

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS
DE ICA - 2022**

TESIS

**PRESENTADA POR BACHILLER
ARIAS ACASIETE XIMENA CAMILA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**ICA – PERÚ
2023**

ASESOR

DR. BARBOZA ZELADA, LUIS ALBERTO

ORCID: 0000-0001-8776-7527

TESISTA

ARIAS ACASIETE, XIMENA CAMILA

ORCID: 0000-0003-3459-388X

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
PSICOLOGÍA – PSICOLOGÍA EDUCATIVA

AGRADECIMIENTO

A Dios

Quién me ha guiado y me ha dado la fortaleza para seguir adelante en este largo camino.

A la Universidad Privada San Juan Bautista

Por su compromiso en la formación de los profesionales del campo de la salud mental.

A mi familia

Por su comprensión y estímulo constante, así mismo, por darme su apoyo incondicional a lo largo de todos mis estudios.

A mi asesor

Por su compromiso y tolerancia en la elaboración del informe de investigación.

A todas las personas

Que de una u otra forma me apoyaron en la realización de este trabajo

DEDICATORIA

A mis padres que han sabido formarme con buenos sentimientos, hábitos y valores lo cual me ha ayudado a seguir adelante en los momentos más difíciles y complicados.

A mi esposo que ha sabido acompañarme en este largo proceso con mucha motivación y perseverancia.

También dedico este trabajo a mi hijo Salvador quién ha sido mi mayor motivación para nunca rendirme en los estudios y poder llegar a ser un gran ejemplo para él.

Ximena

RESUMEN

La investigación se planteó como objetivo determinar el nivel de relación entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022. La metodología del estudio corresponde al enfoque cuantitativo, de tipo aplicada. Posee un nivel de investigación descriptivo-correlacional, el diseño es no experimental de corte transversal. La población corresponde a 472 universitarios y la muestra integrada por 235 universitarios. Los instrumentos que se aplicaron para el registro de información fueron: EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory para medir la inteligencia emocional y Cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE). Los resultados descriptivos muestran que el 26,8% se ubica en el nivel promedio de inteligencia emocional, en cuanto al afrontamiento al estrés el 64,6% se ubica en nivel medio, en cuanto a los resultados inferenciales entre inteligencia emocional y afrontamiento se obtuvo una asociación directa baja ($r_s=0,106$) en cuanto a la significativa ($0,104 > 0,05$), no podemos afirmar que la correlación difiera significativamente de 0, deben existir otros aspectos que influyen en la relación de las variables que no se han identificado. Se concluye que las variables presentan una correlación baja y que el comportamiento de la inteligencia emocional no está asociada al comportamiento del afrontamiento al estrés o viceversa.

Palabras claves: Inteligencia emocional, afrontamiento al estrés, salud mental, estrés

ABSTRACT

The investigation was aimed at determining the relationship between emotional intelligence and coping with stress in university students from Ica – 2022. Cross-section of the correlational descriptive subgroup. The population corresponds to 600 university students and the sample is made up of 235 university students. The instruments that were applied for the recording of information were: EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory to measure emotional intelligence and Stress Coping Questionary (CAE). The descriptive results show that 26.8% are ranked at the average level of emotional intelligence, while the confrontation with stress is 64.6% ranked at the average level, while the inferential results between emotional intelligence and coping are obtained a direct association is low ($r_s=0.106$) while it is significant ($0.104 > 0.05$), we cannot say that the correlation differs significantly from 0, there must be other aspects that influence the relationship of the variables that have not been identified . It was concluded that the variables present a low correlation and that the behavior of emotional intelligence is not associated with the behavior of coping with stress or vice versa.

Keywords: Emotional intelligence, coping with stress, mental health, stress

ÍNDICE

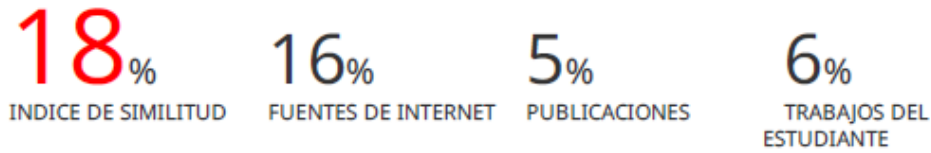
CARÁTULA	i
ASESOR Y TESISISTA	ii
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE	viii
INFORME ANTIPLAGIO	x
LISTA DE TABLAS	xii
LISTA DE ANEXOS	xiv
1 PROBLEMA	14
Realidad problemática	14
Formulación del problema	19
Objetivos	19
Objetivos General y específicos	19
Propósito	20
Línea de Investigación	20
Objetivo de responsabilidad social	21
Justificación	21
Delimitación	22
Limitaciones	22
2 MARCO TEORICO	23

Antecedentes Nacionales e Internacionales	23
Bases teóricas	28
Marco Conceptual	41
3 HIPOTESIS y VARIABLES	45
3.1 Hipótesis	45
3.2 Operacionalización de la variable	45
4 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	47
4.1 Tipo, nivel y diseño de estudio	47
4.2 Población muestra y muestreo	48
4.3 Medios de recolección de información	51
4.4 Procedimiento	55
4.5 Procesamiento de datos	55
4.6 Aspectos éticos	56
5 ANALISIS DE RESULTADOS	58
5.1 Resultados	58
5.2 Discusión	69
6 CONCLUSIONES	77
7 RECOMENDACIONES	80
8 REFERENCIAS	82
ANEXOS	94

INFORME ANTIPLAGIO

TESIS-ARIAS ACASIETE XIMENA CAMILA

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet	1%
2	Marta Cañero López, Estefanía Mónaco Gerónimo, Inmaculada Montoya Castilla. "La inteligencia emocional y la empatía como factores predictores del bienestar subjetivo en estudiantes universitarios", European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 2019 Publicación	1%
3	psicologiaymente.net Fuente de Internet	1%
4	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	1%
6	core.ac.uk Fuente de Internet	1%



INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 23 ENERO 2024

NOMBRES DEL AUTOR: ARIAS ACASIETE XIMENA CAMILA

TIPO DE PRODUCTO DE INVESTIGACIÓN:

- PROYECTO ()
- TRABAJO DE INVESTIGACIÓN ()
- TESIS (X)
- TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL ()
- ARTICULO ()
- OTROS ()

INFORMO SER PROPIETARIA DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO TURNITIN, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO: "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ICA - 2022"

CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 18%

Conformidad Autor:

Conformidad Asesor:



ARIAS ACASIETE
XIMENA CAMILA
DNI 71448292





BARBOZA ZELADA
LUIS ALBERTO
DNI 07068974

LISTA DE TABLAS

TABLA 1	Sexo de los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	43
TABLA 2	Edad de los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	44
TABLA 3	Nivel de inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	52
TABLA 4	Nivel de inteligencia emocional según el componente intrapersonal en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	53
TABLA 5	Nivel de inteligencia emocional según el componente interpersonal en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	54
TABLA 6	Nivel de inteligencia emocional según el componente adaptabilidad en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	55
TABLA 7	Nivel de inteligencia emocional según el componente manejo del estrés en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	56
TABLA 8	Nivel de inteligencia emocional según el componente estado de ánimo general en los estudiantes universitarios de Ica – 2022	57
TABLA 9	Nivel de afrontamiento al estrés en los estudiantes universitarios de Ica – 2022	58
TABLA 10	Nivel de afrontamiento al estrés según la dimensión focalización en la solución de problema en los estudiantes universitarios de Ica – 2022	59
TABLA 11	Nivel de afrontamiento al estrés según la dimensión reevaluación positiva en los estudiantes universitarios de Ica –	

	2022.	60
TABLA 12	Nivel de afrontamiento al estrés según la dimensión búsqueda de apoyo social en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	61
TABLA 13	Nivel de afrontamiento al estrés según la dimensión autofocalización negativa en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	62
TABLA 14	Nivel de afrontamiento al estrés según la dimensión expresión emocional abierta en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	63
TABLA 15	Nivel de afrontamiento al estrés según la dimensión evitación en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	64
TABLA 16	Nivel de afrontamiento al estrés según la dimensión religión en los estudiantes universitarios de Ica – 2022.	65
TABLA 17	Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las variables inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022	66
TABLA 18	Correlación entre las variables inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022	67
TABLA 19	Correlación entre las dimensiones de la variable inteligencia emocional y la variable afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.	68

LISTA DE ANEXOS

		Pág.
ANEXO 1	Matriz de consistencia	89
ANEXO 2	Matriz de operacionalización	92
ANEXO 3	Autorización de uso del Instrumento	94
ANEXO 4	Instrumento de evaluación 1	94
ANEXO 5	Instrumento de evaluación 2	99
ANEXO 6	Consentimiento Informado	102

1. PROBLEMA

Hoy en día, hablar de inteligencia emocional se ha convertido en un asunto de gran relevancia, en cuanto ayuda a los estudiantes universitarios en situaciones nuevas y/o adversas a manejar adecuadamente sus emociones y sus relaciones interpersonales, más aún cuando éste se encuentra inmerso en situaciones estresantes, como por ejemplo el volver a las aulas después del confinamiento vivido por causa del Covid-19, donde se encuentran lidiando con dificultades de tipo emocionales para obtener un buen desempeño en las aulas, nuevas responsabilidades que van surgiendo con el avance de su formación, genera en ellos un desequilibrio en su naturaleza. Se debe tener en cuenta que la esencia de una persona se desarrolla íntegramente, teniendo en cuenta tres aspectos: el cognoscitivo (pensar), el emotivo (sentir) y el actitudinal (hacer) (Blanco, 2002). Por ello es importante sostener el equilibrio de estas tres dimensiones, con el transcurrir del tiempo y los avances de la ciencia se está dando valor e importancia a la salud mental.

En el contexto internacional, la inteligencia emocional últimamente se ha establecido como un constructo provechoso para la colectividad científica del mundo, sobre todo para aquellos estudiosos del comportamiento humano. Contini (2005) afirmó que a medida que pasa el tiempo, la Inteligencia emocional viene teniendo un gran progreso para las ciencias sociales, principalmente para la psicología y la educación. No obstante, aún es un tema un tanto nuevo, pues tuvo que pasar algún tiempo para que se realicen estudios al respecto. Actualmente la variable ya es reconocida, incluso se les ha otorgado un valor significativo a las emociones y al potencial humano

En esta dirección Romero (29 junio 2019) sostiene que por algún tiempo se pensó que, el desarrollo de la Inteligencia Racional fue un requisito indispensable para ser exitoso en la vida. También es sabido que ese éxito junto a la felicidad no requiere solamente de ella, sino también necesita desarrollar en lo posible la Educación Emocional.

De acuerdo con los reportes de Organización Mundial de la Salud [OMS], más del 2% de los habitantes a nivel de todo el mundo tiene competencias intelectuales en un nivel alto, pero la gran mayoría aún no logra el éxito académico esperado y eso es causado por el poco desarrollo de la educación emocional; la cual es definida como la habilidad posible de potenciar, modificar, desarrollar y perfeccionar tal como lo hacen otras habilidades. Por lo expuesto, en países avanzados como Estados Unidos, Francia, Inglaterra, Alemania, España, Canadá, entre otros, ya se están impartiendo clases de Inteligencia y Educación Emocional.

En cuanto al afrontamiento al estrés; la ONU (Jácome, 2020), señaló que de cada cinco personas una presenta un trastorno de salud mental, que impactará directamente su lugar de trabajo, ya sea manifestado por un mayor ausentismo, la disminución de la producción e incremento de los costos por la atención médica. Teniendo en cuenta esa experiencia, se confirmó que las epidemias y pandemias pasadas tienen un impacto a corto y largo plazo, convirtiéndolo en un problema de salud pública de solución inmediata para evitar la afectación en la salud mental (citado por Romero et al., 2021).

A nivel de Latinoamérica, las consideraciones sobre el manejo de emociones se vienen considerando desde el ingreso a la universidad, así lo sostienen Sigal y Víctor (2003), quienes dan a conocer que, en América Latina, se han examinado algunos casos en universidades de Panamá, Brasil, Colombia y Venezuela, en las cuales los exámenes de ingreso están compuestos de: pruebas de aptitudes, de especialización y se complementan con otras para evaluar las habilidades emocionales. Por su parte Pilco y Márquez (2022) analizó la inteligencia emocional relacionada al rendimiento académico en alumnos universitarios en Guayaquil, donde demostró que aquellos que poseen niveles bajos respecto la inteligencia emocional son aquellos que reprueban más materias durante su etapa universitaria.

Con lo referente al afrontamiento al estrés, se estima que en México el 40% aproximadamente de los habitantes padecen de estrés: “estamos considerados como el segundo país en el mundo con más mayor incidencia en cuanto a esta problemática, luego de China”, así lo manifestó Alfredo Whley Sánchez, galeno del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Múñiz [INPRF] (citado por Valdez et al., 2022). En el mismo sentido, Santana et al. (2022) demostraron que el 67.9% de estudiantes de una universidad de Guadalajara, alcanzaron grados de estrés que van de medios a altos, donde las mujeres mostraron mayores niveles de estrés; asimismo, consiguieron aplicar mayores estrategias de respuesta que los varones.

En el contexto nacional, de acuerdo con la encuesta electrónica administrada de forma coordinada por los Ministerios de Salud (MINSA) (2021), de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, de Educación (Minedu) y UNICEF, en el ámbito de la

pandemia del COVID-19, arrojó que un porcentaje del 29.6% de adolescentes se encuentran en peligro de sufrir de alguna complicación de salud mental o emocional. En esta dirección, estudios como el de Zamora (2022) demostraron que el 46.6% de alumnos se ubican en rango promedio de inteligencia emocional; y con respecto al riesgo suicida se obtuvo un 21.1 % en un nivel alto. Lo que permitió recomendar métodos de intervención para disminuir esta última.

Para el análisis del afrontamiento al estrés, se tomará en cuenta investigaciones del Ministerio de Salud (2010), donde se encontró que el estrés está presente en la población de 30 a 39 años en un 31,4%, en las mujeres en un 79,3% y en profesionales casados en un 47,0%; desarrollándose así este problema en los profesionales de la salud, siendo los que tienen mayor vulnerabilidad los profesionales en enfermería 19,5%, médicos 14% y obstetras 19,9%. Esta realidad es corroborada por Ramos-Maquera (2021), quien consiguió resultados en cuanto a la salud mental mientras duró la pandemia por el COVID-19 que señalan que el 28,5 % de los encuestados manifestaron presentar síntomas depresivos, que podría haber sido causado al ver en los medios sociales cómo es que se iba incrementando los casos positivos, asimismo debido al distanciamiento social.

El ámbito universitario se considera como una potente fuente de estrés, pues involucra una constante carga de trabajos, la presión y competitividad académica, siendo lo que desnivela su sistema nervioso. Por otra parte, esto nos lleva a una falta de control emocional convirtiéndose en causa de enfermedades; sin embargo, las estrategias para hacer frente al estrés son herramientas que disminuyen estas consecuencias y facilitan el control emocional.

A nivel local se puede observar algunas características que son muy propias del manejo emocional que muestran los estudiantes universitarios del cuarto al décimo ciclo de la escuela de psicología de una universidad privada de Ica, así como el afrontamiento al estrés. Los estudiantes a diario se enfrentan a nuevos retos, responsabilidades y exigencias en el mundo profesional, tanto a nivel personal como académico, es en este desarrollo que a lo largo de todos estos ciclos atraviesan situaciones de mucho estrés que pueden generar conflictos emocionales.

Al tomarse como muestra a este grupo de estudiantes, se evidencio que mostraban un nivel de IE bajo deficiente, limitado por conductas poco asertivas relacionada con la falta de control ante situaciones de mucho estrés, comportamientos inadecuados, situaciones conflictivas, entre otras. Por ello, de acuerdo a lo expuesto, se hace requisito indispensable desarrollar una buena IE, lo cual les permitirá tener un buen afronte ante todas estas dificultades. Es así, como Lipovetsky (2006) resalta en su obra, el papel elemental que desempeña la inteligencia emocional en la actualidad dentro de la educación, y como promueve el desarrollo a nivel integral.

A partir del cuarto ciclo los estudiantes comienzan con una sobrecarga en cuanto a exámenes, exposiciones, elaboración de trabajos, ya que llevan asignaturas direccionadas más a la carrera lo cual requiere iniciar la aplicación de lo teórico que se fue aprendiendo; así mismo, la presión familiar para consolidar la decisión o vocación profesional. Es así que conforme van avanzando la situación se torna un poco más complicada, ya que en noveno y décimo ciclo dan inicio a sus prácticas preprofesionales las cuales incluyen el relacionarse con otras personas, el poder realizar una atención y/o tratamiento a un paciente, la elaboración de sus trabajos de

investigación. Además, el hecho de reintegrarse a las aulas después del confinamiento vivido por el COVID-19.

Todas estas vivencias y situaciones; se ven reflejadas en su manera de interactuar, en la manifestación de fracaso en algunas tareas diarias, deterioro de su bienestar psicológico, emociones negativas, manifestación de depresión, ansiedad, estrés, cansancio emocional. Ante la realidad descrita, es muy importante realizar el estudio para saber si los estudiantes cuentan con las herramientas necesarias para un adecuado manejo de sus emociones y de esta manera puedan afrontar sus problemas, teniendo en cuenta que este tipo de manifestaciones ejercen influencia de forma general en la salud mental de cada uno de ellos.

Estrada et al. (2016) afirmaron que ser inteligentes emocionalmente involucra la aplicación de competencias emocionales en las diversas áreas donde nos desarrollamos. Si bien el entorno familiar provoca el desarrollo de relaciones personales que ayudan a fomentar una serie de competencias emocionales, su aplicación ha impactado grandemente en la educación, tanto en la escuela como en la universidad.

En consideración a la realidad explicada se formuló la siguiente pregunta para la investigación: ¿Cuál es el nivel de relación entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022?

Teniendo en consideración el problema general, se formulan los objetivos de la investigación: a nivel general: Determinar el nivel de relación entre inteligencia

emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

De la misma forma, los objetivos específicos fueron establecidos de la siguiente manera:

Determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

Determinar el nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

Determinar el nivel de relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

Determinar el nivel de relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

Determinar el nivel de relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

Determinar el nivel de relación entre el componente del manejo del estrés de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

Determinar el nivel de relación entre el componente del estado de ánimo general de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

La investigación tiene como propósito conocer el nivel de relación entre la IE y

el afrontamiento al estrés en universitarios, así mismo, el poder aportar al conocimiento de las variables que están involucradas de forma directa con el proceso de aprendizaje; hoy no se puede hablar de este proceso solo desde la perspectiva física o pedagógica, sino que se debe hacer hincapié en si la persona utiliza las herramientas necesarias para reconocer y expresa sus emociones de manera adecuada, lo cual le va permitir afrontar las diversas experiencias agobiantes que se les presenten ; ya que, su formación profesional involucra nuevos retos y nuevas responsabilidades que conllevan a una sobrecarga de estrés, lo cual puede afectar su bienestar psicológico. Así mismo el impacto social del estudio resulta favorable pues tiene efecto sobre distintas áreas de la salud, laboral y educativa, donde el estrés se encuentra presente y puede perjudicar su desempeño académico.

Asimismo, la investigación corresponde a la línea de psicología educativa que desde la perspectiva de Macazana (2021) se considera como parte de la psicología relacionada con el análisis del aprendizaje humano desde el plano científico. El análisis de los procesos de aprendizaje ya sea desde puntos de vista cognitivos y conductuales, permite a los investigadores entender los contrastes individuales encontrados sobre la inteligencia, desarrollo cognitivo, afecto, motivación, autorregulación y autoconcepto, asimismo la función que cumplen en el aprendizaje. Tomando en cuenta lo señalado, la investigación se ubica en esta línea porque considera variables que están en el marco del proceso de aprendizaje como es el manejo de las emociones que se considera con eje fundamental para que se genere el aprendizaje y como segunda variable las estrategias que emplea el estudiante universitario para afrontar las actividades propias de su proceso de formación, la exigencia académica, la complejidad de la materia, las responsabilidades son

mayores que de no saber afrontar repercuten directamente en su aprendizaje.

