

UNIVERSIDAD NACIONAL “HERMILIO VALDIZÁN”

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA



TESIS

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RESILIENCIA EN LOS
ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE LA FACULTAD DE
PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN,
HUÁNUCO – 2018**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

TESISTA:

BASILIO VEGA, MARICRUZ ELIZABETH

ASESORA:

Psic. CHÁVEZ HUAMÁN, ELIZABETH

HUÁNUCO - PERÚ

2019

DEDICATORIA

A mis padres, a mis hijos, por motivarme a seguir adelante y a los docentes de la Facultad de Psicología por el apoyo y enseñanza mostrados todos estos años.

AGRADECIMIENTO

A mi familia, por su comprensión y por su apoyo incondicional a lo largo de mis estudios.

A la asesora Psic. Elizabeth Chávez Huamán, quien brindó su valiosa y desinteresada orientación y guía en la elaboración del presente informe de tesis.

A los jurados del presente proyecto de investigación, por brindar el tiempo necesario para el desarrollo del presente informe de investigación.

A la decana de la Facultad de Psicología, por ser guía dentro de la Facultad, promoviendo siempre el desarrollo de proyectos de investigación.

Al personal administrativo de la Facultad de Psicología, por contar siempre con su apoyo.

A los docentes de la Facultad de Psicología por brindar sus conocimientos teóricos y guía en la práctica durante los años de estudio.

A los estudiantes de la Facultad de Psicología que conformaron la muestra de investigación, por su participación y colaboración.

Y a todas las personas que formaron parte de este informe de investigación.

RESUMEN

La investigación fue de nivel descriptivo, tipo sustantiva y diseño relacional, que tuvo como objetivo determinar la relación entre la Inteligencia Emocional y la Resiliencia en 75 estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018. Se utilizó el estadístico r de Pearson para correlaciones bivariadas que dio como resultado $= 0,614$. Por lo tanto, se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alterna: Sí existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y la Resiliencia. En cuanto a los resultados generales: En la variable Inteligencia Emocional se encontró a la mayoría en el nivel Promedio con 66.7%, así también en la variable Resiliencia se encontró un 69.3%. Con respecto a la dimensión predominante de la Inteligencia Emocional, se encontró a la dimensión Manejo del Estrés en el nivel Promedio con 57.3%. Con respecto a la dimensión predominante de la Resiliencia, se encontró a la dimensión Satisfacción Personal en el nivel Promedio con 76.0%. Se concluyó que existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y la Resiliencia.

Palabras clave: Inteligencia, Emoción, Resiliencia, estudiantes, universidad, psicología.

ABSTRACT

The research was descriptive level, Substantive type and Relational design, which aimed to determine the relationship between Emotional Intelligence and Resilience in 75 fourth and fifth students of the Psychology faculty of the National University Hermilio Valdizan, Huánuco 2018. used the Pearson r statistic for bivariate correlations that resulted in 0,614. Therefore, the alternative hypothesis was accepted: Yes there is a significant relationship between Emotional Intelligence and Resilience. Regarding the general results: In the Emotional Intelligence variable the majority was found in the Average level with 66.7%, as well as 69.3% in the Resilience variable. With respect to the predominant dimension of Emotional Intelligence, the Stress Management dimension was found at the Average level with 57.3%. Regarding the predominant dimension of Resilience, the Personal Satisfaction dimension was found at the Average level with 76.0%. It was concluded that there is a significant relationship between Emotional Intelligence and Resilience.

Keywords: Intelligence, Emotion, Resilience, students, university, psychology.

INTRODUCCIÓN

La adultez temprana es una etapa en dónde la persona toma decisiones acerca de su salud, profesión y su estilo de vida. Y teniendo en cuenta que los eventos estresantes tienen un elevado contenido emocional, podemos decir que, la capacidad de las personas para regular las emociones es un factor críticamente importante en la determinación de la resiliencia, es por eso que en esta investigación se quiso conocer la relación existente entre inteligencia emocional y resiliencia.

La investigación evaluó los niveles de inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto año de la facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan - 2018. Además, se determinó la relación existente entre estas variables.

En la investigación, en el primer capítulo se fundamenta el problema de investigación tomando en cuenta investigaciones a nivel mundial, nacional y local. Asimismo, la formulación del problema, los objetivos, justificación e importancia y limitaciones que se presentaron en el desarrollo de la investigación.

En el segundo capítulo se presenta el marco teórico conceptual, que incluye los estudios e investigaciones previas relacionadas a las variables de estudio y el diseño de investigación, así como las teorías que explican acerca de la inteligencia emocional y resiliencia. Asimismo, las definiciones conceptuales, sistema de variables, dimensiones e indicadores, definiciones operacionales.

A su vez, en el tercer capítulo, se presenta el marco metodológico, en donde se describe la metodología utilizada, el ámbito, la población y muestra del estudio. Se especifica el tipo de investigación, el método, el diseño, las técnicas e instrumentos empleados en esta investigación.

De la misma manera, en el cuarto capítulo se presenta los resultados obtenidos de la investigación, así como la presentación, análisis, interpretación, la prueba de hipótesis y la discusión de resultados.

Por último, están las conclusiones y recomendaciones como producto de la investigación.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
RESUMEN.....	iv
ABSTRACT.....	v
INTRODUCCIÓN.....	vi
CAPÍTULO I.....	11
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	11
1.1. Fundamentación del problema.....	11
1.2. Formulación del problema.....	14
Problema General.....	14
Problemas Específicos.....	14
1.3. Objetivos de investigación.....	15
1.3.1. Objetivo general.....	15
1.3.2. Objetivos específicos.....	15
1.4. Justificación e importancia.....	16
1.5. Limitaciones.....	16
CAPÍTULO II.....	17
MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	17
2.1. Antecedentes.....	17
A. A nivel internacional.....	17
B. A nivel nacional.....	18
C. A nivel local.....	22
2.2. Fundamentación Teórica.....	24
2.2.1. Inteligencia.....	24
2.2.2. Emoción.....	25
2.2.3. Inteligencia Emocional.....	26

2.2.4. Resiliencia	33
2.2.5. Inteligencia emocional y resiliencia	37
2.2.6. Adultez temprana	39
2.3. Definiciones conceptuales	40
2.4. Sistema de variables – dimensiones e indicadores	40
2.4.1. Variable X: Inteligencia Emocional	40
2.4.2. Variable Y: Resiliencia	42
2.5. Definición operacional de las variables.....	43
2.5.1. Inteligencia Emocional:.....	43
2.5.2. Resiliencia:	43
2.6. Hipótesis	43
CAPÍTULO III	44
MARCO METODOLÓGICO	44
3.1. Nivel, tipo y método de investigación	44
3.2. Diseño y esquema de investigación.....	44
3.3. Ámbito de la investigación.....	45
3.4. Población y muestra	47
3.4.1. Población	47
3.4.2. Muestra.....	48
3.4.3. Criterios de Inclusión y Exclusión	48
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	48
3.5.1. Inventario de Inteligencia Emocional.....	48
3.5.2. Escala de Resiliencia	50
3.6. Procedimientos de la recolección de información.....	51
3.7. Técnicas de procesamiento de datos	52
CAPÍTULO IV	53
RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	53

4.1. Presentación de Resultados	53
4.1.1. Resultados generales de Inteligencia Emocional	53
4.1.2. Resultados de Inteligencia Emocional por dimensiones	54
4.1.3. Resultados generales de Resiliencia.....	56
4.1.4. Resultados de Resiliencia por dimensiones.....	57
4.2. Análisis e interpretación de Resultados.....	59
4.3. Verificación de Hipótesis	61
4.4. Discusión de Resultados.....	63
CAPÍTULO V	68
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	68
5.1. Conclusiones	68
5.2. Sugerencias y Recomendaciones.....	70
BIBLIOGRAFÍA.....	71
ANEXOS.....	75

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Fundamentación del problema

En la adultez temprana, es decir, entre los 20 a 40, suele ser un periodo de muchas posibilidades, muchas personas se vuelven autosuficientes, se hacen cargo de la casa que habitan y se ponen a prueba en las actividades que eligieron. Asimismo, cada día están tomando decisiones acerca de su salud, su profesión y su estilo de vida (Papalia, Olds y Feldman, 2010). Es una etapa en donde el adulto se enfrentará a su entorno para alcanzar sus metas, como una carrera o establecer una familia, y su éxito dependerá de cómo maneje sus emociones y sepa enfrentar los problemas que se le presenten.

La inteligencia emocional afecta la calidad de las relaciones personales. Algunos estudios han revelado que los universitarios que obtienen altas puntuaciones en inteligencia emocional son más propensos a reportar relaciones positivas con los padres y amigos, mientras que los que obtienen bajas calificaciones presentan mayor probabilidad de consumir drogas y alcohol. Asimismo, los amigos cercanos de los estudiantes que tienen altas puntuaciones afirman que es más probable que éstos ofrezcan apoyo emocional cuando se necesita, así también, las parejas reportan relaciones más felices mientras que las que obtienen calificaciones bajas se sienten más desdichadas. (Papalia y colaboradores, 2010)

Incluso, la inteligencia emocional puede estar relacionada al divorcio, como encontró Maita en el 2016, donde sus resultados dieron a conocer que existe una relación inversa y significativa entre el divorcio de los padres y la inteligencia emocional de los hijos, es decir, cuando el problema del divorcio de los padres tiende a agravarse también tiende a disminuir la inteligencia emocional en su conjunto,

asimismo, la inteligencia intrapersonal, la inteligencia interpersonal, la capacidad de adaptabilidad y el estado de ánimo (Maita, 2016).

Así también, se considera que cada vez, más adultos jóvenes no sientan cabeza de inmediato, es decir, presentan complicaciones para integrarse a la sociedad de manera autosuficiente. Es por ello, que el periodo comprendido entre los 20 a 25 años es llamada también etapa de adultez emergente. (Papalia y colaboradores, 2010).

Lopes, Grewal, Kadis, Gall y Salovey en el 2006 (como se citó en Papalia y colaboradores, 2010), refieren que la inteligencia emocional también influye en el trabajo; es así que, los trabajadores que obtuvieron altas puntuaciones consiguieron calificaciones más altas de supervisores y colegas en sociabilidad, sensibilidad interpersonal, potencial de liderazgo y habilidad para manejar el estrés y el conflicto. Las altas puntuaciones también se relacionaron con salarios más altos y con más ascensos.

