente.

### **Estilos de afrontamiento**

Frydenberg y Lewis (1996) definen a los estilos de afrontamiento como esfuerzos cognitivos y afectivos expresados a través de tres principales formas comportamentales para hacer frente a alguna situación estresante, tales estilos están centrados en la resolución de la problemática, centrarse en la resolución de los demás y una tercera forma no productiva, respondiendo con pasividad ante el evento estresante.

### **Estrés**

Conjunto de respuestas en distinto orden, siendo fisiológicas o psicológicas, que tienen como objetivo facilitar la adaptación del individuo, pero que en gran intensidad pueden tener un gran coste emocional (Vallejo, 2007).

### **Estrategias de afrontamiento**

Conjunto de acciones encaminadas a solucionar el problema, como puede ser buscar ayuda en otras personas, distraerse o pedir ayuda a algún profesional, las estrategias de afrontamiento se van a ver agrupadas en los estilos de afrontamiento (Frydenberg y Lewis, 1996).

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

### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

#### **3.1.1. Tipo de investigación**

La investigación fue de tipo correlacional, ya que el objetivo principal del estudio estuvo centrado en el establecimiento de la correlación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en los estudiantes analizados, empleándose las puntuaciones obtenidas de los protocolos aplicados (Bernal, 2010).

#### **3.1.2. Diseño de investigación**

La investigación fue de diseño no experimental, ya que no se realizó la manipulación deliberada de ninguna de las variables en ningún momento del desarrollo de la investigación, así mismo, fue de corte transversal, puesto que la recolección de los datos se realizó en un solo momento dado (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

### **3.2. Población y muestra**

La población estuvo conformada por 500 estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de una institución educativa, donde el 54.2% era de sexo femenino y el 45.8% masculino, con edades entre 14 a 17 años.

Para el cálculo de la muestra se empleó la fórmula para poblaciones finitas al 95% de nivel de confianza y 5% de margen de error, obteniéndose la cantidad mínima de 356 participantes, siendo estudiantes con edades comprendidas entre los 14 a 17 años, siendo de cuarto (53.9%) y quinto año (46.1%) de secundaria. Para el muestreo, este fue no probabilístico de tipo por conveniencia, ya que no se realizó algún proceso de aleatorización para la selección de los participantes y estos fueron escogidos por la accesibilidad a ellos.

Para lo cual se denominaron los siguientes criterios para la selección:

### **Criterio de inclusión**

- Encontrarse en cuarto o quinto año de secundaria
- Aceptar participar en la investigación a través del consentimiento informado

### **Criterio de exclusión**

- Pertenecer otros grados no relacionados con cuarto y quinto años de secundaria.
- Padecer alguna enfermedad o condición que impida el correcto marcado del protocolo

Tabla 1

*Distribución de los participantes en la investigación*

Variable	Categoría	<i>fi</i>	%
Sexo	Femenino	193	54.2
	Masculino	163	45.8
Edad	14 a 15 años	187	52.5
	16 a 17 años	169	47.5
Año de estudio	4to grado	192	53.9
	5to grado	164	46.1
	Total	356	100.0



### **3.3. Hipótesis de la investigación**

#### **3.3.1. Hipótesis general**

**H<sub>i</sub>:** Existe relación estadísticamente significativa entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.

**H<sub>o</sub>:** No existe relación estadísticamente significativa entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.

#### **3.3.2. Hipótesis específicas**

**H<sub>1</sub>:** Existen diferencias estadísticamente significativas al comparar la inteligencia emocional y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador en función del sexo y año de estudio.

**H<sub>2</sub>:** Existen diferencias estadísticamente significativas al comparar los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador en función del sexo y año de estudio.

**H<sub>3</sub>:** Existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.

### **3.4. Variables – Operacionalización**

**Variable de estudio: Inteligencia emocional**

#### **Definición conceptual**

BarOn (1997) define a la inteligencia emocional como un conjunto de competencias emocionales y sociales, estas se expresan a través de habilidades relacionadas que permiten actuar con eficacia, así como, expresar de forma

adaptativa lo que sentimos a los demás, manejar el estrés y el estado de ánimo frente a las diversas demandas del ambiente.

### Definición operacional

Para identificar la inteligencia emocional se realiza una sumatoria de los puntajes obtenidos de la aplicabilidad del Inventario de inteligencia emocional de BarOn Abreviado, comprendido por 30 ítems.

Tabla 2

*Operacionalización de la variable inteligencia emocional*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Rango	Escala
Intrapersonal	Comprensión de sí mismo	2, 6, 12, 14,		
	Autoconcepto	21, 26		
	Asertividad			
	Autonomía			
Interpersonal	Buenas prácticas sociales	1, 4, 18, 23,	MR=1 RV=2 AM=3 MA=4	Ordinal
	Empático	28, 30		
	Responsabilidad social			
Adaptabilidad	Resolución de problemas	10, 13, 16, 19,		
	Adaptación	22, 24		
Estado de ánimo	Optimismo	5, 8, 9, 17, 27,		
	Felicidad	29		
Manejo de estrés	Tolerancia a la frustración	3, 7, 11, 15, 20		
	Control de impulsos	,25		

*Nota: MR=muy rara vez, RV=rara vez, AM=a menudo, MA=muy a menudo*

## **Variable de estudio: Estilos de afrontamiento**

### **Definición conceptual**

Frydenberg y Lewis (1996) definen a los estilos de afrontamiento como esfuerzos cognitivos y afectivos expresados a través de tres principales formas comportamentales para hacer frente a alguna situación estresante, tales estilos están centrados en la resolución de la problemática, centrarse en la resolución de los demás y una tercera forma no productiva, respondiendo con pasividad ante el evento estresante.

### **Definición operacional**

Se trata del perfil obtenido cuando el evaluado marca una alternativa dentro de la Escala de estilos de afrontamiento ACS, asignándole una puntuación que luego se sumara entre todos los ítems correspondientes.

Tabla 3

*Operacionalización de la variable estilos de afrontamiento*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Rango	Escala
Resolver el problema	Orientarse a solucionar problemas	2, 3, 5, 16, 18, 19, 21, 22, 24,		
	Esforzarse y tener éxito	34, 36, 37, 39,		
	Invertir en amigos íntimos	40, 42, 52, 54,		
	Centrarse en lo positivo	55, 57, 58, 60,		
	Relajarse y buscar momentos de diversión	70, 73, 74, 76		
Referencia a otros	Distracciones físicas			
	Buscar ayuda del entorno social	1, 10, 11, 15, 17, 20, 29, 33,	NH=1	Ordinal
	Buscar ayuda espiritual	35, 38, 47, 51,	RV=1	
	Realizar acciones sociales	53, 56, 65, 69,	AV=2	
Buscar ayuda profesional	71, 72	AM=3 MF=4		
No productivo		4, 6, 7, 8, 9, 12, 13, 14, 23,		
	Preocupaciones	25, 26, 27, 28,		
	Deseos de pertenencia	, 30, 31, 32,		
	Crearse ilusiones	41, 43, 44, 45,		
	Escaso afrontamiento	46, 48, 49, 50,		
	No centrarse en soluciones	59, 61, 62, 63,		
	Autoculparse	64, 66, 67, 68, 75, 77, 78, 79, 80,		

*Nota: NH=nunca lo hago, RV=lo hago raras veces, AV=lo hago algunas veces, AM=lo hago a menudo, MF=lo hago con mucha frecuencia*

### 3.5. Métodos y técnicas de investigación

La técnica empleada para la recolección de los datos según Sánchez y Reyes (2015) fue de encuesta, en la cual se procedió a entregar los protocolos que median a las variables inteligencia emocional y estilos de afrontamiento.

#### Medición de la inteligencia emocional

Denominación	: Inventario de inteligencia emocional de BarOn
Autor	: BarOn
Año de creación	: 1997
Adaptación	: Ugariza (2001), Novoa (2019)
Significación	: Resultados en niveles
Duración	: 25 minutos aproximadamente
Ámbito de aplicación	: Adolescentes
Administración	: Individual y colectivo

Para la medición de la inteligencia emocional, se optó por utilizar el Inventario de inteligencia emocional de BarOn, en su versión para niños y abreviada, la cual mantiene la estructura factorial de sus otras versiones, es decir que sigue dividiéndose en cinco dimensiones, las cuales pueden llegar a sumarse para obtener una puntuación global. Este instrumento es creado con el objetivo de estimar la presencia de inteligencia emocional en niños y adolescentes, comprendiéndola como un conjunto de habilidades que permiten a los sujetos un mejor manejo del área emocional y social. Intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, estado de ánimo, y manejo de estrés. Se trata de un instrumento con una duración aproximada de 15 a 20 minutos, donde los chicos tendrán que responder una serie de afirmaciones en base al formato Likert de las respuestas del instrumento.