En lo que refiere al objetivo de responsabilidad social se considera el de calidad de educación, el mismo que está basado en el hecho de que la educación es el pilar fundamental para cambiar nuestra vida y la sostenibilidad del planeta. Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU - 2015) la educación es aquella que mueve la economía en todas las sociedades del mundo y un factor vital para salir de la pobreza; asimismo busca asegurar una educación integradora, igualitaria y de excelencia, promoviendo en los alumnos las mismas posibilidades para aprender en toda la vida. Es así como la ONU se propone velar por el progreso y desarrollo de la humanidad, aunque en la práctica muchas veces no se dé, pero eso no niega que la educación es un pilar del progreso y desarrollo de la humanidad por lo que la investigación contribuye al logro de este objetivo brindando datos referidos a dos variables que repercuten directamente al proceso de aprendizaje.

En cuanto a la justificación el estudio considera el criterio teórico; si bien la mayoría de los universitarios o personas han escuchado de inteligencia emocional, pero a pesar de ser un tema vigente y recurrente se tiene vacíos cognitivos, lo mismo sucede con el afrontamiento al estrés, por lo tanto, la investigación proporciona un conjunto de información nueva y actualizada que será recabada de diferentes bases de datos con lo cual se busca llenar aquellos vacíos que se tiene sobre el fenómeno de estudio.

Un segundo criterio corresponde al metodológico, si bien existen diversos estudios de metodología descriptivo correlacional, no existen alguno que considere a

estudiantes universitarios de la ciudad de Ica, más aún si tomamos en cuenta la vivencia por parte de la humanidad ante la enfermedad causada por el Covid-19, generando cambios a nivel individual y/o social.

Un tercer criterio es el práctico, desde este criterio la investigación se constituye en fuente de consulta actualizada, por lo tanto, puede ser considerada como antecedente para las personas que se interesen en la temática, así mismo se arribara a conclusiones y recomendaciones que servirán para poder planificar alguna estrategia de intervención si se amerita.

El estudio presenta las siguientes delimitaciones: la delimitación teórica considera ambas variables del estudio, inteligencia emocional y afrontamiento al estrés; donde se considera a los alumnos universitarios; en la espacial o geográfica la propuesta se desarrollará en una universidad de la ciudad de Ica y por último la temporal que señala que se desarrollará en el año 2022.

La propuesta considera como limitaciones: el acceso a la muestra, ya que, con el retorno a las clases presenciales, el temor al contagio se vuelve a sentir en cada persona por lo que se reúsan a participar de la investigación. Por lo cual, se optó por aplicar los instrumentos de manera virtual elaborando un formulario mediante el software “Google Forms” y poder compartir los instrumentos a través de un enlace de esta forma se facilitó el acceso y se redujo los tiempos.

Así mismo, otro factor limitante son los instrumentos, ya que si bien existen instrumentos que miden estas variables, se tornó un poco complicado contar con los permisos correspondientes y ubicar a los autores para solicitar la autorización, pues

algunos no responden o en algunos casos han fallecido; sin embargo, se recurrió al hallazgo de los criterios de calidad y datos psicométricos de cada instrumento en bases de datos.

2. MARCO TEÓRICO

En este apartado se describe los antecedentes del estudio, que son los trabajos realizados previamente, a nivel nacional e internacional. Dentro del primer nivel tenemos: Hinostraza y Pacheco (2022) quienes con su investigación buscaron establecer el impacto que tienen los estilos de crianza sobre las estrategias usadas para afrontar el estrés en estudiantes del primer año de una universidad. Fue un estudio con diseño predictivo, porque buscó determinar la influencia ejercida de una variable sobre otra; y usó una estrategia asociativa. Empleó una muestra de 216 universitarios del primer año de estudios, a quienes se aplicó dos escalas: una de Estilos de Crianza Familiar (ECF-29) y otra sobre modos de afrontamiento al Estrés (COPE). Sus resultados evidenciaron que el estilo democrático es el que más influye sobre las estrategias para afrontar al estrés, que el estilo indulgente incide sobre las estrategias de negación; asimismo que el autoritario incide sobre la estrategia de aceptación. Concluye señalando que los estilos de crianza en universitarios afectan de manera significativa sobre sus estrategias de afrontamiento al estrés.

También ubicamos a Pérez y Perlacios (2018). Su estudio se planteó el propósito de identificar la asociación entre Inteligencia Emocional y estilos de afrontamiento al estrés. Investigación correspondiente al diseño no experimental, tipo descriptivo correlacional y transversal, que utilizó como instrumentos las pruebas de ICE de Baron para medir la inteligencia emocional y el Cuestionario de estrategias de afrontamiento al estrés–COPE. Su muestra la conformaron 172 estudiantes y se consiguieron resultados donde se demostró la relación significativa que existe en los distintos grados de inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en

estudiantes universitarios del primer año de psicología de la una universidad de Arequipa.

Asimismo, Palomino (2022) con su investigación, determinó la relación entre inteligencia emocional y estrés académico; para ello aplicó un estudio correlacional, de diseño no experimental y corte transeccional; en el cual participaron 103 universitarios, los mismos que fueron evaluados con la escala de inteligencia emocional y el inventario SISCO para el estrés académico; obteniéndose como resultado una relación inversa y significativa entre ambas variables ($r = .865$), con ello se demostró también la relación inversa y significativa entre el estrés y las dimensiones de inteligencia emocional: intrapersonal ($r = -.871$), interpersonal ($r = -.954$), adaptabilidad ($r = -.788$), manejo de estrés ($r = -.899$) y ánimo general ($r = -.951$), concluyendo que, a más niveles de inteligencia emocional, menos será el estrés académico y viceversa.

Por otro lado, tenemos a Román (2022), quien con su trabajo buscó establecer la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico en universitarios de la facultad de ciencias sociales y turismo de una universidad de Huacho. Se trató de un estudio básico, de nivel descriptivo, que empleó el método deductivo, para estudiar a 26 estudiantes universitarios que conformaron la muestra de estudio. Usó la observación no organizada, la entrevista, la encuesta estructurada como técnicas; a la vez como instrumentos dos cuestionarios para medir las variables, procesados con el programa SPSS25.0. Concluye con la relación significativa entre inteligencia emocional y estrés académico en universitarios ya mencionados líneas arriba.

También se cita la investigación de Espino (2021) que buscó establecer la asociación entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en alumnos de un instituto de educación superior de Puquío. Para ello aplicó una investigación descriptivo correlacional y cuya muestra estuvo conformada por 110 alumnos del último año del instituto en mención, con quienes se utilizó el inventario emocional BARON ICE y el cuestionario de modos de afrontamiento al estrés; obteniéndose que el 50% tiene capacidad promedio referente a la inteligencia emocional y que, en cuanto a los niveles de afrontamiento al estrés, el 59.9% tienen estilos de afrontamiento basados en la emoción. Estos resultados concluyen con la relación significativa entre las variables de estudio; asimismo, se estableció una relación causal, directa, estadística y significativa ($p > 0.05$).

En el ámbito internacional se citará a los siguientes autores; quienes, con sus trabajos realizados fuera del país, marcan también las bases de la presente investigación.

En primer lugar, se considera a Ramírez (2021). Su estudio se planteó como propósito establecer la influencia de la inteligencia emocional sobre el estrés académico en alumnos de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato. Fue un estudio correlacional y de campo para evidenciar la relación de las variables; estudió una muestra de 65 alumnos, los mismos que fueron evaluados con el Test de Inteligencia Emocional de Weisinger y el Inventario SISCO para estrés académico. Sus resultados demostraron una correlación fuerte, ya que se ubica en el rango de 0.90 – 1.00 entre la variable Inteligencia Emocional y Estrés Académico.

También se tiene el trabajo de Guevara y Hurtado (2022) cuyo propósito fue identificar las estrategias de afrontamiento para el reconocimiento de factores protectores. Estudio cualitativo, desarrollado bajo la modalidad de sistematización de experiencias, empleó distintos medios de información, tales como bibliografías; informes de entrevistas, encuestas, inventario SISCO del estrés académico y escalas de modos de afrontamiento. Concluye que ante situaciones de estrés se debe plantear formas de afrontamiento encaminados a la emoción o al problema.

Asimismo, Pérez et al. (2019) publicaron un artículo cuya finalidad fue estudiar la relación que existe entre inteligencia emocional, empatía y bienestar subjetivo en universitarios; haciendo uso de una metodología transversal, de corte analítico. Su muestra la conformaron 122 estudiantes universitarios españoles, los mismos que fueron evaluados mediante la Escala Rasgo de Metaconocimiento Emocional, de donde se obtuvo que existe impacto de las habilidades emocionales sobre el bienestar subjetivo. La empatía cognitiva, la atención y la claridad manifestaron el 30% de la varianza de la satisfacción con la vida ($R^2=.30$). La edad y la reparación emocional anunciaron el 17% de la varianza de los afectos positivos ($R^2=.17$). El sexo, la empatía cognitiva, la claridad, la atención y la reparación emocional manifestaron el 28% de la varianza de los afectos negativos ($R^2=.28$).

Simultáneamente, Duque (2020) presenta su estudio planteándose como objetivo investigar si la inteligencia emocional afecta el estrés académico de alumnos de la Universidad Tecnológica Indoamérica Matriz Ambato. Se aplicó un estudio correlacional, de enfoque mixto que estudió a 57 estudiantes como muestra, a

quienes se evaluó con el test de Inteligencia Emocional de Bar-On y el Inventario SISCO Segunda Versión de 21 para el Estrés Académico, de donde se pudo determinar que el 42% se ubican en un nivel promedio de capacidad emocional, así también que el 47% cuenta con un nivel moderado de estrés académico; gracias a estos resultados no existe influencia entre las variables estudiadas dentro de la población elegida.

Por último, Cocunubo (2021) presentó su trabajo con el propósito de determinar qué relación hay entre las estrategias de afrontamiento ante el estrés y el rendimiento académico en universitarios. La investigación fue de metodología descriptivo – correlacional y se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, a la vez es humanista, pues busca estabilidad de los individuos. Su muestra la conformaron 150 estudiantes universitarios, con quienes se utilizó encuestas y el cuestionario “Brief Cope”. Sus resultados prueban la relación entre las variables de estudio en la población seleccionada.

A continuación, se presenta el sustento teórico de cada variable, detallando las bases teóricas de la primera variable: Inteligencia Emocional.

Sánchez (2021) brinda una primera definición para la inteligencia emocional, donde manifiesta que es un conjunto de habilidades y competencias muy distintas a las cognitivas, que van a favorecer el afrontamiento de las exigencias del medio, teniendo conciencia y capacidad para controlar las emociones de manera eficaz (citado en Bar-On 1997)

A la vez Mayer et al. (1999) manifestó que la inteligencia emocional es aquella destreza que consiste en distinguir, evaluar y comunicar con exactitud los

sentimientos, a la vez, implica la capacidad para motivar aquellos que ayuden al pensamiento y al desarrollo personal.

Por otro lado, Saldaña (2021) señala que la inteligencia emocional como constructo, fue introducido primeramente en el año 1990 por Peter Salovey y John Mayer, precisando que es aquella inteligencia del tipo social que comprende la destreza para guiar y dirigir nuestros propios sentimientos, así como los de los otros.

Por otra parte, se cita a Goleman (1996) quien define la variable como aquella habilidad para reconocer nuestras propias emociones y las ajenas; así como también nos motiva a manejar nuestros sentimientos. Goleman por su parte, contempla cinco competencias emocionales: autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.

Para elaborar un friso cronológico de la variable inteligencia emocional, se cita a Sánchez (2021) quien manifestó que ésta ha sido un asunto de interés abordado desde la antigüedad. Ha sido estudiada por diversos investigadores, siendo los primeros Alfred Binet y Théodore Simon (1905), los mismos que desarrollaron una prueba que medía la inteligencia; en ella se medía la memoria, atención, comprensión e imaginación.

Por otro lado, William Stern crea la ecuación para medir el Cociente Intelectual "CI".

Posteriormente se desarrollaron otros modelos de inteligencia: Thorndike (1920), Thurstone (1938), Wechsler (1858), Piaget y Vigotsky (1979). Todos ellos propusieron ampliar la perspectiva de la inteligencia emocional e incluir diferentes capacidades y destrezas, dando origen así a las inteligencias múltiples de Gardner (1983).

Actualmente no existe definición uniforme para este concepto que sigue desarrollándose. Tal es así que Ardila (2011) planteó que la inteligencia emocional se define como aquella habilidad cognitiva constituida por un conjunto de habilidades dirigidas a la adaptación del ser humano a distintos ámbitos, que lo conduzcan a la resolución de problemas.

Con respecto a sus dimensiones, Sánchez (2021) citando a Bar-On (1997), señala que la inteligencia emocional tiene cinco dimensiones, cada una de ellas con sus subcomponentes:

El primer componente es el intrapersonal: Es la capacidad que nos permite el autoconocimiento y la comprensión emocional de uno mismo. Presenta cinco subescalas:

- Comprensión emocional de sí mismo: definido como el don usado para entender nuestros propios sentimientos y emociones y los motivos que los originan.
- Asertividad: capacidad para manifestar los pensamientos deseos y sentimientos de manera sincera sin perjudicar los de los otros.
- Autoconcepto: capacidad para conocerse a sí mismo teniendo en cuenta los aspectos positivos, sin olvidar los negativos.
- Autorrealización: capacidad para realizar lo que nos genera bienestar.
- Independencia: habilidad para autodirigirse, ser autónomos al momento de pensar, sentir y actuar.

El segundo componente es el interpersonal: Es la capacidad que nos permite poder tener interacción social. Presenta tres subescalas:

- Empatía: capacidad para apreciar, entender y valorar las emociones de los otros.

- Relaciones Interpersonales: permiten crear y conservar relaciones agradables, que involucran el hecho de brindar y recibir afecto.
- Responsabilidad social: es definido como el comportamiento proactivo frente un grupo social.

El tercer componente es de adaptabilidad: Esa dimensión nos ayuda a adaptarnos a diversas situaciones que se nos presenten. Está compuesta tres subescalas:

- Solución de problemas: capacidad usada para reconocer y entender las dificultades, de forma que se puedan generar soluciones prácticas.
- Prueba de la realidad: esta capacidad sirve para estimar nuestro entorno en base a su experiencia.
- Flexibilidad: capacidad para acomodarse a las situaciones cambiantes.

Cuarto componente es el manejo del estrés: Nos brinda la habilidad para tener autocontrol y también el manejo de nuestras emociones. Está dividido en dos subescalas:

- Tolerancia al estrés: es la habilidad para soportar situaciones de angustia y emociones intensas.
- Control de impulsos: capacidad que sirve para tolerar y monitorear las emociones angustiosas.

El quinto componente el estado de ánimo en general: Es la habilidad de estar con una buena disposición ante nuestras emociones. Está dividido en dos subescalas que son:

- Felicidad: habilidad para aceptar y sentirse satisfechos con la vida propia.
- Optimismo: capacidad para distinguir los puntos de vista positivos de la vida, pese a encontrarse en dificultad.

En cuanto a las teorías que explican la variable, podemos resaltar los siguientes, modelos ubicados en Sánchez (2021):

- *Teoría de las Inteligencias múltiples de Howard Gardner (1983).*

Esta teoría propone que los seres humanos no tienen una sola inteligencia, sino que poseen diferentes capacidades combinadas de forma única en cada uno de ellos. Gardner distinguió ocho tipologías en cuanto a las inteligencias, donde dos de ellas tienen que ver con la inteligencia emocional:

a) **Inteligencia Interpersonal:** utilizada para comprender los sentimientos de los demás, así como también sus motivos e intereses.

b) **Inteligencia Intrapersonal:** sirve para observar y examinar nuestro mundo interno, sobre todo en lo que respecta a los aspectos afectivos, para luego usarlos como guía para dirigir la conducta.

- *Modelo de las competencias emocionales de Goleman (1998).*

Se desarrolló hasta el año 2001; convirtiéndose en el más divulgado, gracias a la divulgación del libro "Inteligencia emocional" del mismo autor. Para Goleman (2001) el constructo cociente emocional es el elemento decisivo para triunfar; de igual forma, supone que la inteligencia emocional está formada por componentes cognitivos y no cognitivos y sugiere sus cuatro factores:

- a. Autoconciencia emocional.
- b. Auto-motivación.
- c. Empatía.
- d. Habilidades sociales.

Dentro de los enfoques de la IE más importantes considerados en la presente investigación tenemos:

a) *Enfoque filosófico*. Lipovetsky nos dice que, en la actualidad, se han observado nuevas perspectivas más diversas sobre el manejo de las personas. Poco a poco, se empieza a tomar mayor conocimiento y conciencia sobre las necesidades emocionales y comunitarias que requieren educación, y estas pueden ser escuchadas y favorecidas de manera más direccionada por el entorno familiar, la escuela y la sociedad. (Fernández-Berrocal y Aranda, 2008).

En la posmodernidad actual la sociedad busca riqueza, abundancia e incrementar los valores económicos., notamos que esto ha sucedido hasta fines del siglo pasado y es señalado por Gilles Lipovetsky, como “Las sociedades hipermodernas del siglo XXI” en el 2006, hace referencia, que esta sociedad no solo busca lo material, sino también valores nuevos y la capacidad de relacionarse con objetos y el tiempo de manera diferente, cambiar nuestras relaciones con los demás y sentirnos completos y disfrutar de la felicidad. (Lipovetsky, 2006).

De lo citado anteriormente, podemos decir que existe un dilema entre ser felices o llevar una vida ostentosa, las nuevas sociedades buscan aprender y aprender para poder auto desarrollarse. Sin embargo, esto no es todo lo que se necesita para avanzar, Lipovetsky en su obra hace hincapié que en las sociedades hipermodernas, existe un deseo de que sus habitantes encuentren satisfacción en sus vidas. Esto se debe a la paradoja dolorosa de vivir en una sociedad rica que satisface las necesidades físicas y materiales de las personas, pero que no les brinda la felicidad. Por lo tanto, es en este dilema humano el papel fundamental que cumple actualmente la Inteligencia emocional, así como el rol que desempeña dentro de la educación, el cual favorece enormemente el desarrollo del individuo.

b) Enfoque Neuropsicológico. Luria (1979) nos dice que la IE desde esta perspectiva se nos presenta como una función igualmente compleja en cuya base se encuentran un sistema funcional altamente complejo, configurado probablemente por múltiples subsistemas funcionales que incluyen diversas estructuras neurales y múltiples impulsos aferentes (de ajuste) y eferentes (efectores).

Así mismo, este autor se refería a los lóbulos frontales como la tercera unidad funcional en tanto regula, verifica y programa la actividad a partir de las interrelaciones que establece con las otras unidades funcionales; es decir, con la primera unidad funcional situada en el tallo cerebral, diencefalo y regiones medias del córtex cerebral y con la segunda unidad funcional, situada esta última en áreas laterales del neocórtex y en la superficie convexa de los hemisferios cerebrales en la que ocupa regiones posteriores (lóbulos occipitales), áreas auditivas (lóbulos temporales) y áreas relacionadas con la sensorialidad general (lóbulos parietales).