Salgado en el 2005 (como se citó en Nunja, 2016) sostuvo que tanto niños, adolescentes, jóvenes y adultos están inmiscuidos en situaciones difíciles como maltrato físico, psicológico, discapacidades, necesidades de distinta índole, etc; y que, incluso vivenciando ésta realidad son capaces de sobrevivir, superar las adversidades y salir fortalecidos de ellas. Además, denomina Resiliencia a la capacidad que tienen las personas de superar obstáculos logrando adaptarse adecuadamente y superando la adversidad ante un trauma, tragedia, amenaza, o fuentes de tensión significativa, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas de salud o situaciones estresantes del estudio, trabajo, etc.; la cual se aprende en un proceso que requiere tiempo y esfuerzo y que compromete a las personas a tomar una serie de pasos.

Una persona resiliente experimentará una transición más suave a la edad adulta y las tareas y hechos que la esperan a diferencia de una persona demasiado ansiosa, que puede aplazar las decisiones sobre sus relaciones o su carrera. (Papalia y colaboradores, 2010).

La resiliencia consiste en un factor importante para el individuo para desenvolverse adecuadamente en su entorno, teniendo en cuenta cualidades como actitud positiva, sentido del humor y motivación y confianza en sí mismo, los cuales le permitirán superarse constantemente en su vida diaria.

Una de las claves de la relación entre inteligencia emocional y resiliencia radica en el hecho de que los eventos estresantes tienen inherentemente un elevado contenido emocional. Por este motivo, la capacidad de las personas para regular las emociones es un factor críticamente importante en la determinación de la resiliencia tal y como refiere Troy y Mauss en el 2011 (como se citó en Nuñez y Luzárraga, 2017).

Asimismo, la resiliencia y la inteligencia emocional son conceptos que se relacionan entre sí y son igualmente importantes no sólo para el manejo de las emociones y el control del estrés, sino para el logro del bienestar subjetivo e, incluso, la felicidad, más allá de la condición socioeconómica o las adversidades que cada persona esté destinada a afrontar. Además, mantienen una particular relación en el desarrollo de las competencias socioemocionales, con lo que ambas capacidades, y las competencias asociadas a las mismas, podrían entrenarse, potenciarse y robustecerse si se pusieran operativas de manera conjunta en el terreno educativo (Nuñez y Luzárraga, 2017).

Teniendo en cuenta todo lo mencionado anteriormente, es de gran importancia conocer las características de Inteligencia Emocional y Resiliencia que presentan los

estudiantes de la Facultad de Psicología puesto que como futuros profesionales en el área de salud mental y durante los años de estudio vienen desarrollando conocimientos teóricos, habilidades prácticas personales (considerando aquí la Inteligencia emocional y la Resiliencia) y habilidades relacionadas a la profesión. Asimismo, fue posible conocer si estas dos variables se encuentran relacionadas. Todo esto, nos permitió aportar un antecedente para estudios futuros.

1.2. Formulación del problema

Problema General

- ¿Existe relación entre Inteligencia Emocional y Resiliencia en los estudiantes De Cuarto y Quinto Año De La Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018?

Problemas Específicos

- a. ¿Cuáles son los niveles de Inteligencia Emocional de los estudiantes de cuarto y quinto año Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018?
- b. ¿Cuál es la dimensión predominante de la Inteligencia Emocional de los estudiantes de Cuarto y Quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018?
- c. ¿Cuál son los niveles de Resiliencia de los estudiantes de Cuarto y Quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018?
- d. ¿Cuál es la dimensión predominante de Resiliencia de los estudiantes de Cuarto y Quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018?

1.3. Objetivos de investigación

1.3.1. Objetivo general

- Determinar la relación entre Inteligencia Emocional y Resiliencia de los estudiantes de Cuarto y Quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.

1.3.2. Objetivos específicos

- a. Describir los niveles de Inteligencia Emocional de los estudiantes de Cuarto y Quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.
- b. Identificar la dimensión predominante de Inteligencia Emocional de los estudiantes de Cuarto y Quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.
- c. Describir los niveles de Resiliencia de los estudiantes de Cuarto y Quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.
- d. Identificar la dimensión predominante de Resiliencia de los estudiantes de Cuarto y Quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.
- e. Establecer la relación entre la Inteligencia Emocional y Resiliencia de los estudiantes de Cuarto y Quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.

1.4. Justificación e importancia

a. Nivel teórico

Esta investigación permitió conocer la relación existente entre Resiliencia e Inteligencia Emocional en los estudiantes de cuarto y quinto año de la facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, esto determinó la existencia significativa entre estas dos variables.

b. Nivel técnico - aplicativo

Asimismo, los resultados que se encontraron en la ejecución de este proyecto de tesis, son fundamentales para que se puedan crear planes de prevención e intervención que permita fomentar el desarrollo adecuado de la persona.

c. A nivel metodológico

Los resultados que se encontraron son útiles para realizar investigaciones tales como, estudio de factores de riesgo o de protección que estén relacionados a la Inteligencia Emocional y Resiliencia.

1.5. Limitaciones

- Pocas investigaciones relacionadas a las variables de estudio.
- Inasistencia de algún miembro de la muestra en el momento de la aplicación del instrumento de investigación.
- En el aspecto económico; la presente investigación es de carácter autofinanciado, por lo cual, el gasto estuvo a cargo de la investigadora.
- Esta investigación, solo es válida y puede ser generalizada para la población evaluada.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes

A. A nivel internacional

- Gómez (2017) realizó un estudio denominado “Relación de la Resiliencia y la Inteligencia Emocional con el desempeño ocupacional y el funcionamiento familiar de los familiares cuidadores de pacientes con Demencia de Extremadura”. Fue un estudio transversal, descriptivo y analítico, su muestra estuvo constituida por 144 familiares cuidadores principales de personas enfermas de demencia de Extremadura. Se utilizó la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson y la escala de Inteligencia Emocional TMMS-24 de Salovey y Mayer. Sus resultados fueron: se encontró una correlación directa entre la resiliencia y la inteligencia emocional, de tal manera que, a mayor resiliencia, mayor inteligencia emocional (Coeficiente de Pearson: 0.416; $p < 0.001$). Concluyeron que existe una relación positiva y fuerte entre resiliencia e inteligencia emocional, concretamente en sus dimensiones de Claridad y Reparación Emocional.
- Veloso, Cuadra, Antezana, Avendaño y Fuentes (2013), realizaron un estudio denominado “Relación entre Inteligencia Emocional, Satisfacción Vital, Felicidad Subjetiva y Resiliencia en funcionarios de Educación Especial”. Fue un estudio correlacional y transversal. Contaron con 117 participantes funcionarios de establecimientos de educación especial de las ciudades de Arica e Iquique. Utilizaron dos medidas de evaluación para medir la inteligencia emocional, en primer lugar, la adaptación

española de Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos el cual constó de 24 ítems que proviene del TMMS de Salovey y Mayer y, en segundo lugar, se utilizó el Emotional Quotient Inventory de Bar-On. Sus resultados fueron: En relación a la Inteligencia Emocional y Resiliencia, se correlaciona positiva y significativamente, para el TMMS con 0,69 y para el IE EQ-i de 0,59. Concluyeron que existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y la Resiliencia.

- Caldera, Aceves y Reynoso (2016) realizaron un estudio denominado “Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras”. El objetivo de este estudio fue conocer el nivel de resiliencia en una muestra de estudiantes universitarios de una institución de educación superior pública del estado de Jalisco. Su muestra estuvo constituida por 141 estudiantes universitarios. Se utilizó la Escala de Resiliencia construida por Wagnild y Young en su versión traducida y adaptada al español por Heilemann, Lee y Kury en el 2003. En sus resultados encontraron que la mayoría de los participantes presenta un Nivel Alto de Resiliencia con 91.5% y nivel medio con 8.5%.

B. A nivel nacional

- Butrón (2015) realizó un estudio denominado “Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de una universidad pública-2015”. Esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo, con diseño de investigación correlacional de corte transversal. Su muestra estuvo conformada por 140 estudiantes del primer ciclo de la Facultad de ciencias administrativas de la UNMSM. Sus instrumentos fueron: para medir la inteligencia emocional el TMMS de Salovey y Mayer y la Escala

de Resiliencia de Wagnild y Young. Sus resultados fueron, un nivel de correlación de 0,317 lo cual indica que la correlación es baja. Concluyeron que existe relación directa y significativa entre la Inteligencia Emocional y la Resiliencia en estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Ciencias Administrativas de la UNMSM – 2015.

- Guarniz y Pereda (2016) realizaron una investigación denominada “Inteligencia Emocional y Resiliencia en estudiantes universitarios 2015”. Su objetivo fue relacionar la inteligencia emocional y la resiliencia en estudiantes de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI. Esta investigación fue de tipo correlacional, no experimental, transversal. Se utilizó el Inventario de Inteligencia Emocional Baron para adolescentes y la Escala de Resiliencia para adolescentes (ERA) de Prado y del Águila. Encontraron una relación positiva de grado medio y altamente significativa ($p < 0.01$), entre la inteligencia emocional y resiliencia.
- Mendoza (2016) realizó una investigación denominada “Inteligencia Emocional y Resiliencia en trabajadores de empresas del sector educativo, Los Olivos – 2016”. Esta investigación tuvo como finalidad determinar la relación que existe entre la Inteligencia Emocional y Resiliencia en trabajadores de empresas del sector educativo. La muestra estuvo conformada por 168 profesores de colegios estatales. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn (I-CE Bar-on) y la escala de Resiliencia de Waild y Young. Los resultados mostraron que no existe una correlación significativa entre Inteligencia emocional y resiliencia, sin embargo, se encontró correlación significativa entre el puntaje total de resiliencia con la dimensión Adaptabilidad del

Inventario de BarOn, asimismo, se encontró que el nivel de inteligencia emocional es bajo y el nivel de resiliencia encontrado es promedio.