Novoa (2019) revisó las propiedades psicométricas del inventario de inteligencia emocional en 331 adolescentes de Villa El Salvador, donde reportaría validez de

contenido para los ítems del inventario ( $\alpha=0.90-1.00$ ;  $p<.001$ ) y una confiabilidad por consistencia interna ( $\alpha=.788$ ) adecuada.

## Revisión de propiedades psicométricas

### Validez del Inventario de inteligencia emocional NA

Tabla 4

*Validez de constructo del Inventario de inteligencia emocional de BarOn*

Factor	$\chi^2$	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
Modelo cinco dimensiones	974	395	< .001	0.906	0.886	0.056	0.0465

En la tabla 4, se observa los resultados de la validez de constructo de la Inventario de inteligencia emocional de BarOn a través del método de análisis factorial confirmatorio. Se observa que el instrumento muestra evidencias de índices de bondad de ajuste absoluto con valores de  $\chi^2=974$ , SRMR= .056, RMSEA= ,0465, los cuales indican valores aceptables (Browne y Cudeck, 1990); por otro lado, los índices de ajuste comparativo (CFI= .906) y el índice de Tucker- Lewis (TLI= .886) muestran valores aceptables (Bentler, 1990), con lo cual se da evidencia de la estructura interna del modelo de cinco factores del instrumento mide el constructo señalado, teniendo validez de constructo

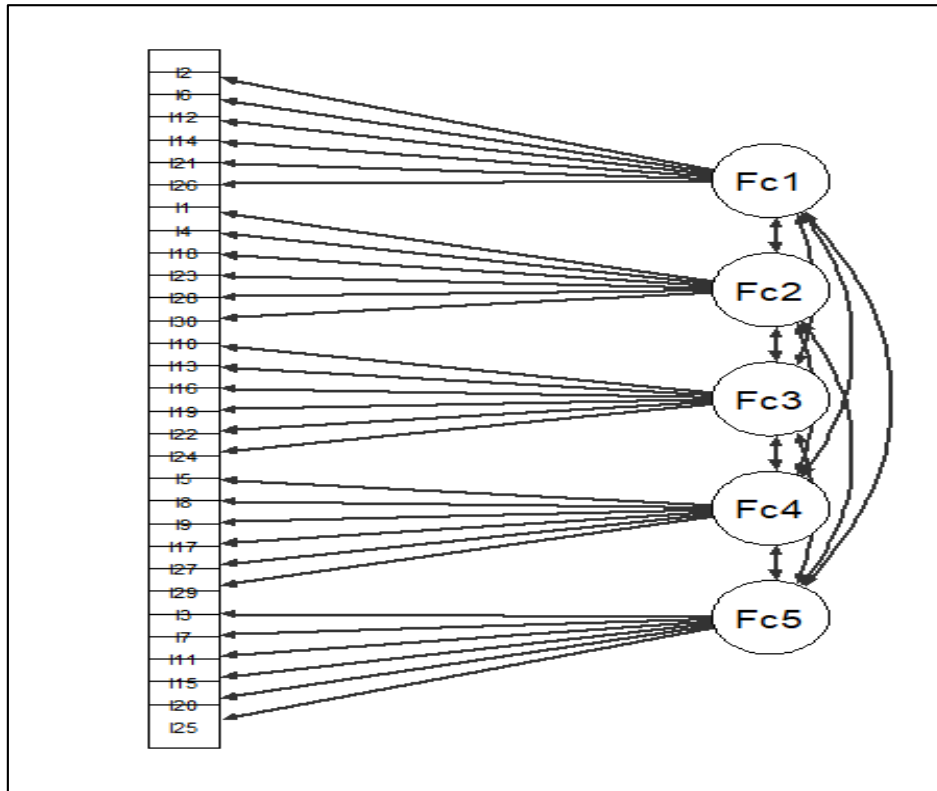


Figura 1: Modelo estructural del Inventario de inteligencia emocional de BarOn

### Confiabilidad por consistencia interna

Tabla 5

*Confiabilidad por consistencia interna*

Variable	Ítems	$\alpha$	$p$
Intrapersonal	6	.761	.000
Interpersonal	6	.726	.000
Adaptabilidad	6	.727	.000
Estado de ánimo	6	.724	.000
Manejo de estrés	6	.781	.000
Inteligencia emocional	30	.824	.000

En la tabla 5, se presentan los resultados del método de consistencia interna para el Inventario de inteligencia emocional de BarOn en el grupo piloto de estudiantes. Se observa que el instrumento cuenta con confiabilidad aceptable al reportar valores alfa de cronbach superiores a .70: Intrapersonal ( $\alpha=.761$ ),

Interpersonal ( $\alpha=.726$ ), Adaptabilidad ( $\alpha=.727$ ), Estado de ánimo ( $\alpha=.724$ ), y Manejo de estrés ( $\alpha=.781$ ).

Tabla 6

*Baremos generales de la inteligencia emocional*

Niveles	F1	F2	F3	F4	F5	Total
Bajo	2-12	3-15	2-15	1-9	3-14	10-66
Moderado	13-15	16-20	16-18	10-14	15-16	67-79
Alto	16 a más	21 a más	19 a más	15 a más	17 a más	80 a más

En la tabla 6, se presenta la elaboración de los baremos generales de lo inteligencia emocional.

### **Medición de los estilos de afrontamiento**

Denominación	: Escala de estilos de afrontamiento ACS
Autor	: Frydenberg y Lewis
Año de creación	: 1996
Adaptación	: Morán (2019)
Significación	: Niveles en sus tres estilos de afrontamiento
Duración	: 20 a 25 minutos aproximadamente
Ámbito de aplicación	: Adolescentes
Administración	: Individual y colectivo

Para la medición de los estilos de afrontamiento, se empleó la Escala de estilos de afrontamiento ACS creada por Frydenberg y Lewis en el año 1996 con el objetivo de tener un instrumento válido y confiable que permita medir a las estrategias de afrontamiento agrupadas en los tres principales estilos. De esta forma es como el instrumento paso por diferentes análisis hasta la versión empleada. El objetivo es estimar la presencia de los tres estilos de afrontamiento, tanto la resolución del problema, referencia a otros, y no productivo en lo adolescentes. La duración



aproximada del instrumento es de 20 a 250 minutos, donde los adolescentes deberán marca en el formato Likert de las respuestas.

En el Perú las propiedades psicométricas han sido revisadas por Vanessa (2002), quien reportó validez de constructo ya que las comunidades de los factores fueron superiores a 0.20, corroborándose la estructura factorial propuesta por el autor, y confiabilidad por consistencia interna; así mismo, Sánchez (2018) revisó las propiedades psicométricas en adolescentes donde evidencia que el instrumento cuenta con confiabilidad por consistencia interna. Finalmente, Moran (2019) revisó las propiedades psicométricas en Villa El Salvador, donde reportó validez de contenido ( $v=0.90-1.00$ ;  $p<.001$ ); así como, confiabilidad por consistencia interna adecuada (Resolver el problema  $\alpha=.851$ ; referencia a otros  $\alpha=.860$ ; y no productivo  $\alpha=.798$ ) para los adolescentes. En la presente investigación se realizó un estudio piloto para contar con más evidencias de sus propiedades psicométricas como se muestra a continuación.