De lo expuesto anteriormente, podemos decir que la IE es un proceso altamente complejo, el cual está compuesto de diversas estructuras neurológicas implicadas en la regulación de las emociones, lo cual quiere decir que la inteligencia emocional es un proceso en el cual interviene también el sistema nervioso (el cerebro).

c) Psicología positiva. Coon, D. y Mitterer J. (2010), este nuevo enfoque no se trata solo de estar acusando al hombre de un determinismo fatalista, sino de verlo como un ser perfectible, siempre abierto a mejorar y, sobre todo, no como un ser enfermo al que hay que diagnosticar. Esto es tal vez una de las cosas más

indispensables en este siglo lleno de ruido, información siempre cambiante, redes sociales y electrónicas y un mercado ávido de tener profesionistas que encajen en sus moldes por lado, y por el otro, consumidores de artículos cada vez más parecidos.

De lo citado anteriormente podemos decir que la IE y la psicología positiva regalan al mundo esa capacidad de ser persona: no perder mi yo frente a todo lo que me rodea y, sobretodo, dar las herramientas necesarias que se requieren para poder vivir una vida sana logrando el éxito que se anhela. Así mismo, esto significa que las emociones no son enemigas las cuales de deben oprimir, sino mas bien una manera de desenvolverse, capaces de ser aprendidas, de manera que la persona pueda valerse de ella sacando todo su potencial logrando obtener no solo una vida más sana y armoniosa, sino el poder enfrentar las diversas situaciones complicadas que se presentan en el camino.

Así mismo, con respecto a la inteligencia emocional Zeidner, Matthews, y Roberts (2012), (citados por De Souza 2014), manifiestan que la inteligencia emocional tiene un impacto en el bienestar y la salud, considerando su uso en la predicción del bienestar y la salud. Destacan a la vez, que los individuos con inteligencia emocional tienen la habilidad de afrontar de manera adaptativa las tensiones y desafíos cotidianos. De esta manera, la inteligencia emocional actúa como un elemento de defensa ante los riesgos de salud actuales al promover prácticas saludables, como el autocuidado y una alimentación regular, que son características de las personas con alta inteligencia emocional. Además, añaden el componente interpersonal que facilita la interacción (Zeidner et al., 2012).

Julia Martins (2021), enfatiza que es la capacidad para comprender nuestras emociones y reconocer las de otros. También que es la clave de los líderes, pues es el soporte de las buenas relaciones interpersonales en el centro de trabajo o de estudios. Basándose en el artículo de Goleman, resume su artículo de la siguiente manera:

“Los líderes más capaces tienen una característica común: todos tienen un alto nivel de inteligencia emocional; no considera que el coeficiente intelectual y las habilidades técnicas sean importantes; son valiosos, pero solo como requisitos para ascender a puestos ejecutivos. Este estudio y otros muestran claramente que la inteligencia emocional es esencial para los líderes. La persona mejor preparada del mundo, con una mente brillante y ordenada, y una gran cantidad de opiniones inteligentes, no puede ser un líder excepcional sin ella”.

Asimismo, se tendrá en cuenta las bases teóricas de la variable afrontamiento al estrés. Para empezar, se definirá el afrontamiento al estrés, para ello es importante que sepamos que es el “estrés”, según Cerda y Cubas (2022), es un conjunto de reacciones que se desencadenan en respuesta a un estímulo nocivo, también conocido como estímulo habitual. Estos estímulos pueden ser físicos, psicológicos, cognitivos o emocionales. Ante ello, la persona responde con un patrón definido, cualquiera sea el origen activando inmediatamente el sistema nervioso autónomo (Fernández, 2010, como se citó en Lanchipa, 2019). Este a su vez, ofrece una variedad de elementos que abarcan desde el momento de aparición del estrés, su duración, frecuencia de ocurrencia, así como el impacto que tiene tanto a nivel individual como en la sociedad. Orlandini (1999). Al mismo tiempo, se hace necesario conocer las fases del estrés, definidas en Bustos (2015) y son:

- Fase de alarma: cuando se presenta un peligro o una situación amenazante, la persona comienza a cambiar física y psicológicamente.
- Fase de resistencia: en este caso, el objetivo es superar, adaptarse o enfrentar los estímulos amenazadores.
- Fase de agotamiento: ocurre cuando los agravios se repiten de forma constante y prolongada, lo que lleva a que la persona no utilice las habilidades sociales como un medio efectivo de interactuar. En otras palabras, la adaptación al entorno se produce de manera ineficiente.

Según Hinojosa y Pacheco (2022) el manejo del estrés comprende una serie de acciones, tanto cognitivas como emocionales, que una persona lleva a cabo en respuesta a situaciones particulares con el objetivo de preservar su bienestar emocional y eliminar cualquier factor que pueda causarle molestia o perturbación (Snyder, 1999).

Para Huamán (2021) el manejo del estrés implica un desafío experimentado por una persona que tiene un impacto tanto a nivel psicológico como físico, y al mismo tiempo, ofrece una oportunidad para adaptarse a nuevas circunstancias que pueden contribuir al crecimiento y desarrollo personal del individuo (Galán y Camacho, 2012).

Por otro lado, en el trabajo de Flores (2022) se cita a Sandín y Chorot (2003), quienes nos brindan un concepto de afrontamiento al estrés, donde hacen énfasis a las conductas y elementos cognitivos que poseen los individuos en oposición al estrés. Asimismo, las definen como: las respuestas de una persona frente a las exigencias de su entorno y las situaciones angustiantes que puedan surgir en ese contexto.

Para Cerda y Cubas (2022) el afrontamiento al estrés se define como un fenómeno confuso que utilizan los individuos para enfrentarlo, valiéndose de un conjunto de estrategias.

En lo que respecta a las dimensiones del afrontamiento al estrés, para Flores (2022) son las mencionadas en el trabajo de Sandín y Chorot (2003), quienes crearon un instrumento de medición psicológica denominado Cuestionario de afrontamiento al estrés – CAE, el mismo que está formado por siete modos de afrontamiento y que está dividido en tres principales modos:

- Dimensión: centrada al problema.

Afrontamiento centrado en la solución de problemas: La atención de la persona se concentra en identificar la problemática y encontrar una solución.

Reevaluación positiva: La persona demuestra asertividad al enfrentar varios desafíos, de tal manera que, al encontrarse con una fuente de estrés, no lo percibirá como un problema.

Búsqueda de apoyo social: La persona busca orientación, respaldo y puntos de vista con el fin de tomar decisiones adecuadas.

- Dimensión: centrada en la emoción.

Afrontamiento negativo: referido al aspecto negativo del estrés, donde la persona se culpa a sí misma y tiene la creencia de que cualquier acción que realice fracasará, y, además, siente que no dispone del tiempo necesario para resolverlo.

Expresión emocional abierta: se refiere a la situación en la que la persona considera que las emociones negativas son insignificantes, lo que le permitirá abordar los problemas de forma eficiente.

- Dimensión: otros modos.

Evitación: la manera en que la persona elude una situación estresante,

eligiendo realizar alguna actividad para distraerse del problema cuando siente que no puede resolverlo.

Religión: se apoya en su creencia religiosa, ya que la persona encuentra refugio en esa fe como una forma de afrontar los desafíos.

El respaldo teórico del afrontamiento al estrés se basa en las investigaciones de Lazarus y Folkman y su teoría Transaccional de estrés (Peña, 2017).

Teoría Transaccional de Lazarus y Folkman (1986).

Los autores precisaron que el estrés es la interrelación que se da entre el individuo y su medio más cercano, que resulta del análisis cognitivo desarrollado por el sujeto sobre los eventos estresantes.

Las interacciones del individuo con su entorno son cruciales para determinar si los recursos utilizados son los adecuados para afrontar las situaciones estresantes que el entorno presente; en caso contrario, podrían generar un sentimiento de inseguridad en la persona (Cuevas y García, 2012).

Esta teoría se basa en ciertas premisas, como:

- *Interacción del individuo y el ambiente:* partiendo del hecho de que cada individuo exhibe una singularidad en su apariencia, las discrepancias entre las personas se ven moldeadas por el entorno, la influencia social y las experiencias previas vividas, lo que les proporciona recursos esenciales para la adaptación
- *La valoración cognitiva:* se trata de la percepción y la evaluación que una persona realiza frente a una situación estresante.
- *Proceso de afrontamiento:* hace referencia al conjunto de pasos o estrategias desarrollados por la persona para emplear sus propios recursos ante una

situación estresante.

De lo descrito, se puede afirmar que son el fundamento para el planteamiento de la teoría transaccional, la cual hace énfasis al valor cognitivo como factor definitivo de las respuestas del cuerpo ante el estrés.

Dentro de los enfoques del estrés más importantes considerados en la presente investigación tenemos:

a) *Enfoque Neuropsicológico*. el estrés se considera un proceso biopsicosocial en el que las respuestas del sistema nervioso, las emociones y la cognición están interconectadas. La comprensión de cómo el estrés afecta el funcionamiento del cerebro y el cuerpo es fundamental para abordar de manera efectiva las consecuencias del estrés en la salud y el bienestar de las personas, hace alusión al análisis sobre el efecto del estrés en la organización y ejercicio del cerebro y su conexión con el comportamiento y los procesos cognoscitivos.

La valoración neuropsicológica del estrés es un abordaje que se emplea para poder evaluar el impacto del estrés en el razonamiento y la conducta humana. (Gonzales Palau, 2021).

Las reacciones fisiológicas manifiestas ante circunstancias estresantes se ven asociadas a la función del SNA y del (eje hipotalámico-hipofisario-adrenal [HHA]), cuando existe presencia de estrés agudo y crónico, el primer impacto viene a ser arbitrado por la rama simpática del SNA (noradrenérgica), la primera respuesta es seguida después de un corto tiempo por la estimulación del eje HHA, si la reactividad es momentánea y es posible resolver la demanda exterior es considerado como estrés agudo. Lo mencionado genera el denominado síndrome general de adaptación

(Selye, 1973). El eje HPA adecua la conducta de acuerdo al requerimiento del ambiente, en algunas ocasiones puede segregarse hormonas específicas o producir respuestas ansiosas y es aquel responsable de ejecutarlas rápidamente (Zárate et al., 2014).

El estímulo estresante excita ciertas áreas que pertenecen al sistema límbico, que se encuentran en la amígdala y el hipocampo, buena parte de estas aferencias son mediadas por el eje HPA, las cuales se encargan de reconocer los estímulos externos y cuál es la respuesta emotiva ante su exhibición; este estímulo puede ser distinguido por este sistema como perjudicial o haber sido adquirida durante su vida almacenada por la memoria (LeDoux, 2003).

b) *Enfoque Organizacional*. Desde este enfoque el estrés se centra en cómo las dinámicas y condiciones dentro de un entorno laboral pueden causar estrés en los empleados, el estrés es un problema actual que se encuentra en las etapas del desarrollo de las personas a lo largo de su crecimiento. El estrés laboral, influye de manera desfavorable en el bienestar emocional y la condición física de los trabajadores, y la eficiencia en los lugares para los que laboran (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2004). Desde este enfoque organizacional se puede sostener que se centra en cómo las condiciones y factores estresantes en el lugar de trabajo pueden afectar la salud y el bienestar de los colaboradores, así como las consecuencias para la organización en sí. La gestión efectiva del estrés en el entorno laboral es crucial para promover la salud de los empleados y el éxito a largo plazo de la organización.

Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2004) considera que el estrés laboral se refiere a la respuesta que un empleado puede experimentar al enfrentar demandas y responsabilidades en su lugar de trabajo que no se alinean con sus capacidades y creencias. Esto pone a prueba su habilidad para abordar los desafíos laborales. Es importante destacar que la situación puede empeorar cuando los trabajadores sienten que no reciben el respaldo adecuado de sus superiores y colegas en el entorno laboral. Esto también puede ocurrir cuando no tienen control sobre sus tareas laborales o la forma en que enfrentan sus responsabilidades y actividades en el trabajo.

El estrés laboral según Durán (2010), surge como consecuencia a un desequilibrio entre las diferentes competencias personales y los requerimientos laborales, sus ambiciones personales y las condiciones reales de su centro de trabajo, se considera como una respuesta que se adapta hacia distintos contextos laborales, considerados de manera positiva o desafiante para el trabajador.

Según lo expuesto anteriormente es importante acotar que el estrés laboral, puede considerarse de origen externo o interno Melgosa (1999). Por este motivo, puede afirmarse que, cuando los factores externos o ambientales son altamente desafiantes, incluso las personas con un rendimiento excepcional experimentarán estrés laboral, mientras que, en el caso de empleados psicológicamente frágiles o inestables, incluso el estrés leve puede tener un impacto significativo.

c) *Enfoque sociocultural.* Según Cockerham (2001), Los aspectos sociales pueden generar altos niveles de estrés, lo cual de alguna manera va perjudicar

la salud del individuo de manera integral, en lo que respecta al bienestar general, satisfacción y tiempo de vida. Las influencias sociales no solo se limitan a características como el sexo, la edad o el nivel de ingresos, sino que incluyen variables como los estilos o hábitos de vida (fumar, tomar drogas, hacer poco ejercicio, seguir una dieta poco saludable, etc.)

Así mismo, un gran número de investigaciones han logrado demostrar que la incapacidad del organismo humano para controlar los estresores sociales y psicológicos puede conllevar a desarrollar diversas alteraciones cardiovasculares, úlcera péptica, asma, pérdida de calidad de vida, depresión, ansiedad y otros problemas de salud.

d) *Enfoques Existencialistas*. En la Psicología, según Engler (1996) define al enfoque existencialista como el trabajo por comprender a las personas en condición de fortalezas, impulsión y respuestas reflejas y busca superar la brecha existente entre lo real abstracto y lo real existencial.

En su libro "Introducción a las teorías de la personalidad" (1996) Engler describe la ansiedad propuesta por Freud de la siguiente manera: Habla sobre la existencia del Yo en medio de dos fuerzas magnas; dentro del Superyó, se encuentra la realidad actual, las sociedades; en el Ello a lo interno biológico; si estas dos fuerzas instauran conflictos por encima del Yo, aparecen sentimientos de amenaza y la angustia; a este sentimiento se le llama ansiedad, que es una manifestación del Yo

como medio de supervivencia, cuando se implica todo el cuerpo es considerada como una alerta de riesgo. Freud postulo que existen tres tipos de ansiedades:

Ansiedad de realidad, en términos coloquiales, comúnmente se denomina como temor, y se refiere a la vivencia de miedo en situaciones corrientes y reales que implican riesgo.

Ansiedad moral, se habla de esta situación cuando la ansiedad se origina desde dentro del individuo, emanando del mundo interiorizado en el yo, que surge a raíz del contexto social del superyó. En esta instancia, se manifiestan sentimientos de culpa, vergüenza y un deseo de obedecer las normas sin temor a castigos.

Ansiedad neurótica, se trata del miedo a experimentar ansiedad desencadenado por impulsos del ello. La palabra "neurótico" proviene del latín y se traduce al español como nervioso. En otras palabras, este tipo de ansiedad puede describirse como ansiedad nerviosa, y fue ampliamente estudiada por Freud.

Desde una perspectiva filosófica, el estrés se convierte en un tema de reflexión que aborda cuestiones profundas sobre la experiencia humana, la libertad, la ética y la búsqueda de sentido. Los filósofos pueden proporcionar una mirada crítica y reflexiva sobre cómo las personas enfrentan y dan sentido al estrés en sus vidas. El estrés puede entenderse como una experiencia humana compleja que involucra aspectos relacionados con la mente, el cuerpo, la percepción y la experiencia subjetiva. En esta dirección Lagos (2023), el estrés desde una perspectiva filosófica como la de Heidegger nos permite tener un enfoque más amplio del fenómeno en

cuestión para desmarcarnos de la clásica conceptualización científica del estrés como estímulo-respuesta y del enfoque de la psicología cognitiva. De este modo, se planteó comprender el fenómeno del estrés en su dimensión ontológica como una posibilidad originaria de la existencia humana (Dasein), que determina por completo nuestro ser en el mundo. La investigación, finalmente, permitió mostrar cómo el pensamiento de Heidegger puede ser productivo para dialogar y abordar problemáticas propias de otras ciencias o disciplinas, como la psiquiatría y la psicología.

Dentro del marco conceptual podemos definir:

-Estrés: González (2022) señala que es una reacción física y emocional que induce a las personas a tener sentimientos de impaciencia, nerviosismo, angustia, entre otros, ya que existe de por medio pensamientos dañinos o comportamientos que intercedan de forma radical en su contexto (Real Academia de la Lengua Española, 2021).

-Afrontamiento: Para Cáceres (2019), citando a Lázarus y Folkman (1984), este constructo es considerado como una serie de expresiones emocionales, cognoscitivas y conductuales, definidas como las formas de afrontamiento que interceden en la experiencia estresante y cuyo fin es disminuir la respuesta orgánica y emocional de este.

Afrontamiento del estrés: Hualcas (2021) cita Sandín (2002), quien define el afrontamiento del estrés como el componente fundamental usado por las personas para enfrentar el estrés, que dirigen su labor directa a los estresores

y a sus respuestas físicas, psicológicas y sociales.

Inteligencia: Cáceres (2019) manifiesta que es la manera diferente que las personas solucionan sus problemas.

Emoción: En Cáceres (2019) la definen como un momento transitorio e intenso, pero sobre todo afectivo, asociado a circunstancias inmediatas y con alto contenido cognoscitivo (Palmero y García Abascal, 1998).

Inteligencia emocional: Según González (2022) es un componente primordial para conseguir la identificación y ajuste de las emociones del propio individuo, así como de los otros (Davies, Lane, Devonport y Scott; 2010).

Influencia de la familia sobre la inteligencia emocional: Condori (2020) manifiesta que la familia es un escenario primordial en los cuales las personas terminan perfeccionando su inteligencia emocional, las experiencias vividas le dan la oportunidad para manejar mejor ciertas situaciones. La familia favorece la confianza y seguridad de cada miembro, por esa razón tiene gran efecto sobre cada persona, dándole la oportunidad de que se vea envuelto en esas situaciones.

Estilos de afrontamiento: Para Condori (2020) son un conjunto de estrategias que se utilizan para hacer frente al estrés. Tienen por objetivo reducir la presencia de estrés y recuperar el equilibrio interno de las personas.

Autorregulación emocional: Para González (2022) es un procedimiento que busca la expresión de los sentimientos, a fin de que las personas alcancen sus objetivos, pero principalmente que sea capaz de adaptarse al medio.

3. HIPOTESIS y VARIABLES

3.1 Hipótesis general

Existe relación directa y significativa entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

Ha: Existe relación entre algunas dimensiones de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica-2022.

3.2 Operacionalización de la variable

Variable X: Inteligencia emocional

Definición Conceptual

En cuanto a la definición conceptual, Bar-On (1997) manifestó que es una serie de habilidades y competencias muy distintas a las cognitivas, que van a favorecer el afrontamiento de las exigencias del medio, siendo consecuentes, tolerantes y capaces de controlar sus emociones de manera eficaz en (Sánchez 2021).

Definición Operacional

Para evaluar la variable Inteligencia emocional se utilizó el EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory, elaborado por Baron (1997), el cual mide las distintas habilidades emocionales y sociales de un individuo. Puede ser administrado de forma personal o colectiva. Así mismo, este inventario cuenta con 133 ítems las cuales se agrupan en 5 dimensiones: D1. Intrapersonal, D2. Interpersonal, D3. Adaptabilidad, D4. Manejo de estrés y D5. Estado de ánimo. Además, cuenta con una escala de tipo Likert del 1 al 5. Deficiente 69 a menos; necesita mejorar [70-79]; mal desarrollada

[80-89]; promedio [90-109]; bien desarrollada [110-119]; muy bien desarrollada [120-129] y excelentemente desarrollada [130 a más

Variable Y: Afrontamiento al estrés

Definición Conceptual

En cuanto a la definición conceptual, Sandín y Chorot (2003) las definen como “Aquellas respuestas que tienen las personas ante los requerimientos originados en su entorno, asimismo frente a la molestia causada por ciertas condiciones agobiantes” (citado en Flores 2022).