- Ticona y Machaca (2016) realizaron un estudio denominado “Nivel de Inteligencia Emocional en los estudiantes del III semestre de la Facultad de enfermería de la UCSM Arequipa – 2016”. Esta investigación tuvo como objetivo conocer el nivel de Inteligencia Emocional según sus dimensiones. Este estudio tuvo un nivel descriptivo y fue un problema de campo. El instrumento utilizado fue el Test de Inteligencia Emocional de BarOn (I-CE). En sus resultados, con respecto a las dimensiones encontraron: Nivel alto con 53% en la dimensión Intrapersonal, 45% en la dimensión Interpersonal y 38% en la dimensión Adaptabilidad. Asimismo, Nivel Promedio con 42% en la dimensión Manejo de Estrés y 38% en la dimensión Estado de Ánimo. En los resultados generales encontraron: con un mismo porcentaje de 35% en el nivel alto y promedio, seguido de los niveles muy alto y bajo con 15%, respectivamente. Concluyeron que el mayor porcentaje de estudiantes se encuentra en un nivel alto y promedio, en menor porcentaje muy alto y bajo, dándose en sus diferentes componentes, en el nivel alto, el estado intrapersonal y adaptabilidad y en el nivel promedio manejo de estrés y estado de ánimo.
- Jerónimo (2014) realizó una investigación titulada “Inteligencia Emocional en docentes de instituciones educativas del nivel secundario de Satipo – Junín”. Este estudio adoptó una metodología de corte cuantitativo, con características de estudio de campo, de tipo descriptivo, el diseño de investigación es no experimental de tipo descriptivo – comparativo. La muestra estuvo conformada por 102 docentes. El

instrumento utilizado fue el Inventario de Inteligencia Emocional de Baron adaptado y validado para el caso. Sus resultados fueron: Resultados generales 39% en el nivel Moderado seguido de 35% en el nivel bajo, 16% en el nivel alto, y 5% en los niveles muy alto y muy bajo. En cuanto a las dimensiones: Se encontró en el nivel bajo con 30% en la dimensión Intrapersonal y 45% en la dimensión Estado de ánimo general, mientras que se encontró en el nivel moderado con 56% a la dimensión Interpersonal, 43% en la dimensión Adaptabilidad y 42% en la dimensión Manejo de Estrés.

- Velásquez (2017) realizó un estudio denominado “Medida de la Resiliencia en estudiantes universitarios de primer ciclo de la escuela profesional de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas”. Este estudio tuvo como objetivo identificar los niveles de resiliencia que presentan los estudiantes de primer ciclo de la Escuela de Administración y negocios internacionales. Su metodología fue cuantitativa, con diseño descriptivo simple. Su población estuvo conformada por todos los estudiantes de la Escuela de Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas que conforman 525 en total, mientras que la muestra estuvo conformada por 139 mediante criterio no probabilístico o intencional. El instrumento utilizado fue la Escala de Resiliencia (ER) de Gail Wagnild y Heather Young. Sus resultados fueron que la mayoría se concentra en el nivel promedio con 74.1%, seguido del nivel alto con 23% y el nivel bajo con 2.9%. Concluyeron que los estudiantes del primer ciclo de la Escuela de

Administración y Negocios Internacionales de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad Alas Peruanas, en su mayoría presentan un nivel promedio de resiliencia, seguido del nivel alto y por último el nivel bajo.

- Aguilar (2016), realizó un estudio denominado “Resiliencia en adolescentes víctimas de violencia familiar atendidas en comisarías de San Martín de Porres, Independencia y Collique, 2016”. Esta investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de resiliencia en adolescentes víctimas de violencia familiar. Fue de tipo descriptivo, con un diseño no experimental de corte transversal. Su muestra estuvo constituida por 300 adolescentes víctimas de violencia familiar. Se utilizó la escala de Resiliencia de Gail Wagnild y Heather Young. Sus resultados revelaron que el 61% presenta baja resiliencia, 33% presenta moderada resiliencia y un 18% presenta un nivel alto de resiliencia.

C. A nivel local

- Ervacio y Aranda (2017), realizaron una investigación denominada “Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico de los estudiantes con el promedio ponderado superior de la Facultad de Psicología de la UNHEVAL – Huánuco, 2016”. Tuvo como objetivo analizar la relación existente entre la Inteligencia Emocional y el Rendimiento Académico de los estudiantes con promedio ponderado superior. Este estudio fue de diseño transeccional. Se utilizó el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn. Sus resultados fueron: se obtuvo un coeficiente de correlación de -0.005 que se encuentra dentro de una valoración negativa muy débil, asimismo, la significancia bilateral fue de 0,970 mayor al error estimado

(0,05). Por lo tanto, concluyeron que no existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Rendimiento Académico de los estudiantes con promedio ponderado superior de la Facultad de Psicología – UNHEVAL.

- Aquino, Figueroa y Solano (2016) realizaron un estudio denominado “Relación entre la Inteligencia Emocional y los Estilos de Aprendizaje en los estudiantes de las carreras técnicas del Instituto de Educación Superior Tecnológico Privado Isabel la Católica, Amarilis – 2014”. Tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de aprendizaje según Kolb. Este estudio fue de nivel correlacional, de tipo cuantitativo transeccional. Su muestra estuvo constituida por 562 estudiantes distribuidas en seis especialidades. Se utilizó dos instrumentos: El inventario de Inteligencia Emocional de Ice Baron y el Inventario de Estilos de Aprendizaje según David Kolb. Sus resultados fueron: con respecto al coeficiente emocional, en el nivel “Por desarrollar” se encontró un total de 170 estudiantes, mientras que en el nivel “Bueno” se encontró un total de 278 estudiantes, finalmente, dentro del nivel “desarrollado” se encontró un total de 114 estudiantes. Con respecto a la relación entre las variables concluyeron que no existe una relación significativa entre la Inteligencia Emocional y los Estilos de Aprendizaje.
- Sovero (2016) realizó un estudio denominado “Inteligencia Emocional y rendimiento académico de los estudiantes del quinto y sexto grado de primaria de la Institución Educativa: Hermilio Valdizán N° 32011, Huánuco – 2015”. Este estudio fue de tipo aplicada, nivel correlacional y tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y

el rendimiento académico de los estudiantes del quinto y sexto grado de primaria. Su muestra está constituida por un total de 301 estudiantes, de los cuales 51.5% eran mujeres y el 48.5% varones. Se utilizó como instrumento, el inventario de Inteligencia Emocional BarOn ICE para niños y adolescentes adaptado a la realidad peruana. Sus resultados fueron: con respecto al cociente emocional total, la mayoría presenta un nivel promedio con 39.9% seguido del nivel alto con 35.2%. Con respecto a las dimensiones, encontró a la mayoría en el nivel promedio en las dimensiones: Intrapersonal con 60.5%, Interpersonal con 56.8%, Manejo de Estrés con 28.9%, Adaptabilidad con 37.5% y estado de ánimo general con 54.5%. Concluyó que existe una relación positiva significativa entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en estudiantes del 5to y 6to grado de primaria de la Institución Educativa “Hermilio Valdizán N° 32011 – Huánuco de los turnos diurno y vespertino.

2.2. Fundamentación Teórica

2.2.1. Inteligencia.

La inteligencia es la capacidad de asimilar, guardar, elaborar información y utilizarla para resolver problemas y así iniciar, dirigir y controlar nuestras operaciones mentales y todas las actividades que manejan información. Pero tenemos además la capacidad de integrar estas actividades mentales y de hacerlas voluntarias, en definitiva, de controlarlas, como ocurre con nuestra atención o con el aprendizaje, que deja de ser automático como en los animales para focalizarlo hacia determinados objetivos deseados (Ticona y Machaca, 2016).

Una de las definiciones que mejor se adaptan a nuestra forma de entender el término, es la que nos dice que inteligencia, es "la aptitud que nos permite recoger

información de nuestro interior y del mundo que nos circunda, con el objetivo de emitir la respuesta más adecuada a las demandas que el vivir cotidiano nos plantea", según acuerdo generalizado entre los estudiosos del tema depende de la dotación genética y de las vivencias que experimentamos a lo largo de la vida (Cueva, 2005).

2.2.2. Emoción

La palabra emoción proviene del latín "moveré" que significa estar en movimiento o moverse. Históricamente, la emoción se ha relacionado con los campos de la psicología, psicodinámica y sociología, desempeñando un papel fundamental en la configuración de las situaciones sociales (Matthews, Zeidner y Roberts, 2002).

Las emociones son los estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica, que se refleja en los comportamientos externos e internos. Son una combinación compleja de aspectos fisiológicos, sociales, y psicológicos dentro de una misma situación polifacética, como respuesta orgánica a la consecución de un objetivo, de una necesidad o de una motivación.

Las emociones son agitaciones del ánimo producidas por ideas, recuerdos, apetitos, deseos, sentimientos o pasiones; estados afectivos de mayor o menor intensidad y de corta duración, manifestada por una conmoción afectiva de carácter intenso.

Según refiere Ticona y Machaca (2016) existen 6 categorías básicas de emociones:

- Miedo: Anticipación de una amenaza o peligro que produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad. Es decir, tendemos hacia la protección.

- **Sorpresa:** Sobresalto, asombro, desconcierto. Es muy transitoria. Puede dar una aproximación cognitiva para saber qué pasa. Ayuda a orientarnos frente a una situación nueva.
 - **Aversión:** Disgusto, asco, solemos alejarnos del objeto que nos produce aversión. Es decir, nos produce rechazo hacia aquello que tenemos delante.
 - **Ira:** Rabia, enojo, resentimiento, furia, irritabilidad. Nos induce a la destrucción.
 - **Alegría:** Diversión, euforia, gratificación, da una sensación de bienestar, de seguridad. Nos induce hacia la reproducción (deseamos reproducir aquel suceso que nos hace sentir bien).
- Tristeza: Pena, soledad, pesimismo. Nos motiva hacia una nueva reintegración personal.

2.2.3. Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional es la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos.

A. Daniel Goleman (1995) expuso que la inteligencia emocional refiriendo que ésta, se puede organizar entorno a cinco capacidades:

- a) El conocimiento de las propias emociones: Las personas que tienen mayor conocimiento de sus emociones suelen dirigir mejor sus vidas.
- b) La capacidad de controlar las emociones: La conciencia de uno mismo es una habilidad básica, que permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento.
- c) La capacidad de motivarse a uno mismo: Si somos capaces de sumergirnos en un estado de flujo estaremos más capacitados para lograr resultados sobresalientes en cualquier rol de la vida.

- d) El reconocimiento de las emociones ajenas: La empatía es otra capacidad que se asienta en la conciencia emocional de uno mismo, y constituye una habilidad fundamental.
- e) El control de las relaciones: El arte de las relaciones se basa, en buena medida, en la habilidad para relacionarnos adecuadamente con las emociones ajenas. Los jóvenes emocionalmente sanos tienen buena autoestima personal, de esta manera serán menos vulnerables a ser arrastrados por una emoción.