## Revisión de propiedades psicométricas

### Validez del Inventario de estilos de afrontamiento

Tabla 7

*Validez de constructo de Escala de estilos de afrontamiento ACS*

Factor	$\chi^2$	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
Modelo tres dimensiones	864	346	< .001	0.913	0.905	0.045	0.0433

En la tabla 7, se observa los resultados de la validez de constructo de la Escala ACS a través del método de análisis factorial confirmatorio. Se observa que el instrumento muestra evidencias de índices de bondad de ajuste absoluto con valores de  $\chi^2=864$ , SRMR= ,045, RMSEA= ,0433, los cuales indican valores aceptables (Browne y Cudeck, 1990); por otro lado, los índices de ajuste comparativo (CFI= ,913) y el índice de Tucker- Lewis (TLI= .905) muestran valores aceptables (Bentler, 1990), con lo cual se da evidencia de la estructura interna del modelo de tres factores del instrumento mide el constructo señalado, teniendo validez de constructo.

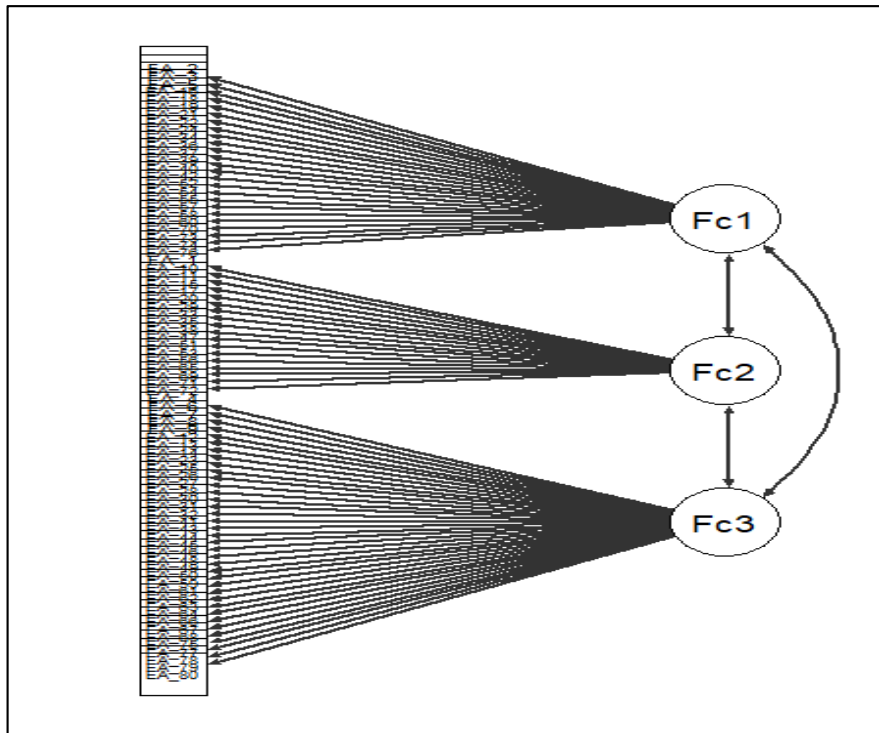


Figura 2: Modelo estructural de la Escala ACS

### Confiabilidad por consistencia interna

Tabla 8

*Confiabilidad por consistencia interna*

Variable	ítems	$\alpha$	$p$
Resolver el problema	25	.829	.000
Referencia a otros	18	.842	.000
No productivo	37	.868	.000

En la tabla 8, se presentan los resultados del método de consistencia interna para la Escala ACS en el grupo piloto de estudiantes. Se observa que el instrumento cuenta con confiabilidad aceptable al reportar valores alfa de Cronbach superiores a .70: Resolver el problema ( $\alpha=.829$ ), Referencia a otros ( $\alpha=.842$ ), No productivo ( $\alpha=.868$ ).

Tabla 9

*Baremos generales de los estilos de afrontamiento*

Niveles	F1	F2	F3
Bajo	19-110	18-44	21-94
Moderado	111-123	45-54	95-108
Alto	124 a más	55 a más	109 a más

En la tabla 9, se presenta la elaboración de los baremos generales de los estilos de afrontamiento.

### **3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Para acceder a la institución educativa donde se realizó la investigación se solicitaron los permisos correspondientes, los cuales facilitaron que la comunicación pudiese darse de forma apropiada entre ambas partes, además, se coordinó con los docentes de los salones seleccionados para escoger horarios que no interrumpían alguna evaluación importante.

Al acceder a los salones, se les explicó a los estudiantes de manera general en qué consistía el instrumento, cuál era la forma correcta de marcarlo y que, si no deseaban participar, ello podría indicarlo en la ficha de consentimiento informado. Posterior a ello al recogerse los protocolos ya marcados, estos fueron revisados para verificar que todas las respuestas habían sido marcadas, separando aquellos que no habían sido marcados de manera apropiada, depurando y quedándose solamente con la verdadera base para el estudio.

Tras pasar por los procesos anteriormente mencionados, se procede a crear una base de datos en el programa estadístico IBM SPSS en su versión 24, donde se codificó cada uno de los protocolos. Una vez finalizado con ello y señalada la naturaleza de cada variable se procedió a realizar el análisis descriptivo del promedio, mediana, moda, desviación estándar, curtosis y asimetría, asimismo, se establecieron

los niveles de cada una de las variables, tanto para la inteligencia emocional como para el afrontamiento al estrés. Después se revisó la normalidad de la muestra a través de la prueba Kolmogorov Smirnov, donde se encontró que no había normalidad debido a que las puntuaciones alcanzaron una distribución no normal requiriendo la utilización de pruebas no paramétricas, como la U Mann Whitney y Kruskal Wallis para la comparación en función a las variables sociodemográficas. Finalmente, se contó con la prueba rho ( $r_s$ ) de Spearman para el análisis de correlación entre las variables inteligencia emocional y estilos de afrontamiento.

**CAPÍTULO IV**  
**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE**  
**RESULTADOS**

#### 4.1. Resultados descriptivos e inferenciales

##### Descripción de la variable inteligencia emocional

Tabla 10

*Niveles de la dimensión intrapersonal*

	<i>fi</i>	%
Bajo	187	52.5
Moderado	95	26.7
Alto	74	20.8
Total	356	100.0

En la tabla 10, se presentan los resultados de las frecuencias y porcentajes de la dimensión intrapersonal en los estudiantes de secundaria. Se observa que el 52.5% es bajo y el 20.8% es alto, siendo el restante 26.7% moderado.

Tabla 11

*Niveles de la dimensión interpersonal*

	<i>fi</i>	%
Bajo	131	36.8
Moderado	169	47.5
Alto	56	15.7
Total	356	100.0

En la tabla 11, se presentan los resultados de las frecuencias y porcentajes de la dimensión interpersonal en los estudiantes de secundaria. Se observa que el 36.8% es bajo y el 15.7% es alto, siendo el restante 47.5% moderado.

Tabla 12

*Niveles de la dimensión adaptabilidad*

	<i>fi</i>	%
Bajo	164	46.1
Moderado	129	36.2
Alto	63	17.7
Total	356	100.0

En la tabla 12, se presentan los resultados de las frecuencias y porcentajes de la dimensión adaptabilidad en los estudiantes de secundaria. Se observa que el 46.1% es bajo y el 17.7% es alto, siendo el restante 36.2% moderado.

Tabla 13

*Niveles de la dimensión estado de ánimo*

	<i>fi</i>	%
Bajo	128	36.0
Moderado	161	45.2
Alto	67	18.8
Total	356	100.0

En la tabla 13, se presentan los resultados de las frecuencias y porcentajes de la dimensión estado de ánimo en los estudiantes de secundaria. Se observa que el 36% es bajo y el 18.8% es alto, siendo el restante 45.2% moderado.

Tabla 14

*Niveles de la dimensión manejo del estrés*

	<i>fi</i>	%
Bajo	184	51.7
Moderado	84	23.6
Alto	88	24.7
Total	356	100.0

En la tabla 14, se presentan los resultados de las frecuencias y porcentajes de la dimensión manejo del estrés en los estudiantes de secundaria. Se observa que el 51.7% es bajo y el 24.7% es alto, siendo el restante 23.6% moderado.

Tabla 15

*Niveles de la inteligencia emocional*

	<i>fi</i>	%
Bajo	132	37.1
Moderado	146	41.0
Alto	78	21.9
Total	356	100.0

En la tabla 15, se presentan los resultados de las frecuencias y porcentajes de la variable inteligencia emocional en los estudiantes de secundaria. Se observa que el 37.1% es bajo y el 21.9% es alto, siendo el restante 41.0% moderado.