Definición Operacional

Para evaluar la variable afrontamiento al estrés se utilizó el cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE) creado por Bonifacio Sandín y Paloma Chorot (2003), el cual mide siete estilos básicos de afrontamiento que posee la persona. Tiene aplicación de forma grupal e individual. Así mismo, este cuestionario cuenta con 42 ítems las cuales se agrupan en siete dimensiones: D1. Centrado en la solución de problema, D2. Reevaluación positiva, D3. Búsqueda de apoyo social, D4. Auto focalización negativa, D5. Expresión emocional abierta, D6. Evitación, D7. Religión. Además, cuenta con una escala de tipo Likert del 1 al 5. Se consideró como niveles Muy bajo [42 – 75>, bajo [76 – 109>, medio [110 – 143> alto [144 – 177> y muy alto [178 – 210].

4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Tipo, nivel, enfoque y diseño de investigación

Corresponde al tipo de investigación aplicada. Según Maletta (2015), es aquella que está ligada a los conocimientos básicos, se dice que en una investigación a realizar se parte de una realidad particular, y que los investigadores describen la problemática, sin afectar la teoría básica, más bien aplica conceptos generales de una realidad. Esto quiere decir que el investigador aplica los resultados de la investigación científica para mejorar la calidad de vida de las personas.

En cuanto al nivel, pertenece al descriptivo, ya que busca describir una realidad, a través de sus principales características (Guevara et al., 2020); así mismo, es correlacional, ya que, este tipo de estudio se emplea con la finalidad de establecer en qué grado de relación se encuentran dos o más variables. (Cauas, 2015).

La propuesta se desarrolla bajo el enfoque cuantitativo, definido como aquel que busca revelar y comparar datos, siempre y cuando sean medibles y analizables, para conseguir resultados en una correlación entre variables (Fuentes et al., 2020).

Por otro lado, es de diseño no experimental; y que de acuerdo con Fuentes et al. (2020) es la investigación donde no se manipula intencionalmente las variables, sólo se observan los fenómenos tal cual se dan en su estado natural. También es transversal, y de acuerdo con Arias y Covinos (2021) en ella se recopila los datos una sola vez y en un solo momento: es como tomar una fotografía o placa para después

especificarlas en la investigación.

Población, muestra y muestreo

Población:

La investigación consideró como grupo de elementos a los estudiantes del del IV al X ciclo de la escuela de psicología de una universidad privada de Ica, de acuerdo con Arias et al. (2016) es el conglomerado de casos, la cual está definida, limitado y es accesible, esta población formará la base para elegir la muestra. Asimismo, se señala que no hace alusión únicamente a personas, pues también pueden ser animales, muestras de laboratorio, expedientes, hospitales, objetos, familias, organizaciones, etc. En la propuesta, la población la conforman 472 alumnos universitarios del IV al X ciclo de la escuela de psicología de una universidad privada de Ica, información que se recabo mediante la consulta a la responsable de coordinación de la escuela de psicología. Así mismo, se tomó en cuenta las características descritas en el contexto de la realidad problemática.

Muestra:

Para Arias et al. (2016) es un subconjunto del universo y, que raras veces la integran la totalidad de la población. Los autores manifiestan que estudiar muestras en lugar de la población en total ahorra tiempo, recursos y aumenta la calidad del estudio. Para elegirla debe tenerse en cuenta la uniformidad de sus miembros.

Para determinar el número que integrará la muestra de estudio se empleó la fórmula de poblaciones finitas.

n= Tamaño de la muestra	n=	?
S = Sigma = Nivel de Confianza (1-5)	S=	1.962

N = Universo	N=	472
P = Posibilidad de éxito = 50%	P=	60
Q = Posibilidad de error = 50%	Q=	40
E = Error muestral (1-10)	E=	5

FORMULA PARA POBLACIONES FINITAS:

$$n = \frac{Z^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{E^2 (N-1) + S^2 P \cdot Q}$$

$$n = \frac{4 \quad 472 \quad 60 \quad 40}{25 \quad 471 \quad + \quad 4 \quad 60 \quad 40}$$

$$n = \frac{1817 \quad X \quad 2400}{11775 \quad + \quad 4 \quad 2400}$$

$$n = \frac{4360650}{11775 \quad + \quad 9239}$$

$$n = \frac{4360650}{21014}$$

$$n = 208$$

La propuesta de investigación considera como inferencia estadística a 208 estudiantes universitarios del IV al X ciclo de la escuela de psicología de una universidad privada de Ica; sin embargo en el proceso de recojo de información, se empleó el Google Forms, donde se obtuvo 27 encuestas adicionales las mismas que se integraron bajo el principio que mientras más grande y representativa sea la muestra, menor será el error de la muestra, por lo tanto la muestra real es de 235 estudiantes universitarios del IV al X ciclo de la escuela de psicología de una universidad privada de Ica.

TABLA 1*Distribución porcentual según sexo, 2022*

Sexo	f	%
Varón	71	30,2
Mujer	164	69,8
Total	235	100,0

En la tabla 1 se observan los resultados de la estadística descriptiva en cuanto a la variable sexo donde, el 30,2% de los estudiantes son varones y el 69,8% son mujeres.

TABLA 2*Distribución porcentual según edad, 2022*

Edad	Frecuencia	Porcentaje
De 18 a 26 años	210	89,4
de 27 a 37 años	20	8,5
de 38 a 48 años	5	2,1
Total	235	100,0

En la tabla 2 se evidencian los resultados de la estadística descriptiva de la variable edad donde, el 89,4% de los estudiantes tienen edades entre 18 y 26 años; del 8,5% sus edades oscilan entre 27 y 37 años y por último el 2,1% de estudiantes presentan edades entre 38 y 48 años.

Muestreo:

Se define como el procedimiento que se sigue para elegir la muestra, y es utilizado siempre que la población tenga una cantidad alta de elementos, En el caso

que sea pequeña no necesitará de la técnica (Mejía, 2005; citado en Arias y Covinos, 2021). En el estudio se utilizará el muestreo No probabilístico, que es utilizado si se quiere elegir una población tomando en consideración sus rasgos comunes o por juicio del investigador. A la vez es intencional, pues sigue los criterios personales del investigador, aplicando criterios de inclusión o exclusión.

Criterios de inclusión:

Estudiantes universitarios del IV al X ciclo de la escuela de psicología de una universidad privada de Ica

Los estudiantes considerados son los que tienen 18 años a más

Estudiantes universitarios que estén realizando practicas preprofesionales

Estudiantes que dieron su autorización para su participación mediante la firma del consentimiento informado.

Criterio de exclusión:

Estudiantes universitarios de psicología de una universidad estatal de Ica.

Estudiantes universitarios de carreras diferentes a psicología.

Estudiantes que tengan menos de 18 años de edad.

Estudiantes que pertenezcan a otra casa de estudios.

4.2 Medios de recolección de información

Ficha técnica del Inventario de Cociente Emocional (i-CE) BarOn.

- **Titulo original: instrumento:** EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory; BarOn EQ-I;
- **Autor:** Reuven Bar-On

- **Año de creación:** 1997
- **Adaptación al español:** Nelly Ugarriza Chávez 2001
- **Consigna de aplicación:** Individual o colectiva / físico, tipo cuadernillo
- **Propiedades psicométricas originales del instrumento**

Los resultados manifestaron una estructura factorial de siete factores que simbolizaban los siete estilos primordiales de afrontamiento. Las semejanzas entre ellos fueron bajas o moderadas. Los coeficientes de fiabilidad de Cronbach para las 7 subescalas variaron entre 0,64 y 0,92 (media = 0,79). Un análisis factorial de segundo orden evidenció una estructura de dos factores, que representaban los estilos de afrontamiento racional y focalizado en la emoción. Las damas comunicaron utilizar más las estrategias de afrontamiento que los hombres.

- **Propiedades psicométricas en muestras peruanas similares a las del estudio propuesto (Evidencias de validez):**

Los diferentes estudios de validez del I-CE están destinados básicamente a indicar cuán exitoso y eficiente es este instrumento, en la evaluación de lo que se propone (por ejemplo, inteligencia no cognitiva y sus componentes).

Los descubrimientos de las diferentes fuentes de validación manifiestan la estabilidad de los conceptos del autor sobre inteligencia social y emocional y las definiciones de los subcomponentes del I-CE. Las correlaciones son moderadas y van desde coeficientes de correlación aproximadamente de .30 a coeficientes de .70. Los resultados sugieren que los subcomponentes del I-CE, se traslapan de modo razonable con otras pruebas, pero aun así denotan una clara distinción.

- **Reporte de la confiabilidad con los datos del estudio confirmatorio AFC con sus índices de ajuste lo incluye)**

En muestras peruanas, los coeficientes alfa de Cronbach manifiestan que la

consistencia interna para el inventario total es muy alta .93, para los componentes del I-CE, oscila entre .77 y .91. Los más bajos coeficientes son para los subcomponentes de Flexibilidad .48, Independencia y Solución de Problemas .60.

Los trece factores restantes arrojan valores por encima de .70

Con relación a la confiabilidad retest, Bar-On (1997a) refiere a que la estabilidad del I-CE a través del tiempo revela un coeficiente de estabilidad promedio de .85 después de un mes y de .75 después de 4 meses. Estos valores simbolizan que hay una buena consistencia en los hallazgos, de una administración a la siguiente, pero el grado de correlación no es muy alto como para sugerir que la inteligencia emocional social sea permanente (estable).

Ficha técnica del cuestionario de afrontamiento al estrés

- **Título original:** Cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE)
- **Autor:** Sandin y Chorot
- **Año de creación:** 2003
- **Adaptación al español:** Flores Marcos, Steven Virgilio, 2021
- **Consigna de aplicación:** individual y colectiva, tipo cuadernillo
- **Propiedades psicométricas originales del instrumento**

Los coeficientes de fiabilidad de Cronbach para las 7 subescalas se alteraron entre 0,64 y 0,92 (media = 0,79). Un análisis factorial de segundo orden demostró una estructura de dos factores, que simbolizaban los estilos de afrontamiento racional y centrado en la emoción. Las mujeres comunicaron usar más las estrategias de afrontamiento que los varones.

- **Propiedades psicométricas en muestras peruanas similares a las del estudio propuesto (Evidencias de validez):**

Las evidencias de validez se remontan a los estudios originales de la escala, donde estaban nueve modos de afrontamiento explicados con cincuenta y cuatro reactivos; los mismos que fueron reducidos utilizando el análisis de validez factorial, quedando simplemente siete tipologías estratégicas de afrontamiento y cuarenta y dos ítems, estructura que mostró el 55% de la varianza explicada.

- **Reporte de la confiabilidad.**

En cuanto al análisis de confiabilidad, fue determinado a través de la metodología de la consistencia al interior de las subescalas o dimensiones, obteniendo un coeficiente Alfa (estadístico desarrollado por Cronbach, 1990) por encima de .700 (Sandín y Chorot, 2003).

4.4. Procedimiento

El procedimiento de registro de datos se realizó mediante la modalidad virtual para tal razón se empleó el formulario de Google Forms, el mismo que fue difundido mediante las redes virtuales. El formulario digital estuvo integrado por la presentación de la investigación, solicitud del permiso a los participantes – consentimiento informado y el grupo de preguntas de ambos instrumentos. Luego se descargó la data, en la cual se obtuvo 27 encuestas adicionales las mismas que se consideraron en los datos que fueron transformados y así realizar el procesamiento correspondiente, por lo tanto, la muestra quedó conformada por 235 estudiantes universitarios que cursan los ciclos de cuarto a décimo.

4.5 Procesamiento de datos

En cuanto al procesamiento de los datos se utilizará la data de resultados elaborada en Excel, así como el software SPSS en la versión 25, con el cual se responde al problema planteado en el estudio mediante las técnicas estadísticas:

descriptiva e inferencial.

La estadística descriptiva: Se tendrá en cuenta la frecuencia y porcentaje que serán representadas en tablas y figuras, siendo estas favorables para un correcto entendimiento de la presentación de las variables y del cómo se comportan.

La estadística inferencial: Se utilizará una prueba de bondad de ajuste, este tipo de pruebas permiten confirmar el tipo de distribución que siguen nuestros datos y, por ende, qué pruebas (paramétricas o no) se pueden efectuar en el contraste estadístico. Para la propuesta, y por tener una muestra mayor que 50 se utilizará la prueba de Kolmogorov-Smirnov cuyos resultados se considerarán para elegir una prueba paramétrica o no paramétrica, en este caso la prueba de correlación de Rho Spearman o R de Pearson para establecer el grado de relación entre las variables.

4.6 Aspectos éticos

En cuanto a este apartado se tomará en consideración los aspectos éticos considerados por la responsable de la investigación, donde consignan la autorización voluntaria, consentimiento informado, con la finalidad de que la participación sea de forma libre y voluntaria.

La responsable respetará los principios éticos de la investigación:

Principio de beneficencia, según Vargas (2021) se describe como el deber ético de propagar el bien y disminuir el perjuicio. Este principio hará que las pautas que forman los riesgos de la intervención y que tengan relación con la vida o la salud sean sensatas a la luz de los beneficios deseados; asimismo que los expertos de la salud sean capaces y puedan proteger el bienestar de las personas (p.31). De acuerdo con lo antes citado se puede sostener que este principio vela por que los responsables promuevan el bien de las personas involucradas en la investigación, los

investigadores buscan ampliar los beneficios y disminuir los riesgos, los investigadores asumen una postura metodológica que garantiza la validez de la investigación.

Un segundo principio por el que velan los responsables de la propuesta es el de justicia, según Vargas (2021) es definido como el deber ético de tratar a cada persona de forma moralmente correcta y adecuada, otorgar a cada uno lo que corresponda y no efectuar ninguna clase de discriminación (p.32). Por lo tanto, podemos señalar que este se garantiza mediante la coherencia del diseño de investigación y los principios éticos, se debe garantizar el respeto a cada uno de los participantes un tercer principio a considerar corresponde a la integridad/totalidad los responsables velan por el bienestar total del ser humano, lo que significa cuidar por la salud de los participantes.

El tercer principio corresponde al de no maleficencia: también llamado principio hipocrático de “no dañar”. Pretende evitar lo que es perjudicial. Este principio obliga a no hacer daño de forma intencional, ya sea por acción u omisión (Trapaga 2018).

El cuarto principio corresponde al de autonomía: el cual en un inicio fue considerado como respeto a las personas y quiere decir que los valores, criterios y predilecciones del participante son lo más importante en la toma de decisiones, en virtud de su dignidad como persona. También se relaciona con la firma del consentimiento informado de la persona (Trapaga 2018).

En esta línea se considera el uso de la normativa de APA séptima edición para el manejo de las fuentes de información. Al mismo tiempo, el proyecto se presentó al comité de ética de la Universidad San Juan Bautista con el fin de que sea evaluado.

5 ANALISIS DE RESULTADOS

5.1. Resultados

Análisis estadístico descriptivo

TABLA 3

Distribución porcentual del nivel de inteligencia emocional, 2022.

Inteligencia emocional	f	%
Deficiente	62	26,4
Necesita mejorar	50	21,3
Mal desarrollada	45	19,1
Promedio	63	26,8
Bien desarrollada	14	6,0
Muy bien desarrollada	1	0,4
Total	235	100,0

En la tabla 3 de acuerdo a lo evaluado se revelan los resultados de la estadística descriptiva del nivel de inteligencia emocional donde, el 26,4%(62) de los alumnos se colocan en el nivel deficiente a menos, el 21,3%(50) necesitan mejorar; el 19,1%(45) tienen una inteligencia emocional mal desarrollada; el 26,8%(63) evidencian un nivel promedio; el 6,0%(14) se sitúan en el nivel bien desarrollada y el 0,4%(1) representa a un estudiante que tiene una inteligencia emocional muy bien desarrollada.

Respecto a los resultados adquiridos, es posible inferir, que en su mayoría los estudiantes presentan un nivel de inteligencia emocional promedio, lo cual quiere decir que aún deben seguir fortaleciendo sus habilidades y competencias

emocionales, las cuales les van a ayudar a poder afrontar las exigencias del medio, siendo consecuentes, tolerantes y capaces de controlar sus emociones.

TABLA 4

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión intrapersonal, 2022

Intrapersonal	f	%
Deficiente	31	13,2
Necesita mejorar	55	23,4
Mal desarrollada	45	19,1
Promedio	85	36,2
Bien desarrollada	18	7,7
Muy bien desarrollada	1	0,4
Total	235	100,0

En la tabla 4 se expone los resultados de la estadística descriptiva de la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional donde, el 13,2% (31) de los alumnos se sitúan en el nivel deficiente a menos, el 23,4% (55) necesitan mejorar; el 19,1%(45) tienen el componente interpersonal mal desarrollado; el 36,2%(85) evidencian un nivel promedio; el 7,7%(18) se sitúan en el nivel bien desarrollado y el 0,4%(1) representa a un estudiante que tiene la dimensión intrapersonal muy bien desarrollada.

Respecto a los datos adquiridos, la mayoría de estudiantes tienen la dimensión intrapersonal promedio, lo cual nos indica que en cierta forma logran entender sus propios sentimientos y emociones y los motivos que los originan; así como también la habilidad para poder autodirigirse, ser autónomos al momento de

pensar, sentir y actuar; sin embargo, aún deben seguir mejorando y poniéndolo en práctica.

TABLA 5

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión interpersonal, 2022

Interpersonal	f	%
Deficiente	58	24,7
Necesita mejorar	44	18,7
Mal desarrollada	47	20,0
Promedio	75	31,9
Bien desarrollada	10	4,3
Muy bien desarrollada	1	0,4
Total	235	100,0

En la tabla 5 respecto a la muestra de la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional se ha podido identificar que de los 235 estudiantes , el 24,7% (58) de los alumnos se sitúan en el nivel deficiente a menos, el 18,7% (44) necesitan mejorar; el 20,0%(47) tienen el componente interpersonal mal desarrollado; el 31,9%(75) evidencian un nivel promedio; el 4,3%(10) se sitúan en el nivel bien desarrollado y el 0,4%(1) representa a un estudiante que tiene la dimensión interpersonal muy bien desarrollada.

En relación a esta dimensión se interpreta que la mayoría de los estudiantes cuentan con un desarrollo promedio de la dimensión interpersonal, lo cual quiere decir que aun requieren de algunas mejoras para poder tener una mejor interacción social;

así mismo, poder comprender y entender las emociones de los demás.

TABLA 6

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión adaptabilidad, 2022

Adaptabilidad	f	%
Deficiente	17	7,2
Necesita mejorar	77	32,8
Mal desarrollada	70	29,8
Promedio	68	28,9
Bien desarrollada	3	1,3
Total	235	100,0

En la tabla 6 se evidencian los resultados de la estadística descriptiva del componente adaptabilidad de la inteligencia emocional donde, el 7,2% (17) de los alumnos se sitúan en el nivel deficiente a menos, el 32,8% (77) necesitan mejorar; el 29,8% (70) tienen el componente de adaptabilidad mal desarrollado; el 28,9% (68) evidencian un nivel promedio y el 1,3% (3) representan a estudiantes que tiene el componente de adaptabilidad bien desarrollado.

Los datos demuestran que la mayoría de estudiantes necesitan mejorar en cuanto a reconocer y entender las dificultades que se les presentan; así mismo, poder lograr ser más flexibles y poder encontrar o generar las soluciones prácticas adecuadas.

TABLA 7

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión manejo del estrés, 2022.