B. Bar-On de Inteligencia Emocional-Social (como se citó en Gómez, 2017), refiere que este modelo subraya la necesidad de interrelación entre componentes emocionales y sociales para la existencia de este tipo de inteligencia. Esto, pretende tener un espectro más amplio que el modelo de Mayer y Salovey al ampliar la dimensión al terreno social.

Tal y como lo explican los estudios científicos, la propuesta de este modelo pone el énfasis en la búsqueda de los factores claves a nivel social y emocional que pretenden conseguir el bienestar psicológico, comprender y relacionarse de una manera óptima con los demás. Para la adecuada interrelación de los componentes sociales y emocionales que desembocan en la inteligencia emocional, hablaríamos de quince componentes agrupados en cinco de más alto nivel:

- **Habilidades intrapersonales:** conocerse a uno mismo, identificando y comprendiendo sus sentimientos, así como las propias fortalezas y debilidades, manifestadas a través de la independencia, asertividad, autorrealización, autoconcepto y autoconciencia.

- Habilidades interpersonales: capacidad para conocer y comprender sentimientos y emociones de los demás, traducido en habilidades como la empatía, responsabilidad social y relación interpersonal.
- Adaptabilidad: capacidad que permite enfrentarnos a la realidad sabiendo evaluar las situaciones de manera realista, ser flexible y solucionar problemas.
- Manejo de las emociones a través de la tolerancia a las presiones o al estrés y el control de impulsos.
- Capacidad de expresar optimismo y alegría.

Bar-On, diseñó varias herramientas con el fin de poder valorar todos los factores en su modelo. Entre sus instrumentos, el Emotional Quotient Inventory (EQ-I, adaptado al castellano por las publicaciones MHS, en Toronto, Canadá) (como se citó en Gómez, 2017). Este inventario fue el primero en comercializarse para la medición de la Inteligencia Emocional, así como el más usado para la investigación.

Mayer y Salovey en 1990 (como se citó en Ticona y Machaca, 2016) definieron la Inteligencia Emocional como la capacidad para identificar y traducir correctamente los signos y eventos emocionales propios y ajenos, elaborándolos y produciendo procesos de dirección emocional, pensamiento y comportamiento de manera efectiva y adecuada a las metas personales y al ambiente. Según ellos, la inteligencia emocional incluye la inteligencia intrapersonal y la interpersonal, así como otras habilidades.

2.2.3.1. Origen de la Inteligencia Emocional

En 1872, Charles Darwin (como se citó en Ticona y Machaca, 2016) en su libro “La expresión de emoción en los hombres y animales”, indicó que los seres humanos

tenemos un conjunto de expresiones emocionales innatos y universales que usamos para entender y para que entiendan los sentimientos, este es de importancia ya que la expresión emocional sirve para la supervivencia y la adaptación. Aunque las definiciones tradicionales de inteligencia hacen hincapié en los aspectos cognitivos, tales como la memoria y la capacidad de resolver problemas, varios influyentes investigadores en el ámbito del estudio de la inteligencia comienzan a reconocer la importancia de la ausencia de aspectos cognitivos.

Joseph LeDoux en (1998) investigador de neurofisiología, en su libro *El Cerebro Emocional*, indica que la emoción precede al pensamiento, y explica por qué los procesos de raciocinio tienen lugar en el neocórtex, la parte más joven del cerebro en la historia evolutiva del hombre, van muchas veces en contra de los impulsos de la amígdala. Con sus investigaciones reivindica y prestigia nuestra realidad emocional como seres humanos.

2.2.3.2. Origen de la Inteligencia Emocional

BarOn en el 2000 (como se citó en Ticona, 2016), presenta 5 componentes de la Inteligencia Emocional, los cuales son:

A. Estado Intrapersonal

Es la capacidad de ver con realismo y veracidad cómo somos y qué queremos, y de entender cabalmente cuáles son nuestras prioridades y anhelos, para así actuar en consecuencia.

- **Comprensión emocional de sí mismo:** Se refiere al conocimiento de nuestras propias emociones y cómo nos afectan. Es muy importante conocer el modo en el que nuestro estado de ánimo influye en nuestro comportamiento, cuáles son nuestras virtudes y nuestros puntos débiles.

- **Asertividad:** Es la habilidad personal que nos permite expresar directamente los propios sentimientos, opiniones, pensamientos y defender nuestros derechos, en el momento oportuno, de la forma adecuada sin negar ni desconsiderar los sentimientos, opiniones, pensamientos y derechos de las personas que están a nuestro alrededor.
- **Auto concepto:** Es la suma de creencias de un individuo sobre sus cualidades personales, es decir lo que sabemos o creemos de nosotros mismos. Este concepto de sí mismo lo formamos a lo largo de nuestra vida, se adquiere, enriquece y modifica de acuerdo a nuestra madurez.
- **Autorrealización:** Consiste en desarrollar todo nuestro potencial para convertirnos en todo lo que queremos ser llegando a la plenitud y satisfacción.

B. Estado Interpersonal

- **Empatía:** La empatía es la capacidad para ponerse en el lugar del otro y saber lo que siente; captando información de la otra persona a partir de su lenguaje no verbal, sus palabras, el tono de su voz, su postura, su expresión facial. Y en base a esto saber lo que la otra persona está sintiendo. Además, dado que los sentimientos y emociones son a menudo un reflejo del pensamiento, son capaces de deducir también lo que esa persona puede estar pensando.
- **Relaciones interpersonales:** Son relaciones sociales en las que se da una interacción recíproca entre dos o más personas, en la cual interviene la comunicación como en toda relación, y que nos ayuda a obtener información respecto al entorno donde nos encontremos. este involucra aspectos como, la habilidad para expresarse, saber escuchar, capacidad para solucionar

conflictos y expresión auténtica; las relaciones interpersonales son aquellas que realizamos día a día, al comunicarnos con nuestros semejantes.

- **Responsabilidad social:** La responsabilidad social es un término que se refiere al compromiso u obligación de los miembros de una sociedad ya sea como individuos o como miembros de algún grupo, tanto entre sí como para la sociedad en su conjunto. El concepto introduce una valoración positiva o negativa al impacto que una decisión tiene en la sociedad.

C. Adaptabilidad

La adaptabilidad es la habilidad para evaluar las situaciones con precisión y para responder con soluciones efectivas haciendo frente a las demandas y presiones ambientales. Permanecer abierto a las ideas y los enfoques nuevos, aportando soluciones originales a los problemas, adaptando sus respuestas y tácticas a las circunstancias cambiantes.

La flexibilidad es una habilidad en la cual se consideran múltiples puntos de vista con el fin de alternar el cambio para mantener la perspectiva correcta, de modo que se observen los hechos como son y no como uno quiere que sean.

Las personas emocionalmente inteligentes ven el cambio como un reto y no como una amenaza es decir actúan, se mueven, rompen con los hábitos y buscan oportunidades en el cambio mismo.

D. El Manejo de Estrés

La tolerancia es respetar las opiniones, ideas o actitudes de las demás personas, aunque no coincidan con las propias; es la habilidad de adaptarse y resistir a los eventos adversos, amenazas y alteraciones de la vida sin derrumbarse afrontando el estrés de forma activa y positiva evitando así debilitar la salud física y emocional.

El control de impulsos es la capacidad que tiene una persona de resistir y controlar el impulso, arranque o tentación de actuar sin meditar en las posibles consecuencias. Esto implica mantenerse al tanto de las emociones destructivas, las personas con esta competencia dominan sus impulsos y sentimientos de forma positiva, es decir, se mantienen en calma, y aún en momentos difíciles, pueden pensar con claridad y mantenerse enfocados bajo presión.

E. El Estado de Ánimo

El estado de ánimo hace del individuo una persona estable emocionalmente para disfrutar su relación familiar, su trabajo, su relación social con un sentimiento de felicidad, que es sentirse satisfecho con su propia vida y disfrutar de sí mismo.

El optimismo es la capacidad de encontrar el lado más provechoso de la vida manteniendo una actitud positiva aún en la adversidad, encontrando una oportunidad donde hay un obstáculo.

La personalidad es un conjunto de rasgos y cualidades que configuran la manera de ser de una persona y nos diferencia de los demás.

Y por último la tristeza que en cierta medida es parte de nuestra vida y de nuestro desarrollo siendo este un sentimiento de dolor anímico producido por un suceso desfavorable que se manifiesta con pesimismo, insatisfacción y en ocasiones tiene tendencias al llanto (Ticona, 2016).

2.2.3.2. Característica de la persona con Inteligencia Emocional

Según refiere García en el 2010 (como se citó en Gómez, 2017) las descripciones realizadas sobre el concepto, se puede consensuar y reconocer las siguientes características principales de una persona emocionalmente inteligente: tienen una actitud positiva, con ánimo para intentar conseguir determinados fines o propósitos (automotivación), controlando los impulsos (analizando y reconociendo emociones,

así como actuando en consecuencia), tolerando la frustración sin rendirse fácilmente. Sus relaciones con los demás se mueven en un escenario de empatía y asertividad.

2.2.4. Resiliencia

Seligman y Czikszentmihalyi (2000), autores pertenecientes a la corriente de la psicología positiva, sostienen que el estudio de la resiliencia se centra en estudiar las condiciones que posibilitan un desarrollo más sano y positivo, fundamentalmente en las fortalezas y aspectos positivos presentes en los seres humanos. Se trata de superar el modelo de enfermedad por una perspectiva que promueva y valore las potencialidades, capacidades, talentos y recursos propios. Así, la resiliencia contribuye a la calidad de vida, además de ser un amortiguador y facilitador para enfrentar con éxito el estrés.

Salovey, Rothman, Detweiler y Steward (2000) mencionan los efectos que tienen las experiencias emocionales positivas, en cuanto a que proveen mejores recursos para poder prevenir enfermedades o afrontar más efectivamente los problemas de salud ya existentes. Los autores afirman que los estados emocionales positivos facilitan conductas más saludables, proveyéndoles la resiliencia necesaria para afrontar la posibilidad de tener o desarrollar serios problemas de salud.