### Descripción de la variable estilos de afrontamiento

Tabla 16

*Niveles del estilo resolver el problema*

	<i>fi</i>	%
Bajo	135	37.9
Moderado	135	37.9
Alto	86	24.2
Total	356	100.0

En la tabla 16, se presentan los resultados de las frecuencias y porcentajes del estilo resolver el problema de la variable estilos de afrontamiento en los estudiantes de secundaria. Se observa que el 37.9% es bajo y el 24.2% es alto, siendo el restante 37.9% moderado.

Tabla 17

*Niveles del estilo referencia a otros*

	<i>fi</i>	%
Bajo	127	35.7
Moderado	144	40.4
Alto	85	23.9
Total	356	100.0

En la tabla 17, se presentan los resultados de las frecuencias y porcentajes del estilo referencia a otros de la variable estilos de afrontamiento en los estudiantes de secundaria. Se observa que el 35.7% es bajo y el 23.9% es alto, siendo el restante 40.4% moderado.



Tabla 18

*Niveles del estilo no productivo*

	<i>fi</i>	%
Bajo	130	36,5
Moderado	138	38,8
Alto	88	24,7
Total	356	100,0

En la tabla 18, se presentan los resultados de las frecuencias y porcentajes del estilo no productivo de la variable estilos de afrontamiento en los estudiantes de secundaria. Se observa que el 36.5% es bajo y el 24.7% es alto, siendo el restante 38.8% moderado.

**Prueba de normalidad**

Tabla 19

*Prueba de normalidad de la inteligencia emocional y sus dimensiones*

	N	Kolmogorov smirnov	<i>p</i>
Intrapersonal	356	0.095	,000
Interpersonal	356	0.091	,000
Adaptabilidad	356	0.090	,000
Estado de animo	356	0.101	,000
Manejo de estrés	356	0.091	,000
Inteligencia emocional	356	0.090	,000

En la tabla 19, se presentan los resultados de la prueba de normalidad de la inteligencia emocional y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria. Encontró que los datos no se ajustan a la curva teóricamente de normalidad, resultando ser una distribución no normal de los datos.

Tabla 20

*Prueba de normalidad de los estilos de afrontamiento*

	N	Kolmogorov smirnov	<i>p</i>
Resolver el problema	356	0.095	,000
Referencia a otros	356	0.099	,000
No productivo	356	0.111	,000

En la tabla 20, se presentan los resultados de la prueba de normalidad de los estilos de afrontamiento en los estudiantes de secundaria. Encontró que los datos no se ajustan a la curva teóricamente de normalidad, resultando ser una distribución no normal de los datos.

## 4.2. Contrastación de hipótesis

### Comparación de la inteligencia emocional en función de las variables sociodemográficas

Tabla 21

*Comparación de la inteligencia emocional en función del sexo*

Variable	Sexo	N	Rango promedio	<i>U</i>	<i>p</i>
Intrapersonal	Femenino	193	181.46	15158.000	0.552
	Masculino	163	174.99		
Interpersonal	Femenino	193	158.80	11926.500	0.000
	Masculino	163	201.83		
Adaptabilidad	Femenino	193	177.32	15501.000	0.812
	Masculino	163	179.90		
Estado de animo	Femenino	193	156.96	11572.500	0.000
	Masculino	163	204.00		
Manejo de estrés	Femenino	193	187.53	13987.500	0.070
	Masculino	163	167.81		
Inteligencia emocional	Femenino	193	164.34	12997.000	0.005
	Masculino	163	195.26		

En la tabla 21, se presenta la comparación de la inteligencia emocional y sus dimensiones en función del sexo en los estudiantes de secundaria. Se encontró que existen diferencias significativas en la dimensión interpersonal y en estado de ánimo, pero no se encontró diferencias en las dimensiones intrapersonal, adaptabilidad y manejo de estrés. Finalmente, se encontró diferencias estadísticamente significativas a nivel global de la inteligencia emocional en función del sexo.

Tabla 22

*Comparación de la inteligencia emocional en función de la edad*

Variable	Edad	N	Rango promedio	<i>U</i>	<i>p</i>
Intrapersonal	14 a 15 años	187	186.98	14215.000	0.100
	16 a 17 años	169	169.11		
Interpersonal	14 a 15 años	187	185.76	14444.000	0.160
	16 a 17 años	169	170.47		
Adaptabilidad	14 a 15 años	187	176.53	15432.500	0.702
	16 a 17 años	169	180.68		
Estado de animo	14 a 15 años	187	187.54	14111.500	0.080
	16 a 17 años	169	168.50		
Manejo de estrés	14 a 15 años	187	189.22	13796.000	0.037
	16 a 17 años	169	166.63		
Inteligencia emocional	14 a 15 años	187	190.78	13505.000	0.018
	16 a 17 años	169	164.91		

En la tabla 22, se presenta la comparación de la inteligencia emocional y sus dimensiones en función de la edad en los estudiantes de secundaria. Se encontró que existen diferencias significativas en la dimensión manejo de estrés; sin embargo, no existen diferencias estadísticamente significativas en la edad en las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y estado de ánimo. Finalmente, no se encontró diferencias estadísticamente significativas a nivel global de la inteligencia emocional en función de la edad.

Tabla 23

*Comparación de la inteligencia emocional en función del año de estudio*

Variable	Año de estudio	N	Rango promedio	U	p
Intrapersonal	Cuarto año	192	187,16	14081.000	0.084
	Quinto año	164	168,36		
Interpersonal	Cuarto año	192	202,13	11207.000	0.000
	Quinto año	164	150,84		
Adaptabilidad	Cuarto año	192	186,34	14239.000	0.118
	Quinto año	164	169,32		
Estado de animo	Cuarto año	192	193,19	12923.500	0.003
	Quinto año	164	161,30		
Manejo de estrés	Cuarto año	192	197,43	12109.500	0.000
	Quinto año	164	156,34		
Inteligencia emocional	Cuarto año	192	200,90	11443.500	0.000
	Quinto año	164	152,28		

En la tabla 23, se presenta la comparación de la inteligencia emocional y sus dimensiones en función del año de estudio en los estudiantes de secundaria. Se encontró que existen diferencias significativas en la dimensión interpersonal, estado de ánimo y manejo de estrés, pero no se encontró diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones intrapersonal y adaptabilidad. Finalmente, se encontró diferencias estadísticamente significativas a nivel global de la inteligencia emocional.

## Comparación de los estilos de afrontamiento en función a las variables sociodemográficas

Tabla 24

*Comparación de los estilos de afrontamiento en función del sexo*

Variable	Sexo	N	Rango promedio	U	$p$
Resolver el problema	Femenino	193	180.47	15350.000	0.695
	Masculino	163	176.17		
Referencia a otros	Femenino	193	177.48	15533.000	0.839
	Masculino	163	179.71		
No productivo	Femenino	193	161.54	12456.000	<b>0.001</b>
	Masculino	163	198.58		

En la tabla 24, se presenta la comparación de los estilos de afrontamiento en función del sexo en los estudiantes de secundaria. Se encontró que existen diferencias estadísticamente significativas en el estilo no productivo, pero no existen tales diferencias en los estilos resolver el problema y referencia a otros en función del sexo.

Tabla 25

*Comparación de los estilos de afrontamiento en función de la edad*

Variable	Edad	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	$p$
Resolver el problema	14 a 15 años	187	189.68	13711.000	0.031
	16 a 17 años	169	166.13		
Referencia a otros	14 a 15 años	187	183.82	14806.000	0.304
	16 a 17 años	169	172.61		
No productivo	14 a 15 años	187	199.61	11853.000	0.000
	16 a 17 años	169	155.14		

En la tabla 25, se presenta la comparación de los estilos de afrontamiento en función de la edad en los estudiantes de secundaria. Se encontró que existen diferencias estadísticamente significativas en el estilo resolver el problema y en no productivo, pero no se llegó a encontrar diferencias estadísticamente significativas en función de la edad en el estilo referencia a otros.