Manejo del estrés	f	%
Deficiente	23	9,8
Necesita mejorar	55	23,3
Mal desarrollada	52	22,1
Promedio	77	32,8
Bien desarrollada	18	7,7
Muy bien desarrollada	10	4,3
Total	235	100,0

En la tabla 7 se exponen los resultados de la estadística descriptiva del componente manejo del estrés de la inteligencia emocional donde, el 9,8% (23) de los alumnos se sitúan en el nivel deficiente a menos, el 23,3% (55) necesitan mejorar; el 22,1% (52) tienen el componente de manejo del estrés mal desarrollado; el 32,8% (77) evidencian un nivel promedio; el 7,7% (18) sitúan en el nivel de bien desarrollado y el 4,3% (10) se encuentran en muy bien desarrollado

Respecto a los resultados adquiridos en esta dimensión, es posible inferir, que en su mayoría los estudiantes presentan un nivel promedio en cuanto a la dimensión manejo del estrés, lo cual quiere decir que aún les falta ejercer autocontrol y desarrollar ciertas habilidades para soportar situaciones de angustia y emociones intensas.

TABLA 8

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión estado de ánimo, 2022.

Estado de ánimo en general	f	%
Deficiente	59	25,1
Necesita mejorar	54	23,0
Mal desarrollada	37	15,7
Promedio	67	28,5
Bien desarrollada	16	6,8
Muy bien desarrollada	2	0,9
Total	235	100,0

La tabla 8 expone los resultados de la estadística descriptiva del componente estado de ánimo en general de la inteligencia emocional donde, el 25,1%(59) de los alumnos se sitúan en el nivel deficiente a menos, el 23,0%(54) necesitan mejorar; el 15,7%(37) tienen el componente estado de ánimo general mal desarrollado; el 28,5%(67) evidencian un nivel promedio; el 6,8%(16) sitúan en el nivel de bien desarrollado y el 0,9%(2) representa a estudiantes que tienen el componente estado de ánimo en general excelentemente desarrollado a más.

Los datos demuestran que la mayoría estudiantes tienen un nivel promedio en cuanto a la dimensión estado de ánimo en general, lo cual nos dice que aún necesitan desarrollar un poco mejor ciertas habilidades para poder aceptarse y sentirse bien con su vida propia, así mismo, poder distinguir el lado positivo de las cosas pese a encontrarse en momentos difíciles.

TABLA 9

Distribución porcentual del nivel de afrontamiento al estrés, 2022.

Afrontamiento al estrés	f	%
Muy bajo	2	0,9
Bajo	65	27,7
Medio	152	64,6
Alto	13	5,5
Muy alto	3	1,3
Total	235	100,0

En la tabla 9 se puede observar el análisis estadístico descriptivo de la variable afrontamiento al estrés donde, el 0,9% (2) de los estudiantes se sitúan en muy bajo, el 27,7% (65) han desarrollado un bajo nivel de afrontamiento al estrés; el 64,6% (152) muestran un nivel medio; el 5,5% (13) poseen un alto nivel y el 1,3% (3) declaran haber desarrollado un muy alto nivel.

Los datos demuestran que la mayor cantidad de estudiantes presentan un nivel de afrontamiento al estrés medio, lo cual nos permite entender que deben mejorar en cuanto a las respuestas que ejercen frente a las exigencias producidas por el medio donde se desenvuelven, así como también un mejor manejo del malestar psicológico causado por estas mismas.

TABLA 10

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión Centrado en la solución de problemas, 2022

Centrado en la solución de problemas	f	%
Muy bajo	5	2,1
Bajo	36	15,3
Medio	105	44,7
Alto	73	31,1
Muy alto	16	6,8
Total	235	100,0

En la tabla 10 se observa el análisis estadístico descriptivo de la dimensión focalización en la solución de problema donde, el 2,1% (5) de los estudiantes se sitúan en muy bajo, el 15,3% (36) han desarrollado un bajo nivel de focalización en la solución de problema; el 44,7% (105) muestran un nivel medio; el 31,1% (73) poseen un alto nivel y el 6,8% (16) declaran haber desarrollado un muy alto nivel.

Respecto a los resultados adquiridos en esta dimensión, es posible inferir, que en su mayoría los estudiantes presentan un nivel medio de esta dimensión, lo cual nos permite entender que deben seguir mejorando en poder detectar cuales son las dificultades que se les presentan y que soluciones pueden darles.

TABLA 11

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión reevaluación positiva, 2022

Reevaluación positiva	f	%
Muy bajo	1	0,4
Bajo	25	10,6
Medio	126	53,7
Alto	71	30,2
Muy alto	12	5,1
Total	235	100,0

La tabla 11 expone el análisis estadístico descriptivo de la dimensión reevaluación positiva donde, el 0,4% (1) de los estudiantes se sitúan en muy bajo, el 10,6% (25) han desarrollado un bajo nivel de reevaluación positiva; el 53,7% (126) presentan un nivel medio; el 30,2% (71) tienen un alto nivel y el 5,1% (12) declaran haber desarrollado un muy alto nivel.

Esto nos da evidencia, que la mayoría de estudiantes presentan un nivel medio frente a esta dimensión, lo cual indica que se muestran asertivos frente a diversos problemas, de manera que, si se les presenta algún agente estresor, sabrán manejarlo y no lo verán como problema, sin embargo, deben seguir poniendo de su parte.

TABLA 12

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión búsqueda de apoyo social, 2022

Búsqueda de apoyo social	f	%
Muy bajo	21	8,9
Bajo	68	28,9
Medio	98	41,7
Alto	33	14,1
Muy alto	15	6,4
Total	235	100,0

En la tabla 12 se puede observar el análisis estadístico descriptivo de la dimensión búsqueda de apoyo social donde, el 8,9% (21) de los estudiantes se sitúan en muy bajo, el 28,9% (68) han desarrollado un bajo nivel de búsqueda de apoyo social; el 41,7% (98) muestran un nivel medio; el 14,1% (33) poseen un alto nivel y el 6,4% (15) declaran haber desarrollado un muy alto nivel.

Los datos obtenidos demuestran que la mayor cantidad de estudiantes presentan un nivel medio de esta dimensión, lo cual permite observar que en muchos casos los estudiantes buscan apoyo en otra persona, pidiendo consejos y opiniones que les ayuden a seleccionar la decisión más adecuada a su problema; sin embargo, muchas veces no hacen uso de estos recursos.

TABLA 13

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión autofocalización negativa, 2022

<i>Autofocalización negativa</i>	f	%
Muy bajo	17	7,2
Bajo	116	49,4
Medio	86	36,6
Alto	13	5,5
Muy alto	3	1,3
Total	235	100,0

En la figura 13 se logra observar el análisis estadístico descriptivo de la dimensión autofocalización negativa donde, el 7,2% (17) de los estudiantes se sitúan en muy bajo, el 49,4% (116) han desarrollado un bajo nivel de autofocalización negativa; el 36,6% (86) muestran un nivel medio; el 5,5% (13) poseen un alto nivel y el 1,3% (3) declaran haber desarrollado un muy alto nivel.

En relación a esta dimensión se interpreta que 116 estudiantes presentan un nivel bajo en cuanto a esta dimensión, lo cual nos permite entender la gran mayoría no emplea los adecuados mecanismos para regular sus emociones, a través de estrategias que modifican sus propios sentimientos.

TABLA 14

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión Expresión emocional abierta, 2022.

Expresión emocional abierta	f	%
Muy bajo	32	13,6
Bajo	107	45,5
Medio	85	36,2
Alto	8	3,4
Muy alto	3	1,3
Total	235	100,0

En la tabla 14 se muestra el análisis estadístico descriptivo de la dimensión expresión emocional abierta donde, el 13,6% (32) de los estudiantes se sitúan en muy bajo, el 45,5% (107) han desarrollado un bajo nivel de expresión emocional abierta; el 36,2% (85) presentan un nivel medio; el 3,4% (8) poseen un alto nivel y el 1,3% (3) declaran haber desarrollado un muy alto nivel.

Los datos demuestran que los estudiantes en su gran mayoría presentan un nivel bajo en cuanto a esta dimensión, lo cual nos dice que existen ciertas dificultades de parte del alumno para pensar en las emociones negativas como algo irrelevante, por ello, no logran resolver sus problemas de manera eficaz.

TABLA 15

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión evitación, 2022.

Evitación	f	%
Muy bajo	6	2,6
Bajo	40	17,0
Medio	135	57,4
Alto	49	20,9
Muy alto	5	2,1
Total	235	100,0

En la tabla 15 se puede observar el análisis estadístico descriptivo de la dimensión evitación donde, el 2,6% (6) de los estudiantes se sitúan en muy bajo, el 17,0% (40) han desarrollado un bajo nivel de evitación; el 57,4% (135) muestran un nivel medio; el 20,9% (49) poseen un alto nivel y el 2,1% (5) declaran haber desarrollado un muy alto nivel.

Respecto a los resultados adquiridos en esta dimensión, es posible inferir, que en su mayoría los estudiantes presentan un nivel medio en esta dimensión, lo cual nos permite entender que el estudiante debe seguir mejorando y buscar nuevas formas de afrontar las situaciones que se le presentan por más complicadas que estas sean y optar por una solución, más no evitarlo.

TABLA 16

Distribución porcentual según el nivel de la dimensión religión, 2022.

Religión	f	%
Muy bajo	62	26,4
Bajo	63	26,8
Medio	83	35,3
Alto	21	8,9
Muy alto	6	2,6
Total	235	100,0

En la tabla 16 se presenta el análisis estadístico descriptivo de la dimensión religión donde, el 26,4% (62) de los estudiantes se sitúan en muy bajo, el 26,8% (63) han desarrollado un bajo nivel de religión; el 35,3% (83) muestran un nivel medio; el 8,9% (21) poseen un alto nivel y el 2,6% (6) declaran haber desarrollado un muy alto nivel.

Los datos demuestran que los estudiantes poseen un nivel medio en cuanto a esta dimensión, lo cual nos indica que la mayoría de veces los estudiantes se refugian en la fe religiosa a manera de que les ayude a resolver sus problemas, sin embargo, aún no logran desarrollarla del todo.

Análisis estadístico inferencial

Tabla 17

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las variables inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

		D1. Intrapersonal	D2. Interpersonal	D3. Adaptabilidad	D4. Manejo de estrés	D5. Estado de animo	V1. Inteligencia emocional	D1. Focalizado en la solución de problema	D2. Reevaluación positiva	D3. Búsqueda de apoyo social	D4. Autofocalización negativa	D5. Expresión emocional abierta	D6. Evitación	D7. Religión	V2. Afrontamiento al estrés
N		235	235	235	235	235	235	235	235	235	235	235	235	235	235
Parámetros normales ^{a,b}	Media	86,4128	82,5957	83,7617	91,6681	81,4298	82,2128	19,1362	19,3957	16,9064	15,2553	14,4979	18,1574	14,5277	117,8766
	Desv. Desviación	16,16091	16,24605	11,25209	47,81509	18,36426	15,67476	4,17442	3,58665	5,00254	3,78068	3,91291	3,63575	5,23898	19,20130
Máximas diferencias extremas	Absoluto	,068	,059	,064	,247	,061	,078	,095	,102	,078	,093	,092	,083	,079	,098
	Positivo	,053	,046	,064	,247	,045	,078	,077	,101	,078	,093	,092	,076	,077	,098
	Negativo	-,068	-,059	-,043	-,239	-,061	-,047	-,095	-,102	-,065	-,058	-,066	-,083	-,079	-,058
Estadístico de prueba		,068	,059	,064	,247	,061	,078	,095	,102	,078	,093	,092	,083	,079	,098
Sig. asintótica(bilateral)		,011 ^c	,049 ^c	,021 ^c	,000 ^c	,036 ^c	,002 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,001 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,001 ^c	,001 ^c	,000 ^c

Para la prueba de normalidad, se tuvo en cuenta la prueba de Kolmogorov-Smirnov, ya que el tamaño de la muestra resultó ser mayor a 50 participantes, según los valores obtenidos estos resultan ser menores a 0.05, lo cual evidencia que se está frente a una distribución no paramétrica, de manera que se aplicó la prueba de correlación de Rho Spearman.

Prueba de hipótesis

Hipótesis general

Hi: Existe relación directa y significativa entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.

Ha: Existe relación en algunas dimensiones de la inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica- 2022.

Tabla 18

Distribución según el nivel de correlación entre las variables inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios, 2022.

		Afrontamiento al estrés
Inteligencia emocional	Coefficiente de correlación	,106
	Sig. (bilateral)	,104
	N	235

A través del uso de la prueba de correlación de Rho de Spearman se consigue obtener que no existe una relación significativa ($0,104 > 0,05$), pero si una asociación baja ($r_s=0,106$) entre las variables inteligencia emocional y afrontamiento al estrés, con lo cual se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis alterna.

A partir de ello, de acuerdo a los datos estadísticos obtenidos, podemos observar que no existe una significancia entre las variables; sin embargo, desde un sustento psicológico, podemos asumir que los estudiantes universitarios podrían hacer uso de otros factores protectores, aquellos que reducen los efectos negativos de la exposición a riesgos y al estrés. Si bien el estudiante no hace un uso adecuado de su inteligencia emocional, existen otras formas en que podrían afrontar las diversas situaciones complicadas que se le presentan; como, por ejemplo, haciendo uso de la autoestima y confianza en sí mismo, el cual funciona como escudo para afrontar

diversas críticas y desafíos de la vida con resiliencia y determinación; la motivación, la cual aporta mejoramiento de la calidad de vida ya que permite un mejor progreso y desarrollo del estudiante.

Tabla 19

Distribución según el nivel de correlación entre las dimensiones de la variable inteligencia emocional y la variable afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios, 2022.

		V2. Afrontamiento al estrés
D1. Intrapersonal	Coeficiente de correlación	,118
	Sig. (bilateral)	,072
	N	235
D2. Interpersonal	Coeficiente de correlación	,206
	Sig. (bilateral)	,001
	N	235
D3. Adaptabilidad	Coeficiente de correlación	-,046
	Sig. (bilateral)	,481
	N	235
D4. manejo del estrés	Coeficiente de correlación	-,050
	Sig. (bilateral)	,443
	N	235
D5. Estado de ánimo general	Coeficiente de correlación	,214
	Sig. (bilateral)	,001
	N	235

A través del empleo de la prueba de correlación de Rho de Spearman se consigue que no existe relación significativa ($> 0,05$) pero si una asociación baja ($r_s=0,118$) entre la dimensión intrapersonal y afrontamiento al estrés, por otra parte, se evidencia que existe relación significativa ($< 0,05$) con una asociación baja ($r_s=0,206$) entre la dimensión interpersonal y afrontamiento al estrés; asimismo, no existe relación

significativa ($> 0,05$) con una asociación inversa baja ($r_s=-0,046$) entre la dimensión adaptabilidad y afrontamiento al estrés. Igualmente, no existe relación significativa ($> 0,05$) con una asociación inversa baja ($r_s=-0,050$) entre la dimensión manejo del estrés y afrontamiento al estrés y por último se puede señalar que existe relación significativa ($< 0,05$) con una asociación baja ($r_s=0,214$) entre la dimensión estado de ánimo general y afrontamiento al estrés.

Desde un sustento psicológico se puede sostener que existe una relación significativa entre las dimensiones interpersonal y el estado de ánimo en general de la inteligencia con respecto a la variable afrontamiento al estrés, lo cual nos permite entender que los estudiantes universitarios solucionan sus problemas a través de sus relaciones interpersonales; es decir, teniendo contacto con las personas, conversando, reuniéndose, teniendo apoyo de amigos, familiares, entre otros. Así mismo, no buscan hundirse en el problema, ni cargarse de más estrés, sino que tratan de ver el lado positivo de las cosas para así poder salir adelante frente a situaciones agobiantes.

5.2. Discusión

El presente trabajo de investigación fue realizado en universitarios del IV al X de una universidad privada de Ica, tuvo como objetivo determinar el nivel de relación entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés. Dentro de los aspectos positivos encontrados podemos decir que la investigación tiene un gran valor académico, ya que aporta conocimiento a la sociedad científica acerca de las variables de estudio.

Así mismo, otro aspecto positivo que podemos apreciar es que permite motivar a los diversos investigadores a realizar estudios en el ámbito de la psicología, ya que aún es necesario ahondar más en este tema, debido a que se tiene muy poca evidencia

de investigación realizada en dicha área con relación a las variables de estudio.

Así mismo, dentro de la propuesta de investigación se encontraron ciertas debilidades, una de ellas se refiere a la recolección de datos de manera virtual, debido a que los estudiantes a causa del confinamiento vivido por el COVID-19 se encontraban reincorporándose nuevamente a clases; por ello, la evaluación de la muestra se realizó a través del *software Google Forms*, luego de ese paso se realizó el procesamiento de la información a través de la estadística descriptiva e inferencial. *Cabe resaltar que los resultados fueron reflejados en base a la veracidad de sus respuestas y estos podrían haber presentado variaciones en su resultado.*

Por otro lado, si hablamos de limitaciones en cuanto a la investigación, podemos hacer referencia a la diferencia muestral que se dio en relación al sexo, debido a que hubo un número mayor de mujeres (164) que de varones (71), dentro de la muestra utilizada la cual estuvo conformada por 235 estudiantes, lo que puede haber influenciado en cierto grado los resultados que se obtuvieron.

Con respecto a los 235 estudiantes universitarios de la escuela de psicología, el cual es el número de la muestra evaluada, podemos observar que la mayor cantidad de evaluados se encuentra en la etapa de la juventud, debido a que sus edades se encuentran dentro del rango de 18 a 27 años.

En referencia al objetivo específico determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes universitarios de Ica – 2022, el 26.8% evidenciaron un nivel promedio; lo cual permite sostener que los estudiantes evidencian debilidades para

identificar sus características personales y comprender el comportamiento de los demás para actuar con asertividad mediante la expresión de pensamientos y emociones de forma sincera sin violentar los derechos de los demás, ser empáticos para entender las emociones de los demás y establecer relaciones satisfactorias, identificar y entender los problemas para seleccionar las opciones más efectivas, tolerar el estrés y controlar sus impulsos, además aceptarse y sentirse satisfechos con sus propias vidas y no ser fatalistas cuando tienen dificultades. De lo obtenido se puede sostener que un grupo de estudiantes muestran un nivel medio en el manejo emocional, es decir no cuentan con el pleno desarrollo de la capacidad para identificar sus propias emociones así como tampoco de los otros, un segundo grupo de estudiantes muestran deficiente nivel de inteligencia emocional, este grupo tiene dificultades para autorregular sus emociones así como para desarrollar sus habilidades de interacción con su entorno social por lo tanto muestran carencia de empatía, este grupo podría tender a generar conflictos con otras personas. un tercer grupo necesita mejorar su nivel de inteligencia emocional es decir muestran capacidades emocionales, pero requieren mejorarlas y un cuarto grupo ha alcanzado algún tipo de desarrollo, pero no de forma adecuada. Por último, un grupo menor muestra un buen desarrollo de nivel de inteligencia emocional, estos estudiantes a lo contrario de los anteriores muestran capacidad de manejo de sus sentimientos, a nivel individual y en el acto de interrelación social.

Dichos resultados obtenidos difieren con los hallados por Pérez y Perlacios (2018) quienes difieren con los resultados hallados ya que lograr demostrar según resultados relación significativa entre los niveles de inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento, este estudio coincide con la muestra, considera a estudiantes universitarios. Otro estudio que se contrasta es el desarrollado por Espino (2021)

quien en sus resultados logra demostrar una relación significativa entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés, sin embargo, en lo que refiere al diseño se coincide ya que emplea el correlacional, otros aspectos a contrastar es lo referido a los elementos considerados en las muestras, el antecedente considera estudiantes de quinto grado de secundaria, la investigación trabaja con estudiantes universitarios. Desde la perspectiva teórica los resultados precisados en párrafo anterior se sustentan con lo planteado por Saldaña (2021) quien manifiesta que la inteligencia emocional es un tipo de inteligencia social que abarca la capacidad para guiar y manejar nuestros propios sentimientos y los de los otros.