Wagnild y Young (1993), definen claramente la resiliencia como característica de la personalidad que favorece el éxito ante situaciones adversas, algo que posteriormente Masten (1999) reforzaría al hablar de la resiliencia como rasgo que permite el ajuste adaptado y positivo ante situaciones estresantes que presenta la vida. Por otro lado, Cyrulnik (2001) apoyaría la definición al exponer la teoría genética sobre la resiliencia, como responsable en parte, de la existencia de la capacidad, algo que todos los seres humanos poseemos y que desarrollaremos o no

en la exposición a situaciones adversas, influido en gran medida por el entorno sociofamiliar.

2.2.4.1. Características de la Resiliencia

En su revisión Polk en 1997 elaboró 26 características, las cuales posteriormente redujo a seis: atributos psicosociales, atributos físicos, roles, relaciones, características de solución de problemas y creencias filosóficas. (Velásquez, 2017).

A su vez los atributos psicosociales y físicos fueron combinados, así como los roles y relaciones, creando una clasificación de cuatro patrones para la resiliencia: el disposicional, relacional, situacional y el filosófico. La combinación de ellos apresaría completamente el constructo de resiliencia. El patrón disposicional se refiere a los atributos del físico y a los atributos psicológicos relacionados con el ego. Los atributos psicosociales incluyen la competencia personal y un sentido del self; los atributos físicos son los factores constitucionales y genéticos que permiten el desarrollo de la resiliencia. Estos factores físicos incluyen la inteligencia, la salud y el temperamento. El patrón relacional se refiere a las características de los roles y relaciones que influyen la resiliencia. Este incluye tanto los aspectos intrínsecos como extrínsecos definidos como el valor de la cercana relación de confianza como de una amplia red social. También, a nivel intrínseco, darles sentido a las experiencias, tener habilidades en identificar y relacionarse con modelos positivos y tener buena voluntad para buscar a alguien en quien confiar. Igualmente, en tener una profunda confianza en las relaciones y el desarrollo de la intimidad personal. El patrón situacional se refiere a la aproximación característica a las situaciones o estresores y se manifiesta como habilidades de valoración cognitiva, habilidades de solución de problemas, y atributos que indican una capacidad para la acción frente a una situación. Incluye también la habilidad de hacer una evaluación realista de la

propia capacidad para actuar y de las expectativas o consecuencias de esa acción. Un conocimiento de que puede y no puede lograrse y la capacidad de especificar metas más limitadas, para percibir cambios en el mundo, para usar el afrontamiento orientado a los problemas activo y para reflexionar sobre nuevas situaciones.

Flexibilidad, perseverancia, y disponer de recursos son elementos que contribuyen a este aspecto del patrón de resiliencia, como tener un locus de control interno. Finalmente, se manifiesta en la búsqueda de novedad, curiosidad, naturaleza exploratoria y creatividad.

2.2.4.2. Características de jóvenes resilientes

Loesel en 1999 (como se citó en Velásquez, 2017) estableció que los seres humanos nacen con la capacidad de hacer frente a las demandas del ajuste de su medio, de desarrollar habilidades sociales y comunicativas, una conciencia crítica, autonomía y propósitos para el futuro. El desarrollo y el reforzamiento de la misma requieren de la estimulación contextual, familiar y ambos. Los jóvenes muestran también una serie de características que se asocian directamente con la capacidad de afrontar adecuadamente los problemas cotidianos, las cuales se relacionan con el propio desarrollo personal. Los jóvenes resilientes presentan, entre otras características comunes:

- Adecuado control de emociones en situaciones difíciles o de riesgo, demostrar optimismo y persistencia ante el fracaso.
- Habilidad para manejar de manera constructiva el dolor, el enojo, la frustración y otros aspectos perturbadores. Capacidad de enfrentar activamente los problemas cotidianos.
- Capacidad para obtener la atención positiva y el apoyo de los demás, establecer amistades duraderas basadas en el cuidado y apoyo mutuo.

- Competencia en el área social, escolar y cognitiva; lo cual les permite resolver creativamente los problemas.
- Mayor autonomía y capacidad de auto observación.
- Gran confianza en una vida futura significativa y positiva, con capacidad de resistir y liberarse de estigmas negativos.
- Sentido del humor flexibilidad y tolerancia.

2.2.4.3. Componentes de la resiliencia

Cuando una persona se sienta segura de sí mismo, con control sobre las cosas que le suceden, con la autoestima fortalecida y con clara conciencia de los valores personales que posee, su motivación de logro y triunfo serán más altas y se inclinará por hacer su mayor esfuerzo, tratando de hacer las cosas tan bien como le sea posible.

Rodríguez en el 2009 (como se citó en Velásquez, 2017) refiere que los estudios han podido identificar condiciones de resiliencia, las cuales se han categorizado y agrupado en cuatro componentes principales considerados como elementos básicos que constituyen el perfil de un adolescente resiliente:

- Competencia Social: Este componente incluye cualidades como la de estar listo para responder a cualquier estímulo, comunicarse con facilidad, demostrar empatía y afecto, y tener comportamientos pro-sociales. Los adolescentes resilientes responden más al contacto con otros seres humanos, estableciendo relaciones positivas con las demás personas, son más activos, flexibles y adaptables. La competencia social se expresa, especialmente, en la interrelación con los propios pares y en la facilidad para hacer amigos de su edad.

- Resolución de Problemas. Esta capacidad incluye la habilidad para pensar en forma abstracta, reflexiva y flexiblemente, y la posibilidad de intentar soluciones nuevas para problemas tanto cognitivos como sociales.
- Autonomía. Distintos autores han usado diferentes definiciones para este término. Algunos se refieren a un fuerte sentido de independencia, otros destacan la importancia de tener un control interno y un sentido de poder personal, y otros se refieren a la autodisciplina y el control de impulsos. Esencialmente, se están refiriendo al sentido de la propia identidad, la habilidad para poder actuar independientemente y el control de algunos factores del entorno.
- Sentido de Propósito y Futuro. Está relacionado con el sentido de autonomía y el de autoeficacia, así como con la confianza que uno puede tener sobre algún grado de control sobre el ambiente. Dentro de esta categoría entran varias cualidades, entre los que se encuentran expectativas saludables, objetivos claros, orientación hacia la consecución de objetivos propuestos, éxito en lo que emprenda, motivación para los logros, fe en un futuro mejor y sentido de la anticipación y de la coherencia. Éste último parece ser uno de los más poderosos predictores de resultados positivos en cuanto a resiliencia.

2.2.5. Inteligencia emocional y resiliencia

Nuñez y Luzárraga (2017) refieren que la resiliencia y la inteligencia emocional son conceptos que se relacionan entre sí, asimismo, que ambos son igualmente importantes no sólo para el manejo de las emociones y el control del estrés, sino para el logro del bienestar subjetivo e incluso, la felicidad. Además, ambos conceptos mantienen una particular relación en el desarrollo de las competencias socioemocionales, con lo que ambas capacidades, y las competencias asociadas a las

mismas, podrían entrenarse, potenciarse y robustecerse si se pusieran operativas de manera conjunta en el terreno educativo.

Relación entre resiliencia e inteligencia emocional

Mestre, Guil, Segovia, Gil-Olarte y Nuñez en el 2007 (como se citó en Nuñez y Luzárraga, 2017) plantean que la inteligencia emocional cumple un papel decisivo en el desarrollo de las destrezas emocionales y sociales, siendo este un factor crucial para el aprendizaje y la adaptación en la escuela. Asimismo, sostienen que los programas de inteligencia emocional ejercen una influencia favorable en los logros académicos y en el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, tal como sucede con los programas de promoción de la resiliencia.

Una de las claves de la relación entre inteligencia emocional y resiliencia radica en el hecho de que los eventos estresantes tienen inherentemente un elevado contenido emocional. Por este motivo, la capacidad de las personas para regular las emociones es un factor críticamente importante en la determinación de la resiliencia como refieren Troy y Mauss en el 2011 (como se citó en Nuñez y Luzárraga, 2017). Las investigaciones han tratado cuantitativamente los constructos de inteligencia emocional (abarcando distintos instrumentos de medición) reconocen que se relacionan significativa y positivamente. Estas relaciones significativas tienen lugar en distintos contextos territoriales y unidades de análisis y estas relaciones significativas entre ambos constructos se presentan de manera bidireccional y siempre acompañadas de otros procesos.

Con respecto a estudios acerca de Resiliencia e inteligencia emocional, resultados de investigaciones indican que las personas con altos niveles de inteligencia emocional muestran mayores factores de protección personales, familiares y fuentes de resiliencia. En varias investigaciones se registran asociaciones positivas entre las

puntuaciones de inteligencia emocional, medida a través de autoinforme, y el grado de resiliencia de las personas, tal y como refieren Brodtkin y Coleman en 1996, Joseph en 1994, Tusaie y Dyer en el 2004, Wang, Haertel y Walberg en 1997 (como se citó en Nuñez y Lizárraga, 2017). Enfáticamente, se reconoce la existencia de asociaciones significativas y positivas entre inteligencia emocional y resiliencia, en tanto los individuos más inteligentes emocionalmente poseen la habilidad para convertir emociones negativas en desarrollo positivo ante hechos adversos.

2.2.6. Adulthood temprana

La adultez temprana por lo general corresponde el lapso de 20 a 40 años, suele ser un periodo de posibilidades; muchas de estas personas por primera vez son autosuficientes, se hacen cargo de la casa que habitan y se ponen a prueba en las actividades que eligieron. Cada día toman decisiones que le ayudan a determinar su salud, su profesión y su estilo de vida. Sin embargo, cada vez son más los adultos jóvenes que no sientan cabeza de inmediato. Para ellos, el periodo entre los 20 a 25 años se ha convertido en una etapa de exploración llamada adultez emergente. (Papalia y colaboradores, 2009)

Este período marca el inicio de la nueva etapa, la integración personal del sujeto a la sociedad como individuo independiente. Este es el tiempo en que se enfrenta el desafío de conciliar los sueños e ideales adolescentes con la realidad concreta. Empieza a tener la sensación de que el tiempo se termina y que es necesario ocuparse de la vida de manera más decidida y comprometida (Saavedra y Villalta, 2008).

La promoción de la resiliencia en la adultez está estrechamente ligada a la capacidad de aprender de los resultados de sus esfuerzos sean estos de éxito o fracaso, y a la iniciativa para emprender y concluir proyectos. Otra etapa de la vida refiere a la etapa de la vejez, Erikson considera que en esta etapa de la vida tiene la tarea de integrar todas las experiencias vitales. La promoción de la resiliencia en este

periodo de edad apunta al desarrollo de la sabiduría que se gana con la reflexión de la experiencia (Saavedra y Villalta, 2008).