Tabla 26

*Comparación de los estilos de afrontamiento en función del año de estudio*

Variable	Año de estudio	N	Rango promedio	U	<i>p</i>
Resolver el problema	Cuarto año	192	192,63	13032.000	0.005
	Quinto año	164	161,96		
Referencia a otros	Cuarto año	192	191,52	13244.500	0.010
	Quinto año	164	163,26		
No productivo	Cuarto año	192	196,60	12269.000	0.000
	Quinto año	164	157,31		

En la tabla 26, se presenta la comparación de los estilos de afrontamiento en función del año de estudio en los estudiantes de secundaria. Se encontró que existen diferencias estadísticamente significativas en el estilo resolver el problema, referencia a otros y en el estilo no productivo en función del año de estudio en los estudiantes de secundaria.

## Análisis de relación entre las variables

Tabla 27

*Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento*

		F1	F2	F3
Intrapersonal	$r_s$	,185	0.069	-,180
	$p$	0.000	0.194	0.001
	$n$	356	356	356
Interpersonal	$r_s$	,398	,166	-,199
	$p$	0.000	0.002	0.000
	$n$	356	356	356
Adaptabilidad	$r_s$	,408	,166	-,109
	$p$	0.000	0.002	0.039
	$n$	356	356	356
Estado de animo	$r_s$	0.086	0.099	-,397
	$p$	0.104	0.061	0.000
	$n$	356	356	356
Manejo de estrés	$r_s$	,305	,219	-,155
	$p$	0.000	0.000	0.003
	$n$	356	356	356

*Nota:* F1 (Resolver el problema); F2 (Referencia a otros); F3 (No productivo)

En la tabla 27, se presentan los resultados del análisis de relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria a través de la prueba rho de Spearman. Se encontró que había relación entre la dimensión intrapersonal con F1 y F2; la dimensión interpersonal, adaptabilidad y la dimensión manejo de estrés mostraron relación con las dimensiones F1, F2 Y F3; finalmente, la dimensión estado de ánimo solo mostró relación estadísticamente significativa con F3.



Tabla 28

*Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento*

		Resolver el problema	Referencia a otros	No productivo
Inteligencia emocional	$r_s$	,346	0.094	-,291
	$p$	0.000	0.077	0.000
	$n$	356	356	356

En la tabla 28, se presentan los resultados del análisis de relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria a través de la prueba rho de Spearman. Se encontró que la inteligencia emocional muestra relación estadísticamente significativa con los estilos resolver el problema ( $r_s=.346$ ;  $p<.001$ ) y con no productivo ( $r_s=-.291$ ;  $p<.001$ ) en los estudiantes de secundaria.

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

## 5.1. Discusiones

En la presente investigación se obtuvo evidencia sobre la inteligencia emocional, la cual constituye un conjunto de habilidades que permiten a los estudiantes manejar mejor el área emocional, por el contrario cuando carecen de estas pueden caer en problemas de forma recurrente, es decir emplear estilos de afrontamiento inadecuados, que lejos de solucionar el problema, terminen incrementándolo más y manteniendo esa experiencia aversiva de forma prolongada, por todo ello es que en la presente investigación se trabajó bajo el objetivo de determinar la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador, del cual se analizan los resultados obtenidos a continuación.

La investigación parte del análisis general de la relación entre la inteligencia emocional y los tres estilos de afrontamiento, realizándose a través de la prueba rho de Spearman, en las puntuaciones obtenidas en los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria, del cual se obtuvo que había relación estadísticamente significativa y positiva ( $r_s=.346$ ;  $p<.001$ ) entre la inteligencia emocional y el estilo resolver el problema, lo que significaría que los estudiantes con un mejor desarrollo de la gestión de sus emociones, adoptarían una postura mucho más proactiva, encaminándose al desarrollo de alguna estrategia para la resolución del problema. Así mismo, se encontró relación estadísticamente significativa y negativa ( $r_s=-.291$ ;  $p<.001$ ) con el estilo no productivo, lo que señalaría que aquellos estudiantes que no han desarrollado o se dejan guiar por su estado emocional sin medir las consecuencias, podrían caer en una resolución del problema inapropiada, improductiva y que alargaría la experiencia aversiva de ese momento. Estos resultados difieren de lo reportado por Velázquez (2016), quien en adolescentes del Callao encontró que no había relación significativa entre ambas variables; así mismo, Ponce (2018) reportaría que no había relación significativa entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios, lo que difiere de los resultados encontrados en el presente estudio. Estos resultados pueden darse por que los chicos con menor inteligencia emocional, no terminan dando respuestas apropiadas frente a eventos angustiantes, estos pueden caer en el pesimismo o reaccionar en base a su estado emocional sin reflexionar en la situación y sus

alternativas, algo similar sería mencionado por Díaz (2015), quien señalaría que las personas con menor inteligencia emocional les cuesta estar ecuanímes.

En torno a los objetivos descriptivos, se encontraría para la inteligencia emocional que el 21.9% de los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria estarían mostrándose con una adecuada inteligencia emocional, lo que para BarOn (1997) indicarían que han desarrollado un conjunto de competencias emocionales y sociales que van a hacer que identifiquen su estado emocional en ese momento, reflexionen sobre si es apropiado expresarlo como tal, y vean alguna respuesta alternativa por que se han dado cuenta que responder bajo esas emociones haría que se lamenten tras pasado dicho episodio de emociones inadaptativa, e otras palabras, al tener mayor inteligencia emocional, se pueden manejar de forma más provechosa las relaciones interpersonales, porque se tiene plena consciencia de sus respuestas emocionales, no se actúa de forma impulsiva y se tiene mayor autocontrol sobre sí mismo. Mientras que el 37.1% no la habría desarrollado de tal forma. Es decir que ellos serían los más afectados en sus relaciones interpersonales, pues pueden dejarse manejar por la ira y perder alguna amistad importante o caer en acciones que haga luego lamentarse. Tal como se mencionaría en Bueno, Teruel y Valero (2005) estos chicos tienen menor ventaja social. Dichos resultados terminan siendo similares a lo reportado por Novoa (2019) en Lima, donde el 17.2% eran nivel alto, y siendo diferente a lo reportado por Velázquez (2016) en Callao, donde solo el 9.2% era de nivel alto.

En cuando a la descripción de los estilos de afrontamiento, se encontró que el 24.2% empleaban el estilo resolver el problema, es decir ellos mostraban una posición proactiva en la búsqueda de la solución del problema, la mejor forma de afrontar las adversidades es encarándolas, por lo cual se tenían confianza a sí mismos, y sobre todo creen que tienen la capacidad suficiente para superar esa situación adversa, probablemente por que en anteriores ocasiones ya la han superado; además, el 23.9% de los estudiantes empleaba el estilo referencia a otros, lo que involucraba que estos estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria cuando se veían expuestos ante un problema, recurrían a sus amistades, es decir que esta sería la mayor fuerza de apoyo para superar sus problemas; así mismo, se encontró que el 24.7% utilizaba el estilo no reproductivo, en este último caso, los chicos no estarían manejando bien

el problema ante el que se enfrentan, estas personas lejos de solicitar ayuda o encarar el problema con criterio, caer en la preocupación sin acción, es decir que piensan en las consecuencias negativas de que cometan un error en ello pero no se ponen a intentar nada, cuando actúan están dominados por la respuesta emocional, lo que no deja buenas respuestas. Estos resultados son similares a lo identificado por Espinoza, Guamán y Sigüenza (2018) en Ecuador, donde se encontraría que el 36% utilizaba un estilo de afrontamiento productivo, el 36% un estilo referente a otros y el 21% un estilo no productivo, dándose también resultados similares con lo encontrado en López (2015), y Morán (2019) en Lima, donde el 14.1% empleaba el estilo resolver el problema, en el estilo referencia a otros el 14.5% era alto y en el estilo no productivo el 13.2% era alto.

Finalmente, se encontró en la comparación de la inteligencia emocional en función del sexo, donde los varones obtuvieron mayor nivel; así como al compararla en función del año de estudio, donde cuarto año presentaba mayor desarrollo; sin embargo, a nivel de la edad no se encontraron diferencias estadísticamente significativas. Estos resultados coinciden con lo reportado en Novoa (2019) en adolescentes de Villa María del Triunfo, donde hubo diferencias estadísticamente significativas en función del sexo y edad, en este último no encontró diferencias estadísticamente significativas. Finalmente, para el cuarto objetivo específico, se encontró en la comparación de los estilos de afrontamiento en función del sexo que los varones empleaban más el no productivo; además, en función de la edad en el grupo de 14 a 15 años usaban resolver el problema y no productivo. Los chicos de quinto año empleaban los tres estilos de afrontamiento. Estos resultados difieren a lo reportado por Moran (2019) donde no existieron diferencias estadísticamente significativas en función del sexo y edad en los adolescentes de Villa El Salvador. En base a todo lo anterior, cabe la necesidad de identificar y diseñar programas efectivos diferenciados según el sexo al cual se pertenezca, incluyendo diferentes juegos de roles para identificar situaciones demandantes y poder enfrentarlas con herramientas emocionales favorables para la interacción con sus demás compañeros, familiares o medio social cercano.