Así mismo, según lo expuesto se puede concluir la gran importancia también del análisis de factores de riesgo que posee una persona ante determinadas problemáticas. Estos constituyen aspectos biológicos, psicológicos y /o sociales que están estadísticamente asociados a una mayor probabilidad de morbilidad o mortalidad futura. Dentro de estos factores de riesgo se tiene problemas tales como hipertensión, vida sedentaria, baja autoestima, alteraciones psiquiátricas, etc. Sin embargo, no implican una relación de causa-efecto. (Hidalgo, 2002).

Además, con respecto al objetivo específico determinar el nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022, el 64% presentan un nivel medio; lo cual permite identificar que los estudiantes aún tienen dificultades para identificar el problema y darle solución, no son asertivos y esto provoca que aparezcan agentes estresores, les cuesta buscar consejos, apoyo y opiniones de los demás, se culpan y sienten que todo le saldrá mal, no regulan sus emociones y esto provoca que evite las situaciones estresantes para no darle solución. En cuanto al afrontamiento al estrés según resultados se puede sostener que los estudiantes

manifiestan un nivel medio lo que significa que los alumnos muestran una moderada capacidad para afrontar situaciones estresoras que les toca vivir en el ámbito académico, familiar, personal u otro en el que la sociedad le exige, sin embargo, requieren seguir mejorando este tipo de estrategias. (Sandín y Chorot, 2003)

En esta dirección un segundo grupo muestra un nivel bajo de afrontamiento ante situaciones de exigencia lo cual no les favorece para dar respuesta conllevándolos a manifestaciones fisiológicas y emocionales perjudiciales para su persona como para su entorno, un tercer agrupamiento podemos encontrar aquellos estudiantes que muestran un nivel alto y muy alto de afrontamiento este grupo es capaz de afrontar las exigencias de las diversas situaciones y sus respuestas físicas, psicológicas y sociales son positivas, no se generan sentimientos de inquietud, nerviosismo, tristeza u otra manifestación. Lo encontrado en la investigación se sustenta en lo teorizado por Cerda y Cubas (2022) quienes señalan que el afrontamiento al estrés se evidencia como una serie de reacciones que se activan frente a un estímulo nocivo que son los denominados estresores habituales, que pueden ser físicos, psicológicos, cognitivos o emocionales y los datos obtenidos son diferentes a la investigación de Guevara y Hurtado (2022) quienes realizaron un trabajo de tipo cualitativo donde concluyeron que ante situaciones de estrés se debe plantear modos de afrontamiento encaminados a la emoción o al problema.

Ante esta problemática, es importante tener en cuenta los factores protectores que puede utilizar una persona, ya que van a permitir reducir la probabilidad de emitir conductas de riesgo o de tener consecuencias negativas cuando se involucran en ellas. Así mismo, estos factores cumplen una función muy importante y beneficiosa en el estado de salud del individuo, ayudándolo a poder mejorar su adaptación al ambiente físico y social. (Valdez, 1994)

Según Patterson (1988), los factores protectores pueden considerarse como los recursos que tiene una persona para enfrentar su desarrollo y eventos vitales. Estos recursos pueden ser infinitos, desde aspectos tangibles como dinero, hasta intangibles, como la autoestima.

En lo que respecta al análisis inferencial la hipótesis general de la investigación fue: Existe relación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica, 2022. Según los resultados estadísticos, se demuestra que no existe relación entre las variables, por lo cual se estaría aceptando la hipótesis alterna del estudio, la cual se plantea de la siguiente manera: Existe relación entre algunas dimensiones de la inteligencia emocional con respecto al afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica, 2022. Es importante destacar que la relación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés puede variar entre los individuos y depende de la forma en que aplican sus habilidades emocionales en situaciones específicas. Además, factores contextuales, como el apoyo social, la carga académica y el ambiente universitario, también pueden influir en esta relación.

Con respecto al proceso de triangulación se tiene como hipótesis general, existe relación directa y significativa entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022; percibiéndose que la relación ($r_s=0,106$) entre las variables no es significativa ($0,104$); Si bien de acuerdo a los datos estadísticos, no existe una significancia entre las dos variables; si lo vemos desde un punto psicológico, podemos observar que la dimensión interpersonal y la dimensión del estado de ánimo en general si tienen una relación significativa con la variable del

afrontamiento al estrés, lo cual permite entender que los estudiantes universitarios solucionan sus problemas con ese contacto que tienen con las personas, el hecho de relacionarse, reunirse, intercambiar palabras; así mismo, no buscan ahogarse en el problema, no se la pasan arrepintiéndose de las cosas, si no que ven las cosas de una manera positiva para salir adelante.

Lo obtenido se sustenta sobre lo planteado por Bar-On (1997) quien manifestó que la inteligencia emocional se define como una serie de capacidades y competencias muy distintas a las cognitivas, que van a favorecer el afrontamiento de los requerimientos del medio, siendo sensatos, tolerantes y capaces de controlar las emociones de manera eficaz. En (Sánchez 2021) y Sandín y Chorot (2003) se sostuvo que el afrontamiento al estrés son todas aquellas respuestas del sujeto ante los requerimientos originadas por el entorno social, así como para hacer frente al malestar psicológico causado por ciertos escenarios estresantes en (Flores 2022) y los datos obtenidos son diferentes a los de Palomino (2022) quien trabajó con variables no directas que le permitieron concluir que existe una relación inversa y significativa entre ambas variables de estudio ($r = .865$), además, sustenta que a más inteligencia emocional, menos estrés académico y viceversa.

Así mismo, si bien no existe una significancia entre estas dos variables, los estudiantes universitarios pueden estar haciendo uso de otros factores protectores, aquellos que reducen los efectos negativos de la exposición a riesgos y al estrés. Si bien el estudiante no hace un uso adecuado de su inteligencia emocional, existen otras formas en que puede afrontar las diversas situaciones complicadas que se le presentan; como, por ejemplo, haciendo uso de la autoestima y confianza en si mismo, el cual funciona como escudo para afrontar diversas críticas y desafíos de la vida con resiliencia y determinación; la motivación, la cual aporta mejoramiento de la

calidad de vida ya que permite un mejor progreso y desarrollo del estudiante. La falta de relación entre la inteligencia emocional y los factores de afrontamiento del estrés en universitarios puede deberse a una combinación de factores individuales, contextuales y hasta metodológicos. En general, la capacidad de afrontamiento del estrés se beneficia de una combinación de factores personales, sociales y emocionales. Los estudiantes que cuentan con un conjunto de habilidades para manejar el estrés, una red de apoyo sólida y un enfoque equilibrado en sus vidas tienen más probabilidades de enfrentar los desafíos universitarios con éxito y minimizar el impacto negativo del estrés.

Aunque los resultados estadísticos no mostraron una correlación significativa entre la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en este estudio, la perspectiva psicológica planteada en la discusión sugiere que aspectos específicos de la inteligencia emocional pueden desempeñar un papel en cómo los estudiantes afrontan el estrés. Esta interpretación subraya la importancia de considerar no solo los resultados estadísticos, sino también los factores psicológicos y sociales que pueden influir en la relación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés. Sin embargo, la discusión va más allá de los números y plantea una interpretación psicológica de los resultados. Se argumenta que, a pesar de la falta de significancia estadística, hay aspectos específicos de la inteligencia emocional que sí están relacionados con el afrontamiento al estrés. Se menciona que la dimensión interpersonal y la dimensión del estado de ánimo en general tienen una relación significativa con la capacidad de los estudiantes para afrontar el estrés.

Con respecto al objetivo específico determinar la relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes

universitarios de Ica – 2022; se evidencia que no existe una relación significativa ($> 0,05$) con una correlación directa baja ($r_s=0,118$), se destaca que no se encontró una relación significativa entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés, con una correlación directa baja. El hecho de que los estudiantes no perciban una relación significativa entre la inteligencia emocional intrapersonal y su capacidad para hacer frente al estrés podría deberse a diversas razones. En primer lugar, es importante recordar que la inteligencia emocional es un concepto complejo que engloba varios componentes, tanto intrapersonales como interpersonales. Es posible que los estudiantes estén prestando más atención a otros aspectos de la inteligencia emocional, como la empatía o la habilidad para relacionarse con los demás, en lugar de centrarse en la autorreflexión y el autoconocimiento.

Otra posible explicación es que los estudiantes puedan no haber desarrollado plenamente estas habilidades intrapersonales, y, por lo tanto, no las consideren efectivas en el afrontamiento del estrés. La inteligencia emocional es una capacidad que se puede mejorar con la práctica y la formación, por lo que podría ser necesario fomentar el desarrollo de estas habilidades en el entorno universitario. Por eso, los resultados obtenidos se sustentan con lo señalado por Sánchez (2021) quien a su vez cita a Bar-On (1997), apoya la idea de que el componente intrapersonal de la inteligencia emocional se relaciona con el autoconocimiento y la comprensión emocional de uno mismo. Sin embargo, los hallazgos de este estudio parecen ir en contra de esta afirmación, lo que sugiere que la relación entre estos factores puede variar en función de la población y el contexto estudiados.

Por otro lado, la mención a Pérez y Perlacios (2018), que encontraron una relación significativa entre los niveles de inteligencia emocional y los estilos de

afrontamiento al estrés en estudiantes de psicología, destaca la importancia de considerar las diferencias entre poblaciones y disciplinas académicas. Los estudiantes de psicología pueden estar más familiarizados y capacitados en la aplicación de habilidades emocionales en situaciones de estrés, lo que podría explicar la diferencia en los resultados.

Por otra parte, se evidencia con respecto al objetivo específico determinar la relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022; se evidencia que existe una relación significativa ($< 0,05$) con una correlación directa baja ($r_s=0,206$); debido a que los estudiantes de manera general consideran que tener un adecuado nivel de empatía y buenas relaciones interpersonales permiten afrontar el estrés, se destaca que se encontró una relación significativa entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés, con una correlación directa baja. Esto indica que, en general, los estudiantes consideran que tener un adecuado nivel de empatía y buenas relaciones interpersonales es beneficioso para enfrentar el estrés de manera efectiva. Este hallazgo es coherente con la teoría de que la empatía y las habilidades sociales pueden ser recursos valiosos en situaciones estresantes. Por eso, los resultados obtenidos se sustentan en lo señalado por Sánchez (2021) quien cita a Bar-On (1997), sustentando que el componente interpersonal es la capacidad que nos permite poder tener interacción social y los datos obtenidos son parecidos a los de Román (2022) quien concluyó en su investigación que la inteligencia emocional se relaciona de manera significativa con el estrés académico en estudiantes de la carrera de ciencias Sociales y Turismo de la Universidad mencionada líneas arriba.

Los resultados sugieren que la inteligencia emocional, en particular el componente interpersonal, puede desempeñar un papel importante en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios. Sin embargo, la relación entre el componente de adaptabilidad y el afrontamiento del estrés puede ser más compleja de lo que inicialmente se percibe. Ya que los estudiantes pueden no percibir la adaptabilidad como un factor relevante en la gestión del estrés. Sin embargo, es importante considerar que la adaptabilidad puede ser una habilidad que se manifieste de manera más sutil en situaciones de estrés. Es posible que los estudiantes no reconozcan la importancia de la adaptabilidad en el afrontamiento del estrés debido a una comprensión limitada de cómo esta habilidad puede aplicarse en contextos específicos.

Por otro parte, se evidencia con respecto al objetivo específico determinar la relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022; se evidencia que existe una relación significativa ($> 0,05$) con una correlación directa baja ($r_s = -0,046$); Es por eso, que los resultados obtenidos se sustentan en lo señalado por Sánchez (2021) quien cita a Bar-On (1997), es importante destacar que, en este estudio, no se encontró una relación significativa entre el componente de adaptabilidad de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés, a pesar de que la correlación sea baja. Esto indica que, en general, los estudiantes no consideran que la habilidad para reconocer y entender las dificultades, valorar el entorno y acomodarse a las situaciones cambiantes sea un factor determinante al enfrentar situaciones de estrés.

Este resultado contrasta con la idea de que la adaptabilidad emocional puede ser una habilidad valiosa en la gestión del estrés. Esto concuerda con los resultados

obtenidos en este estudio y refuerza la noción de que las habilidades interpersonales pueden desempeñar un papel importante en la gestión del estrés. y los datos obtenidos son parecidos a los de Espino (2021) quien concluyó que existe relación significativa entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de quinto grado de la I.E.S. “Manuel Prado” de Puquio, 2020; a la vez, se estableció una asociación causal directa, estadísticamente significativa ($p > 0.05$).

En el estudio no se encontró una relación significativa entre el componente de adaptabilidad de la inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios de Ica en 2022. A pesar de la correlación baja, este resultado plantea preguntas sobre la percepción de los estudiantes y el papel de la adaptabilidad en la gestión del estrés en este contexto. La falta de una correlación significativa en este estudio puede deberse a varias razones. Es posible que los estudiantes no hayan percibido la importancia de la adaptabilidad en el afrontamiento del estrés o que no hayan desarrollado plenamente esta habilidad. También es posible que la medición de la adaptabilidad en el estudio no haya capturado completamente la complejidad de esta habilidad en situaciones de estrés.

Con respecto al objetivo específico determinar la relación entre el componente del manejo del estrés de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022; se evidencia que existe una relación significativa ($> 0,05$) con una correlación directa baja ($r_s = -0,050$), debido a que los estudiantes de manera general consideran que la tolerancia al estrés y el control de los impulsos son necesarias en el momento de afrontar el estrés. Se destaca que se encontró una relación significativa entre el componente del manejo del estrés de la inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés, a pesar de que la correlación sea

baja. Esto implica que, en general, los estudiantes consideran que la tolerancia al estrés y el control de los impulsos son habilidades importantes al enfrentar situaciones de estrés. Esta conexión entre el manejo del estrés y el afrontamiento del estrés respalda la idea de que las habilidades relacionadas con el autocontrol emocional pueden ser fundamentales en la gestión efectiva del estrés.

Por eso los resultados obtenidos se sustentan en lo señalado por Sánchez (2021) quien cita a Bar-On (1997), señala que el componente manejo del estrés nos brinda la capacidad de tener autocontrol y también de nuestras emociones y los datos obtenidos en la investigación son parecidos a los de Ramírez (2021) quien encontró una correlación fuerte entre la inteligencia emocional y el estrés académico, enfatiza aún más la relevancia del componente de manejo del estrés en la gestión de situaciones estresantes en el contexto universitario. Esta correlación fuerte en su investigación sugiere que las habilidades de manejo del estrés pueden tener un impacto sustancial en la capacidad de los estudiantes para lidiar con el estrés académico.

Los resultados de este estudio respaldan la idea de que el componente del manejo del estrés de la inteligencia emocional puede desempeñar un papel importante en la gestión del estrés en estudiantes universitarios. A pesar de la correlación baja, esta habilidad sigue siendo relevante y puede contribuir al afrontamiento efectivo del estrés, especialmente en un entorno académico. Futuras investigaciones podrían explorar más a fondo cómo se aplican estas habilidades en situaciones de estrés específicas y considerar otros factores que influyen en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios.

Por último, se sostiene con respecto al objetivo específico determinar la relación entre el componente estado de ánimo general de la inteligencia emocional y

el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022; se evidencia que existe una relación significativa ($< 0,05$) con una correlación directa baja ($r_s=0,214$), se destaca que se encontró una relación significativa entre el componente del estado de ánimo general de la inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés, a pesar de que la correlación sea baja. Esto indica que, en general, los estudiantes consideran que estar felices y optimistas es importante al enfrentar situaciones de estrés. Esta conexión entre el estado de ánimo general y el afrontamiento del estrés respalda la idea de que el bienestar emocional puede desempeñar un papel relevante en la gestión efectiva del estrés.

Por eso, se sustenta en lo señalado por Sánchez (2021) quien cita a Bar-On (1997), señala que el componente estado de ánimo general es la capacidad de estar con una buena disposición ante nuestras emociones y los datos conseguidos en la investigación son parecidos a los de Cañero et al. (2019) quienes concluyeron que existe una influencia de las habilidades emocionales sobre el bienestar subjetivo, la empatía cognitiva, la atención y la claridad explicaron el 30% de la varianza de la satisfacción con la vida ($R^2=.30$). La edad y la reparación emocional predijeron el 17% de la varianza de los afectos positivos ($R^2=.17$). El sexo, la empatía cognitiva, la claridad, la atención y la reparación emocional explicaron el 28% de la varianza de los afectos negativos ($R^2=.28$).

Los resultados de este estudio sugieren que el estado de ánimo general, en particular, la disposición emocional positiva, puede ser un factor importante en la capacidad de los estudiantes universitarios para afrontar el estrés. A pesar de la correlación baja, esta habilidad sigue siendo relevante y puede contribuir al afrontamiento efectivo del estrés, especialmente en un entorno académico. Si bien la correlación en este estudio es baja, es importante recordar que el bienestar emocional

es un factor multidimensional que puede influir en la capacidad de afrontar el estrés. Un estado de ánimo general positivo puede proporcionar una base sólida para enfrentar desafíos y situaciones estresantes con una perspectiva más optimista y resiliente.

6 CONCLUSIONES

PRIMERA: Según los resultados estadísticos, se demuestra que existe una baja significatividad entre la variable inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de una universidad privada; sin embargo, esto no significa que no tengan relación, ya que la dimensión interpersonal y estado de ánimo en general si poseen relación con respecto al afrontamiento al estrés. Esto quiere decir que los estudiantes en muchas ocasiones cuando tienen algún tipo de problema que les genera estrés, no siempre recurren a utilizar su IE, sino que utilizan otras herramientas, otros factores protectores; como por ejemplo, la autoestima y confianza en sí mismo, el cual funciona como escudo para afrontar diversas críticas y desafíos de la vida con resiliencia y determinación; la motivación, la cual aporta mejoramiento de la calidad de vida ya que permite un mejor progreso y desarrollo del estudiante.

SEGUNDA: Se concluyó que los estudiantes universitarios en su mayoría presentan un nivel de inteligencia emocional promedio; lo cual demuestra que aún necesitan seguir mejorando y fortaleciendo ciertas habilidades y competencias emocionales, las cuales les ayudarán a tener un mejor afrontamiento con respecto a las situaciones complicadas que se presenten.

TERCERA: Se concluyó, que los estudiantes universitarios en su mayoría muestran un nivel medio de afrontamiento al estrés, lo cual nos permite entender que deben mejorar en cuanto a las respuestas que ejercen frente a las exigencias producidas por el medio donde se desenvuelven, así como también un mejor manejo

del malestar psicológico causado por estas mismas.

CUARTA: Se concluyó, en cuanto a la relación entre el componente intrapersonal y el afrontamiento al estrés. Según los datos obtenidos, que no existe una relación significativa, pero si una asociación baja. De lo anterior podemos decir, que los estudiantes universitarios si bien no hacen uso de este componente; es decir, no aplican las herramientas necesarias como su capacidad para poder comprender sus propias emociones y sentimientos; centrarse en aspectos positivos de su vida; autodirigirse y ser autónomos al momento de pensar, sentir y actuar, podría estar haciendo uso de otros factores protectores; es decir, puede estar utilizando otras formas de afrontar estas situaciones complicadas de estrés.