2.3. Definiciones conceptuales

- **Inteligencia Emocional**

Según BarOn (como se citó en Ugarriza, 2001) define como un conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales, que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y afrontar las demandas y presiones del medio ambiente y así tener éxito en la vida.

- **Resiliencia**

Wagnild y Young (1993), quienes connotan la resiliencia como una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor y fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante infortunios de la vida. La resiliencia es la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra; además, es utilizada para describir a las personas que muestran coraje y capacidad de adaptación a raíz de las desgracias de la vida.

2.4. Sistema de variables – dimensiones e indicadores

2.4.1. Variable X: Inteligencia Emocional

Variables, dimensiones e indicadores del Inventario de Inteligencia Emocional.

Tabla 1

Sistema de Variables dimensiones e indicadores del Inventario de Inteligencia Emocional.

Variable	Dimensiones	Indicadores
VARIABLE X: INTELIGENCIA EMOCIONAL	INTERPERSONAL	Empatía (EM) Relaciones Interpersonales (RI) Responsabilidad Social (RS)
	INTRAPERSONAL	Comprensión Emocional de Sí Mismo (CM) Asertividad (AS) Autoconcepto (AC) Autorrealización (AR) Independencia (IN)
	ADAPTABILIDAD	Solución de Problemas (SP) La Prueba de la Realidad (PR) Flexibilidad (FL)
	MANEJO DEL ESTRÉS	Tolerancia al Estrés (TE) Control de los Impulsos (CI)
	ESTADO DE ÁNIMO GENERAL	Felicidad (FE) Optimismo (OP)

Elaboración: Propia

2.4.2. Variable Y: Resiliencia

VARIABLES, DIMENSIONES E INDICADORES DE LA ESCALA DE RESILIENCIA.

Tabla 2

Sistema de Variables dimensiones e indicadores de la Escala de Resiliencia.

Variable	Dimensiones	Indicadores
VARIABLE Y: RESILIENCIA	ECUANIMIDAD	Perspectiva de la propia vida Perspectiva de las experiencias Actitudes ante la diversidad
	SATISFACCIÓN PERSONAL	Comprensión del significado de la vida Adecuar las experiencias al aprendizaje
	SENTIRSE BIEN SOLO	Comprensión de que la persona es única Enfrentar las situaciones solo Libertad y el significado de sentirse bien solo
	CONFIANZA EN SÍ MISMO	Creencia en sí mismo Creencia en sus capacidades Reconocer sus fuerzas y limitaciones
	PERSEVERANCIA	Persistencia ante la adversidad Deseo de construir la vida de uno mismo Disciplina

Elaboración: Propia

2.5. Definición operacional de las variables

2.5.1. Inteligencia Emocional:

Serán los resultados obtenidos a través de la aplicación del inventario de inteligencia emocional, en los niveles muy alto, alto, promedio, bajo y muy bajo.

Asimismo, los resultados obtenidos de las 5 dimensiones: interpersonal, intrapersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general. En los niveles muy alto, alto, promedio, bajo y muy bajo.

2.5.2. Resiliencia:

Serán los resultados obtenidos a través de la aplicación de la Escala de Resiliencia.

Asimismo, los resultados obtenidos de las 5 dimensiones: ecuanimidad, satisfacción personal, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia.

2.6. Hipótesis

Se planteó la siguiente hipótesis:

H₀: No existe relación entre la inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto año de la facultad de psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco 2018.

H₁: Existe relación entre la inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto año de la facultad de psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco 2018.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

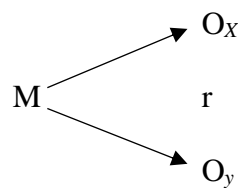
3.1. Nivel, tipo y método de investigación

Según refiere Sánchez y Reyes (2015), la presente investigación se encuentra en el nivel descriptivo, ya que se recoge información sobre el estado actual de las variables de estudio, asimismo, es de tipo Sustantiva, está orientada al conocimiento de la realidad tal como se presenta en una situación espacio-temporal dada y el método de la investigación es Descriptivo-observación indirecta, que consiste en describir, analizar e interpretar sistemáticamente un conjunto de hechos o fenómenos y sus variables que le caracteriza de manera tal como se dan en el presente. En esta investigación, pretendemos relacionar las variables: Inteligencia Emocional y Resiliencia, de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

3.2. Diseño y esquema de investigación

De acuerdo a las características de las variables en estudio, se desarrolló una investigación relacional.

El esquema de la investigación es:



Dónde:

O_x = Inteligencia Emocional

O_y = Resiliencia

M = Muestra

r = Correlación entre ambas variables

3.3. Ámbito de la investigación

La presente investigación se llevó a cabo en el Perú, departamento de Huánuco, provincia de Huánuco y distrito de Pillco Marca, en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, en la Facultad de Psicología.

El Perú es un país situado en el lado occidental de América del sur y comprende 24 departamentos, entre ellos Huánuco, el cual, a su vez, se divide en provincias y distritos. El departamento de Huánuco está ubicado geográficamente en la parte Centro Oriental del Perú, entre la Cordillera Occidental y la cuenca hidrográfica del río Pachitea. Limita por el norte con los departamentos de: La Libertad, San Martín, Loreto y Ucayali; por el este con el departamento de Ucayali; por el sur con el departamento Pasco y por el oeste con los departamentos de Lima y Ancash. Cuenta con una extensión de 36.938 km² y Huánuco como provincia tiene 4.091 km². Su clima es variado por los diversos pisos altitudinales, según los estudios del Dr. Javier Pulgar Vidal, Huánuco se caracteriza por un clima primaveral, abarca dos regiones: La selva y la sierra; el clima es templado cuya temperatura promedio anual es de los 20°C. En su hidrografía cuenta tres que son los ríos que asocian el levantamiento andino, ellos son de Oeste a Este, el Marañón, el Huallaga y el Pachitea. El departamento de Huánuco se divide en once (11) provincias: Huánuco, Ambo, Dos de Mayo, Huacaybamba, Huamalíes, Lauricocha, Leoncio Prado, Marañón, Puerto Inca y Yarowilca; tiene 77 distritos. Su demografía según el INEI, y los resultados del censo 2017, la población actual en Huánuco es de 721.047.

En cuanto a la economía tiene un gran potencial agrícola por su variedad climática y diversos pisos ecológicos. Existen grandes áreas productoras de café, té y maderas finas. Además, los agricultores cultivan papa, maíz amiláceo, maíz amarillo, plátano, naranja, yuca y trigo. Tiene abundantes áreas de pastos naturales. Sus

bosques, en la región de la selva baja, constituyen una gran reserva forestal de especies maderables, flora y fauna.

La Universidad Nacional Hermilio Valdizán fue creada el 11 de enero de 1961, en el marco de una histórica asamblea cívico - popular convocada por el Comité Pro Universidad Comunal, presidido por el ilustre huanuqueño Dr. Javier Pulgar Vidal. Dicha asamblea se efectuó en la que fuera la casa del héroe Leoncio Prado Gutiérrez. Se dio inicio a una trayectoria de lucha en favor de la cultura y el desarrollo del pueblo de Huánuco. Nació como una universidad Comunal filial de la Universidad Comunal del Centro, (ahora Universidad Nacional del Centro del Perú), en mérito a la Ley N° 13827, del 2 de enero de 1962, promulgada en el gobierno de Don Manuel Prado Ugarteche. Inició su funcionamiento con la creación de las Facultades de Educación, Recursos Naturales y Ciencias Económicas, siendo su primer Rector el Dr. Javier Pulgar Vidal. Ante el clamor de la comunidad universitaria y la población huanuqueña, que solicitaban la autonomía de la Universidad Comunal de Huánuco, se gestionó ante el Congreso de la República su conversión en Universidad Nacional; anhelo que finalmente se logró durante el gobierno del Arq. Fernando Belaúnde Terry, con la dación de la Ley N° 14915, del 21 de febrero de 1964, con la que se crea la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, llamada así en homenaje a ese ilustre huanuqueño, médico, psiquiatra, de reconocido prestigio nacional e internacional. Actualmente, la Universidad Nacional Hermilio Valdizán tiene una moderna infraestructura en la Ciudad Universitaria de Cayhuayna, que la pone a la altura de las mejores universidades de Latinoamérica. En sus claustros se brinda una educación de calidad que contribuye con el desarrollo de la Región Huánuco y del país a través de la formación académico profesional, la investigación, la proyección social y la extensión universitaria, y los estudios de Post Grado. La Universidad

Nacional Hermilio Valdizán es cantera de hombres que contribuyen en la formación de una sociedad libre, justa y solidaria que, a través de la creación de conocimientos con pertinencia social y contenido ético, buscan que las ciencias tecnológicas y las humanidades se pongan al servicio de la persona humana, con el fin de darle bienestar económico y seguridad jurídica.

La Universidad Nacional Hermilio Valdizán cuenta con 14 Facultades y 21 escuelas profesionales entre ellas, la Facultad de psicología. En 1984 con la dación de la ley 23733, en adecuación a ella, al instalarse la asamblea Universitaria se considera en el estatuto la Facultad de Letras, llamándose en el mismo año al 1° examen de Admisión en la Especialidad de Psicología; en la reestructuración, del estatuto se ratifica la Facultad de Letras con la Escuela Profesional de Psicología. La Escuela Académico Profesional de Psicología, se crea en sesión De Consejo de Facultad de Letras el 25 de mayo de 1985 en concordancia con la Ley Universitaria 23733, y el estatuto, Resolución 004-DFL85 (Aprobación de Escuelas Profesionales en la Facultad de Letras). Mediante la Resolución N° 001-2012-UNHEVAL-AU, de fecha 19 de marzo del 2012 se aprueba la creación de la Facultad de Psicología. Cuenta con unos trescientos estudiantes. En diciembre del 2015 se informó la aprobación de los estándares para la acreditación establecidos por el Sineace para la carrera profesional de Psicología. (Universidad Nacional Hermilio Valdizan, 2017).