## 5.2. Conclusiones

1. Para el objetivo general, se encontró que a mayor presencia de inteligencia emocional tengan los estudiantes de secundaria, mayor fue el uso del estilo resolver el problema y menor el estilo no productivo.
2. Para el primer objetivo específico, para la inteligencia emocional el 21.9% de los estudiantes de secundaria presentan una alta inteligencia emocional; mientras que el 37.1% no la habría desarrollado de tal forma.
3. Para el segundo objetivo específico, se encontró para los estilos de afrontamiento que el 24.2% usaba un estilo resolver el problema, el 23.9% de los estudiantes empleaba el estilo referencia a otros y el 24.7% el estilo no reproductivo.
4. Para el tercer objetivo específico, se encontró en la comparación de la inteligencia emocional en función del sexo, donde los varones obtuvieron mayor nivel; así como al compararla en función del año de estudio, donde cuarto año presentaba mayor desarrollo; sin embargo, a nivel de la edad nos e encontraron diferencias estadísticamente significativas.
5. Para el cuarto objetivo específico, se encontró en la comparación de los estilos de afrontamiento en función del sexo que los varones empleaban más el no productivo; además, en función de la edad en el grupo de 14 a 15 años usaban resolver el problema y no productivo. Finalmente, los chicos de quinto año empleaban los tres estilos de afrontamiento.

### 5.3. Recomendaciones

- Identificar a los estudiantes que reportaron niveles bajos de inteligencia emocional, pues ellos estarían presentando problemas en torno a sus interacciones sociales por dejarse llevar por su estado emocional.
- Realizar intervención en los estudiantes que han presentado predominantemente el estilo de afrontamiento no productivo, ya que ellos se encontrarían inmersos en un círculo vicioso en el cual cada vez que se encuentren frente a un problema que les genera estrés, emplean una forma inadaptada para intentar hacerle frente.
- Desarrollar un programa psicológico donde se trabaje de forma conjunta estrategia para una mejor regulación emocional y la toma de un adecuado estilo de afrontamiento frente a un problema.
- Implementar programas de educación emocional en la población de escolares estudiando, diferenciándolo por el sexo para poder presentar mejor aceptación y aprendizaje de las habilidades a enseñar, de tal manera que se pueda interpretar diferentes situaciones de rol playing para que puedan facilitar su interacción en futuros conflictos sociales, brindando maneras de actuar determinadas ante eventos desafiantes.

## **REFERENCIAS**



- Alcalde, M. (2001). *Nivel de Autoeficacia percibida y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.
- Arias, W., Riveros, P. y Salas, X. (2012). Espiritualidad en el ambiente laboral, estrés crónico (burnout) y estilos de afrontamiento en trabajadores de una empresa de servicios educativos. *Ciencia y Trabajo*, 14(44), 195-200.
- Banco Mundial de Salud (2020). *La educación en América Latina enfrenta una crisis silenciosa, que con el tiempo se volverá estridente*. Recuperado de <https://www.bancomundial.org/es/news/feature/2020/06/01/covid19-coronavirus-educacion-america-latina>
- BarOn, R. (1997). La era del CE: Definición y evaluación de la inteligencia emocional. *Sesión presentada en la 104ta Convención Anual de la Asociación Psicológica Norteamericana*, 21(14), 1236-1294.
- Boullosa, G. (2013). *Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/4880>
- Bueno, C., Teruel, M. y Valero, A. (2005). La inteligencia emocional en alumnos de Magisterio. La percepción y comprensión de los sentimientos y las emociones. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 169-194.
- Buitrago, R. (2012). *Contexto escolar e inteligencia emocional en instituciones educativas públicas del ámbito rural y urbano de Boyacá* (Tesis doctoral). Universidad de Granada, Melilla, España.
- Burga, I., y Sánchez, J. (2016) *Inteligencia emocional y resiliencia en pacientes con cáncer de mama en el HNGAL-Esalud de Lima, 2016* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Perú, Lima.

- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las escalas de afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolar de Lima Metropolitana. *Revista Persona*, 5(1), 191–233.
- Cano FJ, Rodríguez L y García J (2007). Adaptación española del Inventario de estrategias de afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 35(1), 29-39.
- Castaño, F., & León, B., (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *Revista International Journal of Psychology and Psychological Therapy de la Universidad de Extremadura de España*. 10(2). Recuperado de <http://www.ijpsy.com/volumen10/num2/260/estrategias-de-afrontamientodel-estres-ES.pdf>
- Casullo, M., Brenlla, M., Castro, A., Soledad, M., Gonzáles, R., Maganto, C. y Morote, R. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Cervantes, A. (2005). *Estrategias de afrontamiento en adolescentes que manifiestan comportamientos agresivos y asertivos entre los 13 y 17 años de edad, y que cursan básica secundaria en la institución educativa CASD, Quindío* (Tesis de maestría). Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia
- Céspedes, A. (2001): Inteligencia Emocional: Bases Neurobiológicas y Ontogénicas. *Revista Psicológica de Actualización Profesional*, 1(2), 134-148.
- Chávez, L. y Orozco, A. (2015). Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento al estrés en soldados: un estudio correlacional. *Revista de psicología - Universidad de Antioquia*. 7(1), 35-56.
- Chávez, M., Contreras, O., y Velázquez, M. (2014). Afrontamiento y depresión: su relación con pensamiento constructivo y no constructivo en universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(2), 31-49.

Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Valencia, España: Universidad de Valencia.

Contini, E., Coronel C., Levin. M. y Estevez, M. (2003) Estrategias de afrontamiento, bienestar psicológico y factores de protección de la salud del adolescente. *Revista de Psicología de la PUCP*, 11(1), 154-165.

Coon, D. y Mitterer, J. (2010). *Introducción a la psicología: El acceso a la mente*. Ciudad de México, México: Cengage Learning

Días, P., Bastos, A., Marzo, J. y García, J. (2015). Bienestar, calidad de vida y regulación afectiva en adolescentes portugueses. *Aten Primaria*. 48(7), 432-439.

Díaz, E. (2015). *Acoso escolar, apoyo social y calidad de vida relacionada con la salud* (Tesis doctoral). Universidad de Castilla de la Mancha, Cuenca, España.

DiCollredo, C., Aparicio, D., y Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia: Avances de la disciplina*, 1(2), 125-156.

Elías, M., Tobías, S. y Friendlander, B. (2000) *Educación con inteligencia emocional*. Barcelona, España: Editorial Plaza y Janes.

Espinoza, A., Guamán, M. y Sigüenza, W. (2018). Estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios de la ciudad de Cuenca, Ecuador. *Revista Cubana de Educación Superior*, 37(2), 45-62.

Fernández Abascal EG (2000). *Estilos y estrategias de afrontamiento*. Madrid, España: Pirámide.