QUINTA: Se concluyó, en cuanto a la relación entre el componente interpersonal y el afrontamiento al estrés. Según los datos obtenidos, que, si existe una relación significativa y una asociación baja, lo cual evidencia que los estudiantes afrontan las situaciones difíciles que se les presentan a través del contacto que tienen con las personas; es decir, de su interacción social. El hecho de poder reunirse con amigos y familiares, poder expresarle sus emociones y sentimientos, tomarse un tiempo libre para conversar los ayuda a afrontar los desafíos de la vida con mayor confianza. Así mismo, las relaciones interpersonales les servirán como fuente de ayuda psicológica, para un adecuado bienestar emocional.

SEXTA: Se concluyó, en cuanto a la relación entre el componente adaptabilidad y el afrontamiento al estrés. Según los datos obtenidos, que no existe una relación significativa, pero si una asociación inversa baja. Esto quiere decir que

los estudiantes universitarios deben mejorar y hacer un uso adecuado de su capacidad para entender, reconocer y adaptarse a las dificultades de su entorno, lo cual les facilitara poder encontrar soluciones prácticas. Cabe resaltar, que podrían estar haciendo uso de otros mecanismos para afrontar estas situaciones complicadas que se les presentan.

SÉPTIMA: Se concluyó, en cuanto a la relación entre el componente del manejo del estrés y el afrontamiento al estrés. Según los datos obtenidos, que no existe una relación significativa, pero si una asociación inversa baja de acuerdo a datos estadísticos. Se asume que los estudiantes universitarios si bien no poseen un adecuado control de impulsos y la habilidad necesaria para soportar situaciones de angustia y emociones intensas, podrían estar haciendo uso de otras formas de afrontamiento al estrés; es decir, otros factores protectores.

OCTAVA: Se concluyó, en cuanto a la relación entre el componente del estado de ánimo en general y el afrontamiento al estrés. Según los datos obtenidos, que si existe una relación significativa y una asociación baja de acuerdo a datos estadísticos. Esto quiere decir que los estudiantes universitarios manejan sus problemas haciendo uso de su habilidad para estar con una buena disposición ante sus emociones; así mismo, poseen la capacidad para distinguir los puntos de vista positivos de la vida, pese a encontrarse en momentos complicados. De lo anterior podemos inferir que los alumnos no buscan ahogarse en el problema, ni se la pasan arrepintiéndose de las cosas, sino que asumen sus problemas de manera positiva e intentan buscar soluciones.

NOVENA: Como conclusión final podemos decir que, si bien hay dos dimensiones, en este caso la interpersonal y el estado de ánimo en general, las cuales, si se relacionan con el afrontamiento al estrés, es necesario realizar una investigación más detallada para saber exactamente que está sucediendo con las otras tres dimensiones que no posee relación. Por ello, se sugiere seguir investigando más acerca del tema.

7. RECOMENDACIONES

Según los resultados obtenidos se recomienda:

PRIMERA: A la comunidad científica ampliar y profundizar en investigaciones similares, con la finalidad de obtener información más detallada acerca de las variables del estudio, lo cual permita un adecuado desarrollo en el ámbito emocional y a nivel de estrés.

SEGUNDA: A los estudiantes universitarios que se encuentran realizando trabajos de investigación, se les sugiere hacer uso de otros instrumentos los cuales evalúen estas variables (IE y estrategias de afrontamiento al estrés), de esta manera se podrán obtener resultados más diversos y así contrastar los resultados.

TERCERA: Se recomienda para futuros estudios, actualizar la validación de instrumentos para el formato virtual, con una metodología más probabilística.

CUARTA: Se recomienda ampliar los diversos enfoques acerca de estas dos variables, con el fin de poder citar información más importante acerca del tema de estudio.

QUINTA: Al departamento académico, implementar diversos cursos o talleres sobre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés, lo cual les ayudará a desarrollar y potenciar ciertas competencias emocionales que permitirán en el estudiante la adecuada utilización de métodos de afrontamiento ante situaciones

académicas de alta exigencia.

SEXTA: A los docentes de la institución privada no solo centrarse en la parte académica o pedagógica, sino también prestarle atención a la parte emotiva del estudiante; es decir, centrarse en el reconocimiento y control de sus emociones; así mismo, en como estas influyen en su manera de adaptarse y afrontar las diversas exigencias que se experimentan en la vida universitaria.

8. REFERENCIAS

- Álvarez-Risco, A. (2020). Clasificación de las Investigaciones. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/10818>
- Arias Gonzáles, J. L., & Covinos Gallardo, M. (2021). Diseño y metodología de la investigación. <http://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2260>
- Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á., & Novales, M. G. M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. <https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
- Arispe Alburqueque, C. M., Yangali Vicente, J. S., Guerrero Bejarano, M. A., Lozada de Bonilla, O. R., Acuña Gamboa, L. A., & Arellano Sacramento, C. (2020). La investigación científica. <https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/4310>
- Arredondo Torvisco, K. M., & Ocoruro Bedoya, E. K. (2021). Capacidad de afrontamiento y estrés académico en entornos virtuales en estudiantes de pregrado de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, 2020. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/12787>
- Cáceres Ramírez, G. E. (2019). Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional PNP Tarapoto, 2018. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29562>
- Caldera, J.F., Pulido, B.E. & Martínez, M.G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de Los Altos [Versión electrónica]. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-

82.

Campas, M. A. S., de Luna Velasco, L. E., Santana, C. M. R., Díaz, J. C. G., Martínez, L. M., & de Oca, E. E. L. M. (2022). Estrés y afrontamiento ante las clases virtuales en estudiantes universitarios durante contingencia sanitaria por COVID-19. *Diálogos sobre educación*, (25).
<http://www.dialogossobreeduccion.cucsh.udg.mx/index.php/DSE/article/view/1122>

Cerda Neira, L. N., & Cubas Chavez, G. M. D. C. (2022). Propiedades psicométricas del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre de una universidad de Piura.
<http://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/8486>

Cocunubo Bolívar, S. M. (2021). Relación entre estrategias de afrontamiento del estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. (investigación de Especialización en Docencia Universitaria), desarrollada en la Universidad Piloto de Colombia.
<http://repository.unipiloto.edu.co/handle/20.500.12277/11007>

Condori Paz, J. R. (2020). Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1030>

Contini, N. (2005). La inteligencia emocional, social y el conocimiento tácito. Su valor en la vida cotidiana. *Psicología, cultura y sociedad*, 5, 63-80. Recuperado de <https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/452/232>

Duque Moya, N. S. (2020). Inteligencia emocional y su influencia en el estrés académico de los estudiantes matriculados en titulación de la modalidad presencial de la Universidad Tecnológica Indoamérica Matriz Ambato

(Bachelor's thesis, Ambato: Universidad Tecnológica Indoamérica) (proyecto para obtener el título de Psicólogo General), desarrollada en la Universidad Indoamérica de Ambato – Ecuador.
<http://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/2089>

Espino De La Rosa, N. (2021). Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de la ies “Manuel Prado”-puquio, 2020 (tesis para optar el título de Licenciada en Psicología), desarrollada en la Universidad Autónoma de Ica – Perú.
<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/937>

Estrada, E. et al. (2016). *Inteligencia emocional en estudiantes universitarios mexicanos*. Recuperado de <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/65573/Interpsiquis%202016%20Inteligencia%20emocional%20en%20j%c3%b3venes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Flores Marcos, S. V. (2022). Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en jóvenes del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2021.
<http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/5858>

Fuentes-Doria, D. D., Toscano-Hernández, A. E., Malvaceda-Espinoza, E., Díaz Ballesteros, J. L., & Díaz Pertuz, L. (2020). Metodología de la investigación: conceptos, herramientas y ejercicios prácticos en las ciencias administrativas y contables.

González Vallejo, J. L. (2022). Inteligencia Emocional y funcionamiento familiar en adolescentes del cantón Ambato (Master's thesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador).
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3569>

Guevara Villalobos, F. N., & Hurtado Tovar, A. B. (2022). Estrategias de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios del 8vo semestre en la modalidad online, de Guayaquil (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil-Facultad de Ciencias Psicológicas) (tesis para optar el título de Psicólogas), desarrollada en la Universidad de Guayaquil – Ecuador.
<http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/60305>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2014). Capítulo 9 Recoleccion de datos cuantitativos. R. Hernández Sampieri, Metodología de la investigación.
http://saludpublica.cucs.udg.mx/cursos/medicion_exposicion/Hern%C3%A1ndez-sampieri%20et%20al,%20Metodolog%C3%ADa%20de%20la%20investigaci%C3%B3n,%202014,%20pp%20194-267.pdf

Hinostroza Chambergo, L. M., & Pacheco Chihuantito, V. (2022). Influencia de los estilos de crianza sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de primer año. (tesis para optar el título de Licenciada en Psicología), presentada en la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/items/b2b9e201-655c-4cc1-aa2d-11403f2a9ac7/full> <https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/6201>

Hualcas Gala, H. V. (2021). Inteligencia emocional y afrontamiento de estrés en docentes de instituciones emblemáticas de la UGEL Huancayo.
<http://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/6770>

Jácome, A. (2020). Salud mental y trabajo: estudio de depresión y ansiedad ante el Covid-19 en el personal de cajas de un Hospital Privado de Quito – Ecuador. [Tesis para optar el título profesional de Ingeniero en seguridad y salud

ocupacional, Universidad Internacional SEK ser mejores].

<https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3857>

Lagos Berríos, R. (2022). El estrés como posibilidad originaria de la existencia. Una interpretación del fenómeno del estrés desde el pensamiento de Heidegger. Tópicos (México), (64), 279-306. Epub 13 de febrero de 2023.<https://doi.org/10.21555/top.v640.1999>

Macazana, Sito y Romero (2021) Psicología educativa. Lima - Perú, 2021. 1ª edición 2021. <http://fs.unm.edu/PsicologiaEducativa.pdf>

Martins, J. (19 de agosto de 2021). La importancia de la inteligencia emocional. Asana. <https://asana.com/es/resources/emotional-intelligence-skills>

Mauricio Huaman, E. Satisfacción familiar y afrontamiento al estrés en un Centro de Salud Privado Ayacucho-2021. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/25790>

Ministerio de Salud (Minsa) (2021) Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>

Ministerio de Salud del Perú (2010). Estrés laboral en trabajadores de salud. Lima: MINSA.

Organización de las Naciones Unidas (2015) Objetivos de desarrollo sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/education/>

Ocoruro Quico, D. N. (2021). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de la escuela profesional de psicología de la universidad Alas Peruanas Juliaca-2019.

<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/885>

Palomino Sanchez, B. S. (2022). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de una universidad de Lima, 2021 (tesis para obtener el Grado de Maestra en Psicología Educativa), presentada en la Universidad César Vallejo de Lima – Perú. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/81986>

Perez Ramírez, S. Y., & Perlacios Cruz, C. E. (2018). Correlación entre Inteligencia Emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes de primer año de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa–2017 (tesis para optar el título Profesional de Psicólogos), presentada en la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Perú. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/4789>

Pérez, M. C., Gerónimo, E. M., & Castilla, I. M. (2019). La inteligencia emocional y la empatía como factores predictores del bienestar subjetivo en estudiantes universitarios. *EJIHPE: European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 9(1), 19-29. (artículo científico) publicado en la *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*. <https://www.mdpi.com/2254-9625/9/1/19/pdf?version=1555406874>

Pilco Alvarez, V. A., Márquez Andrade, J. A., & Molina Vera, A. (2022). Análisis de la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Superior Politécnica del Litoral (Doctoral dissertation, ESPOL. FCSH.). <https://www.dspace.espol.edu.ec/handle/123456789/53390>

Plasencia, D. D. R. E., Gavilano, L. E. P., & Reluz, C. C. (2022). Estrés y engagement académicos en estudiantes de maestrías virtuales de salud en tiempos de COVID-19. *EDUMECENTRO*, 14, 2364. <http://www.revedumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/e2364>

- Pullas Tapia, J. B., & Torres Núñez, A. C. (2021). Relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la salud mental en estudiantes universitarios de las provincias de Pichincha y Tungurahua (Bachelor's thesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador). <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3274>
- Qiu J, Shen B, Zhao M, Wang Z, Xie B, Xu Y. A (2020) nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *Gen Psychiatry* [Internet]. Apr 1;33(2): e100213. Available from: <https://gpsych.bmj.com/content/33/2/e100213>
- Ramos-Maquera (2021) Estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de Enfermería en una universidad nacional. *Investigación e Innovación*, Vol. 1, Núm. 2, pp. 28-37 ISSN-e 2664-4649 DOI: <https://orcid.org/0000-0001-7460-2870>.
- Jose Miguel Mestre Navas, Pablo Fernandez Berrocal (2015) Manual de Inteligencia emocional.
- Ramírez Valarezo, V. L. (2022). La inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de Sexto semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato (Bachelor's thesis, Carrera de Psicopedagogía). (proyecto para obtener el título de Licenciada en Psicopedagogía), presentado en la Universidad Técnica de Ambato – Ecuador. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/34864>
- Riveros Pérez, M. M. (2022). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de obstetricia de una Universidad Privada de Huancayo-2021. <http://www.repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/3682>

- Román Díaz, L. D. (2022). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de la carrera profesional de ciencias sociales y turismo de la Universidad José Faustino Sánchez Carrión (tesis para optar el Grado de Maestro en Docencia Superior e Investigación Universitaria), desarrollada en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión de Huacho – Perú.
<http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/UNJFSC/5916>
- Romero M (29 junio 2019) Diputada Milagros Romero presenta iniciativa en Materia de Educación Emocional al Pleno del Congreso Yucatán. *Sureste informa*.
www.suresteinforma.com
- Romero, Rosas y Vásquez (2021) Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad en auxiliares de enfermería en aislamiento por Covid-19, del Hospital Militar Central. Corporación Universitaria minuto de Dios.
https://repository.uniminuto.edu/jspui/bitstream/10656/13978/1/TE.RLA_RomeroLina-RosasNataly_V%C3%A1squezMerly_2021
- Saldaña Ordoñez, M. A. (2021). Inteligencia emocional en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo.
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/28271>
- Sánchez Palomino, G. N. (2021). INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DEL IESPP “JOSÉ MARÍA ARGUEDAS”, APURÍMAC–2020.
<http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/1186>
- Sandín, B., & Chorot, P. (2003). Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 8(1), 39-53. <http://e-spacio.uned.es/revistasuned/index.php/RPPC/article/view/3941>
- Sigal, Victor. (2003). La cuestión de la admisión a los estudios universitarios en

Argentina. (113).

Teques, A. P. D. S. P. (2014). Inteligencia emocional y enfermedad oncológica.

<https://gredos.usal.es/handle/10366/127892>

Engler, B., (1996). *Introducción a las teorías de la personalidad*. McGraw-Hill Interamericana

Coon, D. y Mitterer, J. (2010) *Introducción a la psicología: El acceso a la mente y la conducta*. México D. F.: Cengage learning

LeDoux, J. (2003). The emotional brain, fear, and the amygdala. *Cellular and molecular neurobiology*, 23, 727-738.

Lipovetsky, G. (2006). *Los tiempos hipermodernos*. Barcelona: Ed. Anagrama.

Melgosa, J. (1999). *Sin Estrés*. Madrid, España: Safeliz, S.L.

Selye, H. (1973). The evolution of the stress concept. *American Scientist*, 61(6), 692-699.

Zárate, S., Parra, F., Acevedo, C., Sarmiento, M., y León, L. (2014). Efectos del estrés sobre los procesos de plasticidad y neurogénesis: una revisión. *Universitas Psychologica*, 13(3), 1181-1214.

Organización Internacional del Trabajo (2004). *La organización del trabajo y el estrés*. Ginebra, Suiza

Organización Mundial de la Salud (2004). *La organización del trabajo y el estrés: Estrategias sistémicas de la solución de problemas para empleadores. personal directivo y representantes sindicales. Serie Protección de la Salud de los Trabajadores*, 3, 3-4

Tongombol Rodriguez, E. Y., & Montañez Uman, Y. V. (2022). *Estilos de afrontamiento al estrés durante la pandemia por Covid-19 en estudiantes del instituto superior pedagógico privado Bernabé Cobo-Cusco*, 2021.

<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1409>

Trapaga (2018) La bioética y sus principios al alcance del médico en su práctica diaria.

Vol. IX, No. 2 mayo-agosto 2018 pp. 53-59:

<http://www.medigraphic.com/maternoinfantil>

Valdez López, Yenisel Carolina, Marentes Patrón, Ricardo Antonio, Correa

Valenzuela, Sheida Eunice, Hernández Pedroza, Reyna Isabel, Enríquez

Quintero, Isamar Daniela, & Quintana Zavala, María Olga. (2022). Nivel de

estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la

licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global*, 21(65), 248-270. Epub 28 de

marzo de 2022. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.441711>

Cockerham, W.C. (2001). *Handbook of medical sociology*. Nueva York: Prentice-Hall.

Vargas Ayosa, C. F. (2021). Nivel de conocimiento de los principios bioéticos y su

relación con el cuidado humanizado del profesional de enfermería del Hospital

III José Cayetano Heredia. (tesis para optar el título profesional) presentado en

la Universidad Nacional de Piura.

<https://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/2941>

Vargas, E., & Lanuque, A. (2021). Afrontamiento del estrés en alumnos universitarios

de tecnociencias, una revisión sistemática. *Perspectivas Metodológicas*, 21,

18-18. <http://revistas.unla.edu.ar/epistemologia/article/view/3436>

Zamora Becerra, W. H. (2022). Inteligencia emocional y riesgo de ideación suicida en

estudiantes universitarios de Lima Este.