3.4. Población y muestra

3.4.1. Población

La población está constituida por 75 estudiantes del Cuarto y Quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

3.4.2. Muestra

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), utilizar la población censal para una investigación está favoreciendo a la generalización de resultados para los sistemas investigados, además que robustece la validación de todo instrumento con miras a su adaptación, contando la presente investigación con dichas cualidades al utilizar como unidad de análisis a toda la población objetivo identificada. Por lo cual estará constituida por 35 estudiantes de quinto año y 40 estudiantes del cuarto año de estudios.

3.4.3. Criterios de Inclusión y Exclusión

a. Criterios de Inclusión

- Edad: 20 a 23 años de edad
- Año de estudio: Estudiantes matriculados en el cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología.
- Sexo: masculino y femenino

b. Criterios de Exclusión

- Edad: menores de 20 y mayores de 23 años de edad
- Año de estudio: Estudiantes que no estén matriculados en el cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología o de otras Facultades.

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.5.1. Inventario de Inteligencia Emocional

Creado por Reuven BarOn para medir la inteligencia emocional, aplicable a sujetos de 15 años a más, de administración individual y/o colectiva. Adaptada a nuestro medio por la Dra. Nelly Ugarriza Chávez (con baremos peruanos). Mediante 133 preguntas se evalúan 5 principales componentes conceptuales de la Inteligencia Emocional y Social, los mismos que a su vez incluyen 15 factores. (Ugarriza, 2001)

A. Componente Intrapersonal:

1. Comprensión Emocional de Sí Mismo.
2. Asertividad.
3. Autoconcepto.
4. Autorrealización.
5. Independencia.

B. Componente Interpersonal:

6. Empatía.
7. Relaciones Interpersonales.
8. Responsabilidad Social.

C. Componentes de Adaptabilidad:

9. Solución de Problemas.
10. Prueba de la Realidad.
11. Flexibilidad.

D. Componente del Manejo del Estrés:

12. Tolerancia al Estrés.
13. Control de Impulsos.

E. Componente del Estado de Ánimo General:

14. Felicidad.
15. Optimismo

3.5.1.1. Validez

Cuenta con una Validez Convergente trabajada en Perú por Ugarriza en el 2001, en una muestra de Lima Metropolitana, conformada 656 (32,9%) universitarios. Las correlaciones son moderadas y van desde coeficiente de correlación de 0.70.

3.5.1.2. Confiabilidad

Ugarriza en el 2001 analizó la confiabilidad a través del método coeficiente de Alfa Cronbach para la muestra. Obtuvo una consistencia interna para el inventario total de 0.93. Por lo tanto, se concluyó que el Inventario de Inteligencia Emocional presentaba alta confiabilidad.

3.5.2. Escala de Resiliencia

Fue creada por Gail M. Wagnild y Heather M. Young en 1988 y revisada finalmente en el 1993 por los mismo, para medir la Resiliencia, aplicable a adolescentes, jóvenes y adultos, y de administración individual y/o colectiva. Adaptada a nuestro medio por Novella en el 2002 y estandarizada por Nunja en el 2016, estableciendo baremos para estudiantes de institutos técnicos superiores en la ciudad de Trujillo. Mediante 25 preguntas que evalúan 5 dimensiones de la Resiliencia. (Nunja, 2016)

- Dimensiones:
 - a. Ecuanimidad
 - b. Satisfacción Personal
 - c. Sentirse bien solo
 - d. Confianza en sí mismo
 - e. Perseverancia

3.5.2.1. Validez

En el Perú, la Escala original fue adaptada –traducida del inglés– y analizada psicométricamente por Novella en el 2002 (como se citó en Nunja, 2016), quien utilizó una muestra de 324 alumnas entre 14 a 17 años del Colegio Nacional de Mujeres “Teresa Gonzales de Fanning”, ubicado en el distrito de Jesús María de la ciudad de Lima. Utilizando la misma técnica de factorización y de rotación halla 2 factores (el primero, con 20 ítems, y el segundo, con 5), y obtiene con el coeficiente

alfa una consistencia interna global de 0.875, y correlaciones ítem-test que fluctúan entre 0.18 a 0.63, siendo todos los coeficientes estadísticamente significativos al nivel del 0.01 ($p < 0.01$), pero con uno de ellos (ítem 11) con un coeficiente inferior a 0.20 (valor estipulado como el mínimo en este caso) el cual no fue eliminado porque su impacto sobre el incremento del valor alfa era muy pobre.

3.5.2.2. *Confiabilidad*

La Escala de Resiliencia medida a través del método consistencia interna haciendo uso del Alfa de Cronbach demostró ser confiable alcanzando un nivel aceptable de .850 para la escala general.

Asimismo, se establecieron baremos percentilares por rango de edad para la dimensión Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia y para la escala general; y baremos percentilares generales para las escalas Satisfacción Personal y Ecuanimidad. Además, se determinó que no había diferencias significativas entre los puntajes de varones y mujeres.

3.6. Procedimientos de la recolección de información

Tabla 3

Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos.

RECOLECCIÓN DE DATOS		
MÉTODOS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
De análisis de contenido.	Fichaje	Fichas bibliográficas.
		Fichas mixtas.
De evaluación.	Psicometría	Inventario de Inteligencia
		Emocional BarOn Escala de Resiliencia

Fuente: Elaboración Propia.

3.7. Técnicas de procesamiento de datos

Tabla 4

Métodos, técnicas e instrumentos de procesamiento de datos.

DE PROCESAMIENTO DE DATOS		
MÉTODOS	TÉCNICAS	ESTADÍSTICOS
Análisis Estadísticos	Análisis estadístico descriptivo	Medidas de tendencia central: Media, Moda Medidas de dispersión: Desviación estándar. Frecuencias Absoluta y Relativa
	Análisis estadístico inferencial	r de Pearson, procesado con el software estadístico SPSS versión 24.

- Fuente: Elaboración Propia.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Presentación de Resultados

4.1.1. Resultados generales de Inteligencia Emocional

Tabla 5

Niveles de Inteligencia Emocional de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.

NIVELES	ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA	
	f	%
MUY ALTA	5	6.7
ALTA	11	14.7
PROMEDIO	50	66.7
BAJA	8	10.7
MUY BAJA	1	1.3
TOTAL	75	100.0

Fuente: Resultados obtenidos de la aplicación del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional.

Elaboración Propia.

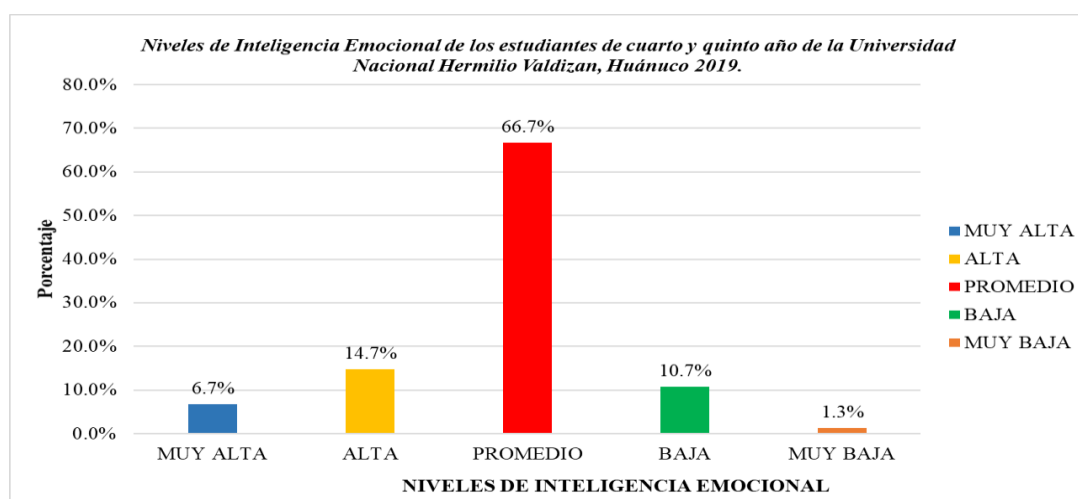


Figura 1. Resultado general (%) Niveles de Inteligencia Emocional de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018. Elaboración propia.

4.1.2. Resultados de Inteligencia Emocional por dimensiones

Tabla 6

Niveles de Inteligencia Emocional según dimensiones del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.

DIMENSIONES NIVELES	INTERPERSONAL		INTRAPERSONAL		ADAPTABILIDAD		MANEJO DEL ESTRÉS		ESTADO DE ÁNIMO GENERAL	
	f	%	f	%	f	%	F	%	f	%
MUY ALTA	7	9.3%	6	8.0%	3	4.0%	3	4.0%	9	12.0%
ALTA	15	20.0%	13	17.3%	17	22.7%	14	18.7%	13	17.3%
PROMEDIO	40	53.3%	31	41.3%	31	41.3%	43	57.3%	33	44.0%
BAJA	8	10.7%	20	26.7%	17	22.7%	9	12.0%	15	20.0%
MUY BAJA	5	6.7%	5	6.7%	7	9.3%	6	8.0%	5	6.7%
TOTAL	75	100%	75	100%	75	100%	75	100%	75	100%

Fuente: Resultados obtenidos de la aplicación del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional. Elaboración Propia.