Figuroa, S. (2017). *Inteligencia emocional y bullying en estudiantes del nivel secundario de dos instituciones educativas de Lima - Metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión. Lima, Perú

- Fraudela, J., Luengo, A., Romero, E., Villar, P. y Sobral, J. (2006). Estrategias de afrontamiento en el inicio de la adolescencia y su relación con el consumo de drogas y la conducta problemática. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3), 581-597.
- Frydenberg, E., y Lewis, R. (1996). *Escala de afrontamiento para adolescentes*. Madrid, España: TEA Ediciones.
- García, M. y Giménez, S.I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral, cuadernos del profesorado*. Recuperado de <http://www.cepcuevasolula.es/espiral>.
- Godoy, M. (2017). *Funcionamiento familiar e inteligencia emocional en familias numerosas y no numerosas*. Recuperado de <https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/116202/retrieve>
- Gustems, J., y Calderón, C. (2014). Empatía y estrategias de afrontamiento como predictores del bienestar en estudiantes universitarios españoles. *Journal of Research in Educational Psychology*, 12(1), 129-146.
- Gutiérrez, B. (2015). *Apoyo familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes de un colegio en Ica* (Tesis de pregrado). Universidad San Juan Bautista, Lima-Perú. Recuperado de <https://bit.ly/2XUYLrb>
- López, A. (2015). *Estrategias de afrontamiento y de resolución de conflictos en las relaciones de pareja adolescentes* (Tesis de pregrado). Universidad de la Laguna, Santa Cruz de Tenerife, España.
- López, R. y Angeles, M. (2015). Estrategias de afrontamiento ante el maltrato escolar en estudiantes de primaria y secundaria. *Revista Aula Abierta*, 39(1), 59-68. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3353885.pdf>
- Macias, M., Madariaga, C., Valle, M. y Zambrano, J. (2013). *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico*

(Tesis de pregrado). Recuperado de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/2051/6906>

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

Martínez, A., Reyes, G., García, A. y González, M.I. (2006). Optimismo/pesimismo disposicional y estrategias de afrontamiento del estrés. *Psicothema*, 18(1), 66-72.

Maya, B. (2003). *Inteligencia emocional y educación: una necesidad humana, curricular y práctica*. Bogotá, Colombia: Cooperativa Editorial Magisterio.

Ministerio de Educación (2017). *En el Perú, 75 de cada 100 escolares han sufrido de violencia física y psicológica*. Recuperado de <http://www.minedu.gob.pe/n/noticia.php?id=42630>

Morales, F. y Trianes, M.V. (2015). Estrategias de afrontamiento e inadaptación en niños y adolescentes. *Revista de Educación y Psicología*, 3(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1293/129315468010.pdf>

Morán, D. (2019). *Rasgos de personalidad y estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de dos instituciones educativas en Villa El Salvador* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.

Novoa, G. (2019). *Satisfacción familiar e inteligencia emocional en estudiantes de nivel secundaria del distrito de Villa María del Triunfo* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.

Organización de las Naciones Unidas. (2018). Compendio 2018 de datos sobre el ODS4. *Estadísticas para fomentar el aprendizaje*. Recuperado de <http://uis.unesco.org/sites/default/files/documents/sdg4-digest-data-nurture-learning-exec-summary-2018-sp.pdf>

- Páez, M. y Castaño J. (2014). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Manizales, Colombia: Universidad del Norte.
- Palomera, R., Fernández, P. y Brackett, M. (2008). La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación inicial de los docentes: algunas evidencias. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(15), 437-454.
- Piemontesi, S., y Heredia, D. (2009). Afrontamiento ante exámenes: Desarrollos de los principales modelos teóricos para su definición y medición. *Anales de psicología*, 25(1), 102-111.
- Ponce, C. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada* (Tesis de pregrado). Universidad San Martín de Porres, Lima, Perú.
- Rodríguez, H., Luján, I., Díaz, C., Rodríguez, J. y González, Y. (2018). Satisfacción familiar, comunicación e inteligencia emocional. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 1(1), 117-128.
- Samper, P., Tur, A.M., Mestre, V. y Cortés, M.T. (2008). Agresividad y afrontamiento en la adolescencia. Una perspectiva intercultural. *Internacional Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 8(1), 431-440.
- Scafarelli, L. (2010). Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de Jóvenes universitarios uruguayos. Universidad católica del Uruguay Reina Coral García Pérez. *Revista Ciencia y Psicología*, 1(2), 123-134.
- Scafarelli, L., y García, R. (2010). Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos. *Ciencias Psicológicas*, 4(2), 165-175.

- Trujillo, G. (2017). *Inteligencia emocional y motivación de logro académico en estudiantes de tercer y cuarto año de secundaria con y sin participación en actos violentos de instituciones educativas públicas del distrito de la Perla* (Tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Unesco (2020). *Diez recomendaciones para estudiar a distancia durante la emergencia del coronavirus*. Recuperado de <https://es.unesco.org/covid19/educationresponse>
- Unesco (2020). Más de 156 millones de estudiantes están fuera de la escuela en América Latina debido al coronavirus. *Mirada Global*. Recuperado de <https://news.un.org/es/story/2020/03/1471822>
- Valdez, M. (2018). *Estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes con buena y mala percepción del clima social familiar en una institución educativa pública de Lima Sur* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.
- Vallejo, L. (2007). *Bienestar subjetivo y estrategias de afrontamiento en estudiantes del colegio Perpetuo Socorro del Distrito de Trujillo* (Tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.
- Vanessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las escalas de afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona*. 5(1), 191–233.
- Velázquez, E. (2016). *Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de 3ro y 5to de secundaria de la I.E. libertador castilla del distrito de Aplao* (Tesis de pregrado). Universidad Alas Peruanas, Arequipa, Perú.
- Villanueva, S. (2017). *Inteligencia emocional y autoestima en estudiantes del 4º grado de una institución estatal secundaria, Callao 2017* (Tesis de pregrado). Recuperado de [www.repositorio.uap.edu.pe](http://www.repositorio.uap.edu.pe)
- Yoney, T. (2001). Emotional intelligence. *Marmara Medical Journal*, 14(1), 47–52.

## **ANEXOS**



## ANEXO 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES																					
<p>¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador?</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <p>Determinar la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.</p>	<p><b>Hipótesis general</b></p> <p>Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="3" style="text-align: center;">Inteligencia emocional</th> </tr> <tr> <th style="text-align: center;">Dimensiones</th> <th style="text-align: center;">Ítems</th> <th style="text-align: center;">Escala</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">Intrapersonal</td> <td style="text-align: center;">2, 6, 12, 14, 21, 26</td> <td style="text-align: center;">Ordinal</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Interpersonal</td> <td style="text-align: center;">1, 4, 18, 23, 28, 30</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Adaptabilidad</td> <td style="text-align: center;">10, 13, 16, 19, 22, 24</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Estado de animo</td> <td style="text-align: center;">5, 8, 9, 17, 27, 29</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Manejo de estrés</td> <td style="text-align: center;">3, 7, 11, 15, 20 ,25</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Inteligencia emocional			Dimensiones	Ítems	Escala	Intrapersonal	2, 6, 12, 14, 21, 26	Ordinal	Interpersonal	1, 4, 18, 23, 28, 30		Adaptabilidad	10, 13, 16, 19, 22, 24		Estado de animo	5, 8, 9, 17, 27, 29		Manejo de estrés	3, 7, 11, 15, 20 ,25	
	Inteligencia emocional																							
Dimensiones	Ítems	Escala																						
Intrapersonal	2, 6, 12, 14, 21, 26	Ordinal																						
Interpersonal	1, 4, 18, 23, 28, 30																							
Adaptabilidad	10, 13, 16, 19, 22, 24																							
Estado de animo	5, 8, 9, 17, 27, 29																							
Manejo de estrés	3, 7, 11, 15, 20 ,25																							
<p><b>Objetivos específicos</b></p> <p>Describir los niveles de la inteligencia emocional y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.</p> <p>Describir los niveles de los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.</p> <p>Comparar la inteligencia emocional y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador en función del sexo y año de estudio.</p> <p>Comparar los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador en función del sexo y año de estudio.</p> <p>Establecer la relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.</p>	<p>Ho: Existe relación estadísticamente significativa entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.</p> <p><b>Hipótesis específicas</b></p> <p>Existen diferencias estadísticamente significativas a comparar la inteligencia emocional y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador en función del sexo y año de estudio.</p> <p>Existen diferencias estadísticamente significativas a comparar los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador en función del sexo y año de estudio.</p> <p>Existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="3" style="text-align: center;">Estilos de afrontamiento</th> </tr> <tr> <th style="text-align: center;">Dimensiones</th> <th style="text-align: center;">Ítems</th> <th style="text-align: center;">Escala</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">Resolver el problema</td> <td style="text-align: center;">2, 3, 5, 16, 18, 19, 21, 22, 24, 34, 36, 37, 39, 40, 42, 52, 54, 55, 57, 58, 60, 70, 73, 74, 76</td> <td style="text-align: center;">Ordinal</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Referencia a otros</td> <td style="text-align: center;">1, 10, 11, 15, 17, 20, 29, 33, 35, 38, 47, 51, 53, 56, 65, 69, 71, 72</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">No productivo</td> <td style="text-align: center;">4, 6, 7, 8, 9, 12, 13, 14, 23, 25, 26, 27, 28, , 30, 31, 32, 41, 43, 44, 45, 46, 48, 49, 50, 59, 61, 62, 63, 64, 66, 67, 68, 75, 77, 78, 79, 80,</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Estilos de afrontamiento			Dimensiones	Ítems	Escala	Resolver el problema	2, 3, 5, 16, 18, 19, 21, 22, 24, 34, 36, 37, 39, 40, 42, 52, 54, 55, 57, 58, 60, 70, 73, 74, 76	Ordinal	Referencia a otros	1, 10, 11, 15, 17, 20, 29, 33, 35, 38, 47, 51, 53, 56, 65, 69, 71, 72		No productivo	4, 6, 7, 8, 9, 12, 13, 14, 23, 25, 26, 27, 28, , 30, 31, 32, 41, 43, 44, 45, 46, 48, 49, 50, 59, 61, 62, 63, 64, 66, 67, 68, 75, 77, 78, 79, 80,								
Estilos de afrontamiento																								
Dimensiones	Ítems	Escala																						
Resolver el problema	2, 3, 5, 16, 18, 19, 21, 22, 24, 34, 36, 37, 39, 40, 42, 52, 54, 55, 57, 58, 60, 70, 73, 74, 76	Ordinal																						
Referencia a otros	1, 10, 11, 15, 17, 20, 29, 33, 35, 38, 47, 51, 53, 56, 65, 69, 71, 72																							
No productivo	4, 6, 7, 8, 9, 12, 13, 14, 23, 25, 26, 27, 28, , 30, 31, 32, 41, 43, 44, 45, 46, 48, 49, 50, 59, 61, 62, 63, 64, 66, 67, 68, 75, 77, 78, 79, 80,																							