<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/5524>

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE		
General	General	General	General	Dimensión	Indicador	Escala de Medición
INTELIGENCIA EMOCIONAL Y FRONTEO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ICA - 2022	<p>¿Cuál es el nivel de relación entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022?</p>	<p>Determinar la relación entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p> <p style="text-align: center;">Específicos</p> <p>Determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p> <p>Determinar el nivel de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p> <p>Determinar la relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p> <p>Determinar la relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p> <p>Determinar la relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p>	<p>Existe relación directa y significativa entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p> <p>Ha: No existe relación directa y significativa entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p>	<p>Inteligencia emocional</p> <p>- D1. Intrapersonal</p> <p>- D2. Interpersonal</p> <p>- D3. Adaptabilidad</p> <p>- D4. Manejo de estrés</p> <p>- D5. Estado de ánimo</p>	<p>Comprensión Emocional de sí mismo. (CM)</p> <p>Asertividad. (AS)</p> <p>Autoconcepto. (AC)</p> <p>Autorrealización. (AR)</p> <p>Independencia. (IN)</p> <p>Empatía. (EM)</p> <p>Relaciones Interpersonales. (RI)</p> <p>Responsabilidad Social. (RS)</p> <p>Solución de Problemas. (SP)</p> <p>Prueba de la Realidad. (PR)</p> <p>Flexibilidad. (FL)</p> <p>Tolerancia al Estrés. (TE)</p> <p>Control de Impulsos. (CI)</p> <p>Felicidad. (FE)</p> <p>Optimismo. (OP)</p>	<p>Escala de Intervalos</p>

		<p>Determinar la relación entre el componente del manejo del estrés de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p> <p>Determinar la relación entre el componente del estado de ánimo general de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022.</p>		<p>Afrontamiento al estrés</p> <p>D1. Focalizado en la solución de problema</p> <p>D2. Reevaluación positiva</p> <p>D3. Búsqueda de apoyo social</p> <p>D4. Auto focalización negativa.</p> <p>D5. Expresión emocional abierta</p> <p>D6. Evitación</p> <p>D7. Religión</p>	<p>Los indicadores son los ítems</p>	
TIPO Y DISEÑO		POBLACION Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	METODO DE ANALISIS ESTADISTICO		
<p>Investigación de tipo Aplicada</p> <p>Diseño no experimental</p>		<p>La población está calculada en 472 estudiantes universitarios del IV al X ciclo de la escuela de psicología de una universidad privada de Ica.</p> <p>La muestra estará integrada por 235.</p>	<p>Como técnicas la psicometría y la encuesta.</p> <p>Los instrumentos: Inventario de Cociente Emocional (i-CE) BarOn y Cuestionario de afrontamiento al estrés</p>	<p>El análisis estadístico se realizará mediante el método descriptivo y el método inferencial.</p>		

ANEXO 2: MATRIZ DE OPERACIONALIZACION

VARIABLE	DEF. CONCEPTUAL	DEF. OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES Y RANGOS POR DIMENSION
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Bar-On (1997) señala que es un conjunto de capacidades y competencias muy distintas a las cognitivas, que van a favorecer el afrontamiento de las exigencias del medio, siendo conscientes, comprensivos y capaces de controlar las emociones de manera eficaz en (Sánchez 2021).	Para evaluar la variable Inteligencia emocional se utilizó el EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory, elaborado por Baron (1997), el cual mide las distintas habilidades emocionales y sociales de un individuo. Así mismo, este inventario cuenta con 133 ítems las cuales se agrupan en 5 dimensiones: Intrapersonal, Interpersonal, Adaptabilidad, Manejo de estrés y Estado de ánimo. Además, cuenta con una escala de tipo Likert de 1 hasta 5.	D1. Intrapersonal	Comprensión Emocional de sí mismo. (CM) Asertividad. (AS) Autoconcepto. (AC) Autorrealización. (AR) Independencia. (IN)	7, 9, 23, 35, 52, 62, 88, 116; 22, 37, 67, 82, 96, 111, 126; 11, 24, 40, 56, 70, 85, 100, 114, 129; 6, 21, 36, 51, 66, 81, 95, 110, 125; 3, 19, 32, 48, 92, 107, 121	Escala de intervalos	Muy bajo (menor o igual a 69)
			D2. Interpersonal	Empatía. (EM) Relaciones Interpersonales. (RI) Responsabilidad Social. (RS)	18, 44, 55, 61, 72, 98, 119, 124; 10, 23, 31, 39, 55, 62, 69, 84, 99, 113, 128; 16, 30, 46, 61, 72, 76, 90, 98, 104, 119.		Bajo (de 70 a 85)
			D3. Adaptabilidad	Solución de Problemas. (SP) Prueba de la Realidad. (PR) Flexibilidad. (FL)	1, 15, 29, 45, 60, 75, 89, 118; 8, 35, 38, 53, 68, 83, 88, 97, 112, 127; 14, 28, 43, 59, 74, 87, 103, 131		Promedio (de 86 a 114)
			D4. Manejo de estrés	Tolerancia al Estrés. (TE) Control de Impulsos. (CI)	4, 20, 33, 49, 64, 78, 93, 108, 122; 13, 27, 42, 58, 73, 86, 102, 117, 130.		Alto (de 115 a 129)
			D5. Estado de ánimo	Felicidad. (FE) Optimismo. (OP)	2, 17, 31, 47, 62, 77, 91, 105, 120; 11, 20, 26, 54, 80, 106, 108, 132.		Muy alto. (de 130 a mas)

VARIABLE	DEF. CONCEPTUAL	DEF. OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES Y RANGOS POR DIMENSION
AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS	Sandín y Chorot (2003) "Todas aquellas respuestas que tiene el sujeto frente a las exigencias producidas por el medio donde se desenvuelve, así como frente al malestar psicológico originado por dichas situaciones estresantes" en (Flores 2022).	Para evaluar la variable afrontamiento al estrés se utilizó el cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE), Tiene aplicación de forma grupal e individual. Así mismo, este cuestionario cuenta con 42 ítems las cuales se agrupan en siete dimensiones: Centrado en la solución de problema, Reevaluación positiva, Búsqueda de apoyo social, Auto focalización negativa, Expresión emocional abierta, Evitación, Religión. Además, cuenta con una escala de tipo Likert de 1 hasta 5.	D1. Focalizado en la solución de problema	Los indicadores son los ítems	1, 8, 15, 22, 29, 36	Escala de intervalos	
			D2. Reevaluación positiva	Los indicadores son los ítems	3, 10, 17, 24, 31, 38		
			D3. Búsqueda de apoyo social	Los indicadores son los ítems	6, 13, 20, 27, 34, 41		
			D4. Auto focalización negativa.	Los indicadores son los ítems	2, 9, 16, 23, 30, 37		
			D5. Expresión emocional abierta	Los indicadores son los ítems	4, 11, 18, 25, 32, 39		
			D6. Evitación	Los indicadores son los ítems	5, 12, 19, 26, 33, 40		
			D7. Religión	Los indicadores son los ítems	7, 14, 21, 28, 35, 42		

ANEXO 3: INSTRUMENTOS

INVENTARIO DE COCIENTE EMOCIONAL ICE BAR-ON

Estimado (a) participante:

El presente inventario forma parte de una investigación de pregrado, y tiene como objetivo determinar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes universitarios. Los datos recopilados serán tratados de manera responsable y respetando el principio de confidencialidad, por lo que solicitamos a su persona responder cada uno de los ítems.

Indicaciones:

Lee cada una de las frases y selecciona UNA de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para ti, seleccionando el número (del 1 al 5) que corresponde a la respuesta que escogiste según sea tu caso.

Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta cómo te sentirías, pensarías o actuarías si estuvieras en esa situación. Notarás que algunas frases no te proporcionan toda la información necesaria; aunque no estés seguro(a) selecciona la respuesta más adecuada para ti.

No hay respuestas “correctas” o “incorrectas”, ni respuestas “buenas” o “malas”. Responde honesta y sinceramente de acuerdo a cómo eres, NO como te gustaría ser, no como te gustaría que otros te vieran.

NO hay límite de tiempo, pero, por favor, trabajar con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las oraciones para no tener problemas con el envío de tus respuestas.

Escala de valoración:

1	Rara vez o nunca	2	Pocas veces	3	Algunas veces	4	Muchas veces	5	Muy Frecuentemente o siempre
---	------------------	---	-------------	---	---------------	---	--------------	---	------------------------------

I. DATOS:

Edad: _____

Sexo: Masculino () Femenino ()

Programa de estudio: _____

II. ITEMS

Nº	ITEMS	ESCALA DE VALORES				
		N	PV	AV	MV	S
1	Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.					
2	Es difícil para mí disfrutar de la vida.					
3	Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.					
4	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.					
5	Me agradan las personas que conozco.					
6	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida					
7	Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.					
8	Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).					
9	Reconozco con facilidad mis emociones.					
10	Soy incapaz de demostrar afecto.					
11	Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones.					
12	Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza					
13	Tengo problemas para controlarme cuando me enojo					
14	Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.					
15	Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.					
16	Me gusta ayudar a la gente.					
17	Me es difícil sonreír.					
18	Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.					
19	Cuando trabajo con otros tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.					
20	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.					
21	Realmente no sé para que soy bueno(a).					
22	No soy capaz de expresar mis ideas.					
23	Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.					
24	No tengo confianza en mí mismo(a).					
25	Creo que he perdido la cabeza.					
26	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.					
27	Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.					
28	En general, me resulta difícil adaptarme.					
29	Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.					
30	No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.					
31	Soy una persona bastante alegre y optimista.					
32	Prefiero que otros tomen decisiones por mí.					
33	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado					

	nervioso(a).					
34	Pienso bien de las personas.					
35	Me es difícil entender cómo me siento.					
36	He logrado muy poco en los últimos años					
37	Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.					
38	He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.					
39	Me resulta fácil hacer amigos(as).					
40	Me tengo mucho respeto.					
41	Hago cosas muy raras.					
42	Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.					
43	Me resulta difícil cambiar de opinión.					
44	Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.					
45	Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.					
46	A la gente le resulta difícil confiar en mí.					
47	Estoy contento(a) con mi vida.					
48	Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).					
49	No puedo soportar el estrés.					
50	En mi vida no hago nada malo.					
51	No disfruto lo que hago.					
52	Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos					
53	La gente no comprende mi manera de pensar.					
54	Generalmente espero lo mejor					
55	Mis amigos me confían sus intimidades.					
56	No me siento bien conmigo mismo(a).					
57	Percibo cosas extrañas que los demás no ven					
58	La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.					
59	Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.					
60	Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor					
61	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.					
62	Soy una persona divertida.					
63	Soy consciente de cómo me siento.					
64	Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.					
65	Nada me perturba.					
66	No me entusiasman mucho mis intereses.					
67	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.					
68	Tengo tendencia a fantasear y a perder el contacto con lo que ocurre a mi alrededor.					
69	Me es difícil llevarme con los demás.					
70	Me resulta difícil aceptarme tal como soy.					
71	Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.					
72	Me importa lo que puede sucederle a los demás.					
73	Soy impaciente.					

74	Puedo cambiar mis viejas costumbres.					
75	Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.					
76	Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.					
77	Me deprimó.					
78	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.					
79	Nunca he mentado.					
80	En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.					
81	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.					
82	Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo.					
83	Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.					
84	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.					
85	Me siento feliz con el tipo de persona que soy.					
86	Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar.					
87	En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.					
88	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).					
89	Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.					
90	Soy capaz de respetar a los demás.					
91	No estoy contento(a) con mi vida.					
92	Prefiero seguir a otros, a ser líder.					
93	Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.					
94	Nunca he violado la ley.					
95	Disfruto de las cosas que me interesan.					
96	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.					
97	Tiendo a exagerar.					
98	Soy sensible a los sentimientos de las otras personas					
99	Mantengo buenas relaciones con los demás.					
100	Estoy contento(a) con mi cuerpo.					
101	Soy una persona muy extraña.					
102	Soy impulsivo(a)					
103	Me resulta difícil cambiar mis costumbres.					
104	Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.					
105	Disfruto las vacaciones y los fines de semana					
106	En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.					
107	Tengo tendencia a depender de otros.					
108	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.					
109	No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta					

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

Fuente: Ugarriza, N. (20023).

¡Gracias por su participación!

ANEXO 5: CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS - CAE

Cuestionario de afrontamiento al estrés de Sandí y Chorot.

Bonifacio Sandí y Paloma Chorot. (2003)

INSTRUCCIONES: Leer con detenimiento cada una de las formas de afrontamiento y recordar en qué medida Ud. la ha utilizado recientemente cuando ha tenido que hacer frente a situaciones de estrés. Marque con un círculo el número que mejor represente el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento del estrés que se indican. Aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema, tenga en cuenta que esto no quiere decir que Ud. piense en un único acontecimiento, sino más bien en las situaciones o problemas más estresantes vividos recientemente (aproximadamente durante el pasado año).

1= Nunca; 2= Pocas veces; 3= A veces; 4= Frecuentemente; 5= Casi siempre


CUESTIONARIO		1	2	3	4	5
1	Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente					
2	Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal					
3	Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema					
4	Descargué mi mal humor con los demás					
5	Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas					
6	Le conté a familiares o amigos cómo me sentía					
7	Asistí a la Iglesia					
8	Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados					
9	No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas					
10	Intenté sacar algo positivo del problema					
11	Insulté a ciertas personas					
12	Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema					
13	Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema					
14	Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.)					
15	Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo					

16	Comprendí que yo fui el principal causante del problema						
17	Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás						
18	Me comporté de forma hostil con los demás						
19	Salí al cine, a cenar, a “dar una vuelta”, etc., para olvidarme del problema						
20	Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema						
21	Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema						
22	Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema						
23	Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación						
24	Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes						
25	Agredí a algunas personas						
26	Procuré no pensar en el problema						
27	Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal						
28	Tuve fe en que Dios remediaría la situación						
29	Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas						
30	Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema						
31	Experimenté personalmente eso de que “no hay mal que por bien no venga						
32	Me irrité con alguna gente						
33	Practiqué algún deporte para olvidarme del problema						
34	Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir						
35	Recé						
36	Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema						
37	Me resigné a aceptar las cosas como eran						
38	Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido						

	peor						
39	Luché y me desahogué expresando mis sentimientos						
40	Intenté olvidarme de todo						
41	Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos						
42	Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar						


ANEXO 3: AUTORIZACIONES PARA EL USO DE LOS INSTRUMENTOS

Código ISSN de inventario de BarOn (I-CE) por Ugarriza Nelly.



Persona
 ISSN: 1560-6139
 dalvarez@correo.ulima.edu.pe
 Universidad de Lima
 Perú

Ugarriza, Nelly
 La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de
 Lima Metropolitana
 Persona, núm. 4, 2001, pp. 129-160
 Universidad de Lima
Lima, Perú

 **Tu usuario**
Para bsandin@psi.uned.es ayer

Ica 17 de Mayo de 2023

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"


Sr: BONIFACIO SANDIN FERRERO

Presente:
De mi consideración


Es grato dirigirme a usted, para saludarle cordialmente y a la vez presentarme. Mi nombre es Ximena Camila Arias Acasiete con DNI [71448292](#) egresada de la [carrera de Psicología de la Universidad Privada San Juan Bautista](#) de Ica.

El motivo de esta misiva en esta ocasión es solicitar con mucho respeto y compromiso su autorización para utilizar el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE), que será utilizado en mi trabajo de investigación para optar por el título de licenciado en Psicología titulado "Inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica, 2023". Informando que se utilizará con fines académicos, sin fines de lucro alguno y donde se realizará una investigación.

Espero cordialmente su respuesta y gracias de

 Responder a todos

 **Bonifacio Sandín**
Para Tu usuario y PALOMA CHOROT RASO 18 may.


 CAE-corr
DOC - 39 KB

Att, Ximena Arias,

Tiene nuestra autorización para utilizar el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) en sus investigaciones. Para su comodidad se adjunta copia del cuestionario.

Suerte en sus investigaciones.

Saludos cordiales,


Bonifacio Sandín
Catedrático de Psicopatología

Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos

[C/ Juan del Rosal, 10, 2ª Planta, Despacho 2.52.](#)
28040 Madrid, España

Inicia sesión en tu cuenta de ximena.arias@upsjb.edu.pe Iniciar sesión

ANEXO 6: CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA SER PARTICIPANTE EN EL ESTUDIO

El propósito de este estudio es determinar la relación entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Ica – 2022. Todos los participantes completaran un cuestionario demográfico y se les realizarán preguntas de dos instrumentos relacionados a la salud mental. Su participación en el estudio se dará en un solo momento y es VOLUNTARIA, nadie puede obligarlo a participar si no lo desea. Debe también saber que toda la información que brinde será guardada CONFIDENCIALMENTE, es decir, solo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más.

Si acepta participar en el estudio y registra su código en este consentimiento sucederá lo siguiente:

Para el propósito de esta investigación, todas las preguntas se le están realizando de forma presencial, es decir, Ud. respondería las preguntas con solo leerlas. La encuesta tiene una duración aproximada de 35 minutos. Se tienen preguntas con datos demográficos sobre Ud., además de las preguntas de los instrumentos Inventario de Cociente Emocional (i-CE) BarOn y Cuestionario de afrontamiento al estrés. Sus respuestas serán registradas en una base electrónica provista por la plataforma Formulario Google, la que nos asegura la confidencialidad de sus datos.

Participar en una investigación puede involucrar pérdida de la privacidad. Si bien sus respuestas van a estar en la internet, estamos usando una plataforma segura para almacenar sus datos, los cuales son encriptados y solo los investigadores serán quienes conozcan la información y serán usados con fines de investigación científica. Le aseguramos que la información que proporcione se guardará con la mayor confidencialidad posible. Su nombre no va a ser utilizado en ningún reporte o publicación que resulte de este estudio. Le solicitaremos pueda Ud. crear un código de participante. Su nombre y dirección, así como su número de teléfono o dirección de correo electrónico, en caso los proporcione, serían asegurados mediante uso de contraseñas para su acceso.

Algunas preguntas podrían causar incomodidad, pero puede no contestarlas y puede también interrumpir la encuesta en cualquier momento.

Si participa del estudio, ayudaría a la comunidad científica a conocer el estado de algunos aspectos de la salud mental en estudiantes universitarios, especialmente relacionados a la inteligencia emocional y al afrontamiento al estrés. La información que usted proporcione podría ayudarle a usted o a otras personas en la comunidad para conocer sobre la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés y otros aspectos de la salud mental conociendo tempranamente su estado. Además Ud. puede solicitar los resultados de algunos “test” que haya completado en la encuesta. Finalmente Ud. podrá acceder a información sobre recomendaciones para una adecuada salud mental, disponibles en el <https://drive.google.com/drive/folders/1udsptYqDCtd0UPcB-805T31KcglpcCZg>

Este estudio podría ayudar en el futuro a diseñar mejores programas de diagnóstico, o mejorar el manejo temprano de la inteligencia emocional y afrontamiento al estrés y otros aspectos de la salud mental en estudiantes universitarios.

Usted puede decidir no participar en este estudio.

No habrá una compensación económica por su participación en el estudio. La participación en este estudio en cualquiera de los test realizados no implica algún costo para Ud.

Para este estudio, no realizaremos alguna colección de muestras biológicas. Sin embargo, le consultaremos si Ud. desea ser contactado para futuros estudios que si incluyan muestras biológicas para evaluar marcadores predisponentes relacionados a la salud mental.

Obtener información de un estudio como este puede demorar años, ya que investigar es un proceso largo y complejo. Al final de este consentimiento se le preguntara si desea recibir información de los resultados del estudio (publicaciones y/o exposición global de resultados en eventos científicos).

Las únicas personas que sabrán de su participación son los integrantes del equipo de investigación. Su código de participante será guardado en un archivo electrónico con contraseña u encriptado. No se compartirá la información provista durante el estudio a nadie, sin su permiso por escrito, a menos que fuera necesario por motivos legales y bajo su conocimiento.

En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar al investigador principal del estudio que pertenece a la UPSJB, el

estudiante XIMENA CAMILA ARIAS ACASIETE al teléfono 946 862 926 en Ica, o por correo electrónico a ximecamila@hotmail.com.

Al participar en este estudio, usted no está renunciando a ninguno de sus derechos. Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante en la investigación; puede contactarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la UPSJB que se encarga de la protección de las personas en los estudios de investigación. Allí puede contactarse con el Mg. Antonio Flores, Presidente del Comité Institucional de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista al teléfono (01) 2142500 anexo 147 o al correo ciei@upsjb.edu.pe, o acudir a la siguiente dirección: Vicerrectorado de Investigación de la UPSJB, Campus UPSJB, Av. Juan Antonio Lavalle S/N (Ex hacienda Villa), Chorrillos, Lima.

Por favor, indique marcando y escribiendo sus iniciales abajo si desea recibir información general sobre el estudio. Es su responsabilidad hacer saber a los investigadores si su dirección y/o teléfono han sido cambiados. La forma de contactar a los investigadores está bajo el rubro “Contacto con los investigadores”

Si quiero recibir información general sobre lo que se averiguo con el estudio.
No quiero recibir ninguna información.

Nos gustaría invitarlo a participar de futuros estudios sobre la Salud Mental. Si está de acuerdo en que pueda ser contactado en el futuro, los investigadores de la Universidad Privada San Juan Bautista de Ica mantendrán un registro con su nombre, número de teléfono o dirección con la finalidad de contactarlo estudios futuros que podrían ser de su interés y para el cual sea elegible.

Al aceptar ser contactado por un estudio futuro, no estará obligado a participar en el mismo y puede solicitar que su nombre sea retirado de la lista en cualquier momento, sin que sus derechos a recibir cualquier servicio se vean afectados.

Por favor, escriba sus iniciales al lado de “Si” o “No”

SI. Deseo ser contactado para futuros estudios de investigación en salud mental, aunque entiendo que este consentimiento no significa que participe en los mismos.

NO. Por favor, no me contacten para futuros estudios de investigación.

Como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad. El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y sus iniciales.

Código del Participante

Fecha