## ANEXO 02: INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

### INVENTARIO EMOCIONAL BARON ICE: NA–A

*BarOn (2003)*

#### Instrucciones

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

1. Muy rara vez 2. Rara vez 3. A menudo 4. Muy a menudo

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

Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1	2	3	4

		Respuestas			
1.	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
2.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
3.	Me agradan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
4.	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
5.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
6.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1	2	3	4
7.	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
10.	Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
11.	Nada me molesta.	1	2	3	4
12.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
13.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
14.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
15.	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4

16.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
17.	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
18.	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
19.	Puedo usar fácilmente diferentes maneras de resolver los problemas.	1	2	3	4
20.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
21.	Para mí es fácil decirles a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
22.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
23.	Me siento mal cuando las personas son sensibles en sus sentimientos.	1	2	3	4
24.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
25.	No tengo días malos.	1	2	3	4
27.	Me incomodo fácilmente	1	2	3	4
28.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
29.	Cuando me incomodo actúo sin pensar.	1	2	3	4
30.	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.	1	2	3	4

## ANEXO 03. INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

### ESCALA DE ESTILOS DE AFRONTAMIENTO

*Frydenberg y Lewis (1994)*

#### Instrucciones

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

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

		Respuestas				
1	Hablamos con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema.	A	B	C	D	E
2	Me dedico a resolver lo que está provocando el problema.	A	B	C	D	E
3	Sigo con mis tareas como es debido.	A	B	C	D	E
4	Me preocupo por mi futuro.	A	B	C	D	E
5	Me reúno con mis amigos más cercanos.	A	B	C	D	E
6	Trato de dar una buena impresión en las personas que importan.	A	B	C	D	E
7	Espero que me ocurra lo mejor.	A	B	C	D	E
8	Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada.	A	B	C	D	E
9	Me pongo a llorar y/o a gritar.	A	B	C	D	E
10	Organizo una acción en relación con mi problema.	A	B	C	D	E
11	Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema.	A	B	C	D	E
12	Ignoro el problema.	A	B	C	D	E
13	Ante los problemas, tiendo a criticarme.	A	B	C	D	E

14	Guardo mis sentimientos para mi sola (a).	A	B	C	D	E
15	Dejo que Dios me ayude con mis problemas.	A	B	C	D	E
16	Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves.	A	B	C	D	E
17	Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo.	A	B	C	D	E
18	Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	A	B	C	D	E
19	Practico algún deporte.	A	B	C	D	E
20	Hablo con otros para apoyarme mutuamente.	A	B	C	D	E
21	Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades.	A	B	C	D	E
22	Sigo asistiendo a clases.	A	B	C	D	E
23	Me preocupo por buscar mi felicidad.	A	B	C	D	E
24	Llamo a un (a) amigo (a) íntimo (a).	A	B	C	D	E
25	Me preocupo por mis relaciones con los demás.	A	B	C	D	E
26	Espero que un milagro resuelva mis problemas.	A	B	C	D	E
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido (a).	A	B	C	D	E
28	Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas.	A	B	C	D	E
29	Organizo un grupo que se acupe del problema.	A	B	C	D	E
30	Decido ignorar conscientemente el problema.	A	B	C	D	E
31	Me doy cuenta que yo mismo (a) me complico la vida frente a los problemas.	A	B	C	D	E
32	Evito estar con la gente.	A	B	C	D	E
33	Pido ayuda y consejo para que se resuelva mis problemas.	A	B	C	D	E
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas.	A	B	C	D	E
35	Busco ayuda y consejo de un profesional para resolver los problemas.	A	B	C	D	E
36	Salgo y me divierto para olvidar mis problemas.	A	B	C	D	E
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma.	A	B	C	D	E
38	Busco ánimo en otras personas.	A	B	C	D	E
39	Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta.	A	B	C	D	E
40	Trabajo intensamente (trabajo duro).	A	B	C	D	E
41	Me preocupo por lo que está pasando.	A	B	C	D	E
42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado (a).	A	B	C	D	E
43	Trato de adaptarme a mis amigos.	A	B	C	D	E

44	Espero que el problema se resuelva por sí solo.	A	B	C	D	E
45	Me pongo mal (me enfermo).	A	B	C	D	E
46	Culpo a los demás de mis problemas.	A	B	C	D	E
47	Me reúno con otras personas para analizar el problema.	A	B	C	D	E
48	Saco el problema de mi mente.	A	B	C	D	E
49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren,	A	B	C	D	E
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa.	A	B	C	D	E
51	Leo la biblia o un libro sagrado.	A	B	C	D	E
52	Trato de tener una visión positiva de la vida.	A	B	C	D	E
53	Pido ayuda a un profesional.	A	B	C	D	E
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan.	A	B	C	D	E
55	Hago ejercicios físicos para distraerme.	A	B	C	D	E
56	Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.	A	B	C	D	E
57	Pienso en lo que estoy haciendo y porqué lo hago.	A	B	C	D	E
58	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo.	A	B	C	D	E
59	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar.	A	B	C	D	E
60	Trato de hacerme amigo (a) íntimo (a) de un chico o de una chica.	A	B	C	D	E
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás.	A	B	C	D	E
62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar.	A	B	C	D	E
63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos.	A	B	C	D	E
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo.	A	B	C	D	E
65	Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo.	A	B	C	D	E
66	Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitarlos.	A	B	C	D	E
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan.	A	B	C	D	E
68	Ante los problemas evito que otros sepan cómo me siento.	A	B	C	D	E
69	Pido a Dios que cuide de mí.	A	B	C	D	E
70	Me siento contento (a) de cómo van las cosas.	A	B	C	D	E
71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencias yo.	A	B	C	D	E
72	Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.	A	B	C	D	E
73	Pienso en distintas formas al enfrentarme del problema.	A	B	C	D	E
74	Me dedico a mis tareas en vez de salir.	A	B	C	D	E

75	Me preocupo por el futuro del mundo.	A	B	C	D	E
76	Procuro pasar más tiempo con la persona con quién me gusta salir.	A	B	C	D	E
77	Hago lo que quieren mis amigos.	A	B	C	D	E
78	Me imagino que las cosas van a ir mejor.	A	B	C	D	E
79	Sufro dolores de cabeza o de estómago.	A	B	C	D	E
80	Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas.	A	B	C	D	E