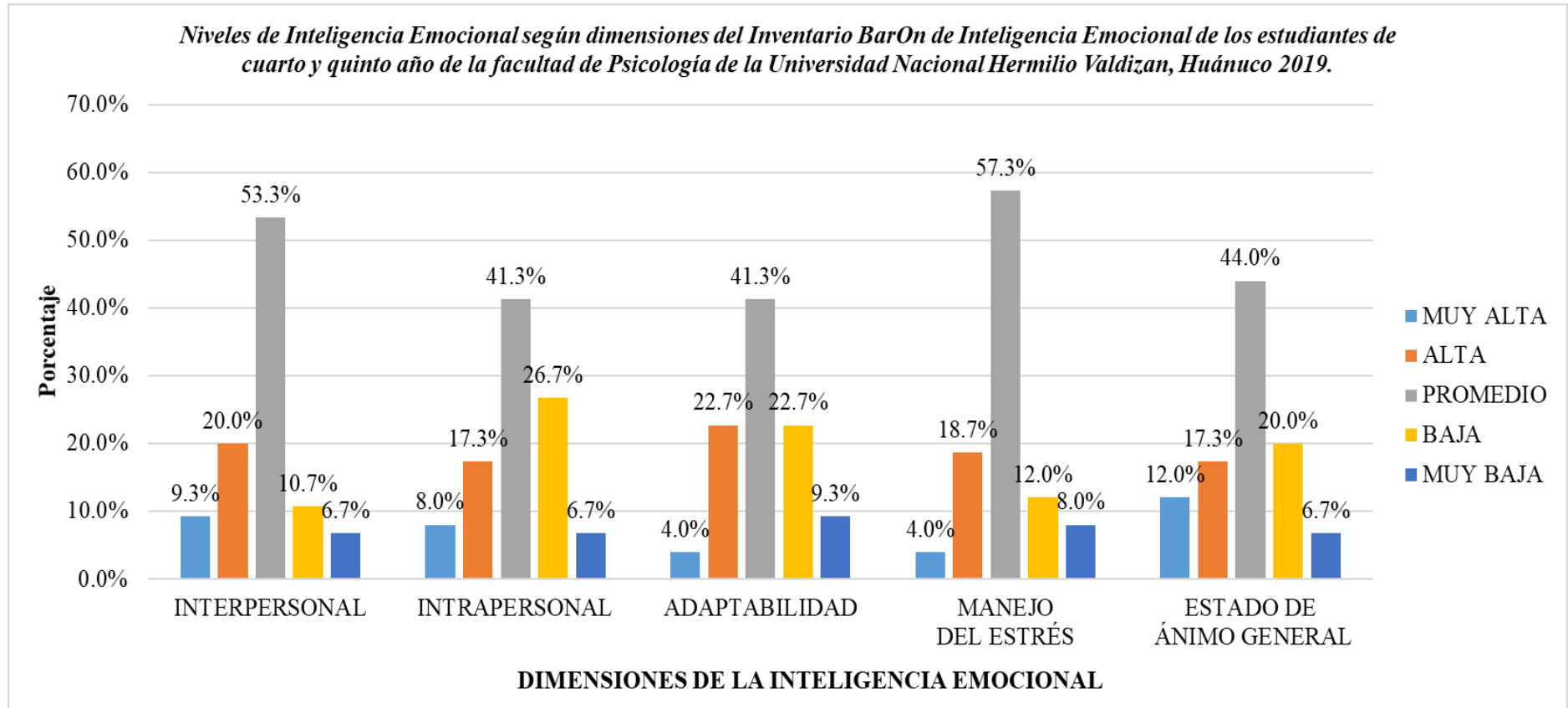


Figura 2: Niveles de Inteligencia Emocional según dimensiones del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.

4.1.3. Resultados generales de Resiliencia

Tabla 7

Niveles de Resiliencia de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.

NIVELES	ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA	
	f	%
ALTO	15	20.0
PROMEDIO	52	69.3
BAJO	8	10.7
TOTAL	63	100

Fuente: Resultados obtenidos de la aplicación de la Escala de Resiliencia. Elaboración Propia.

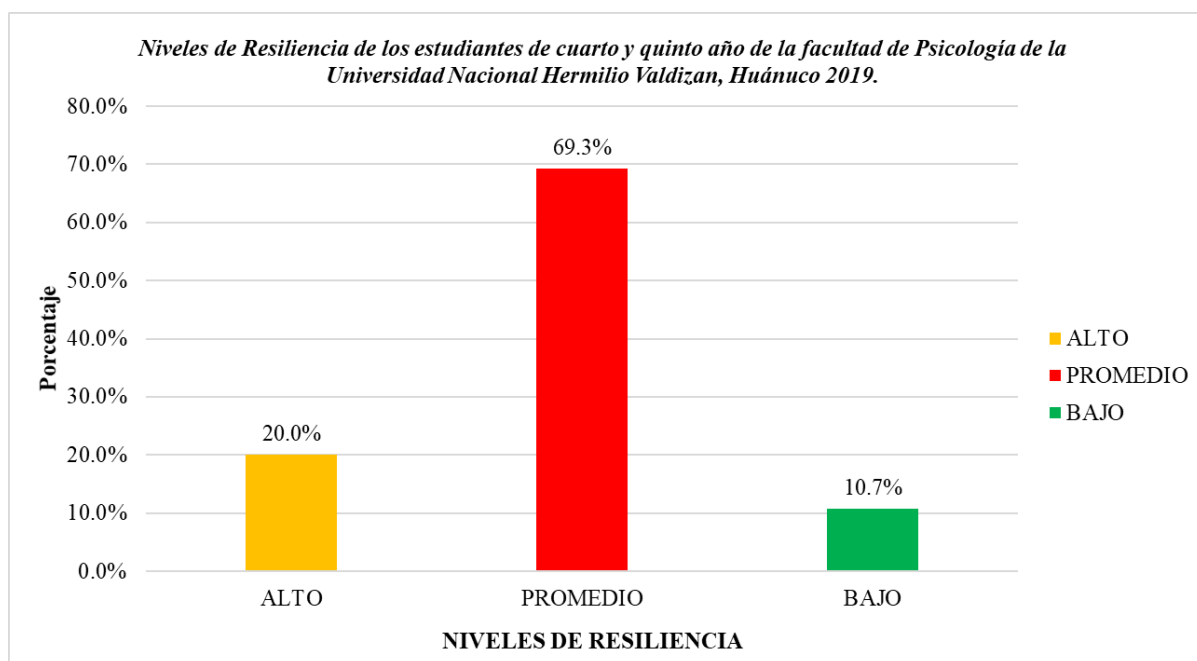


Figura 3: Niveles de Resiliencia de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018. Elaboración Propia.

4.1.4. Resultados de Resiliencia por dimensiones

Tabla 8

Niveles de Resiliencia según dimensiones de la Escala de Resiliencia de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.

DIMENSIONES NIVELES	ECUANIMIDAD		SATISFACCIÓN PERSONAL		SENTIRSE BIEN SOLO		CONFIANZA EN SÍ MISMO		PERSEVERANCIA	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
ALTO	16	21.3	7	9.3	17	22.7	20	26.7	27	36.0
PROMEDIO	50	66.7	57	76.0	43	57.3	45	60.0	33	44.0
BAJO	9	12.0	11	14.7	15	20.0	10	13.3	15	20.0
TOTAL	75	100%	75	100%	75	100%	75	100%	75	100%

Fuente: Resultados obtenidos de la aplicación de la Escala de Resiliencia. Elaboración Propia.

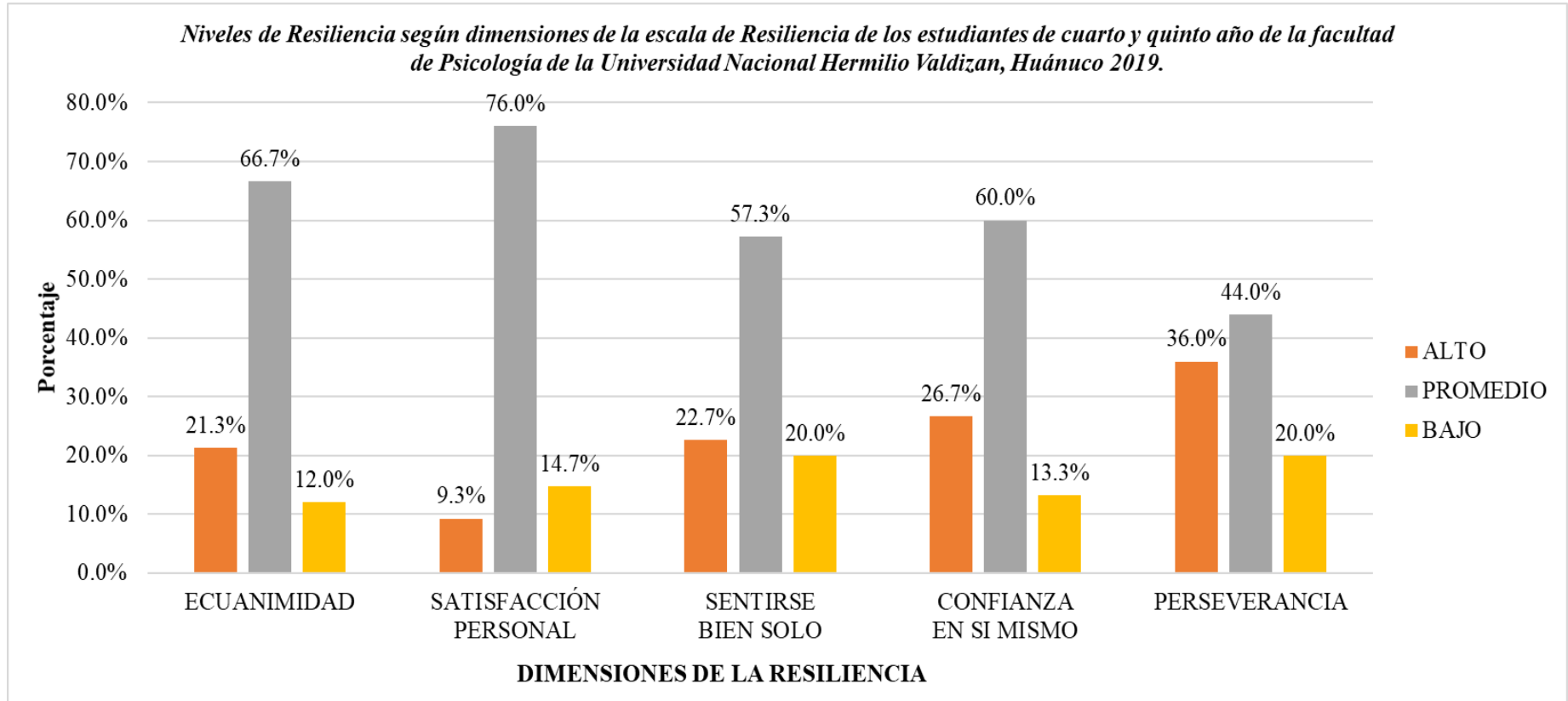


Figura 4: Niveles de Resiliencia según la Escala de Resiliencia de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018. Elaboración Propia.

4.2. Análisis e interpretación de Resultados

En la figura 1 y tabla 5 podemos observar los resultados generales obtenidos de la evaluación de la Inteligencia Emocional a 75 estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan. Encontramos que: En el nivel Promedio, encontramos un 66.7%. Seguidamente, en el nivel Alto, encontramos un 14.7%, asimismo, en el nivel Bajo se encontró 10.7%, en el nivel Muy Alto, 6.7% y en el nivel Muy Bajo 1.3%. Es notorio que el mayor porcentaje se encuentra en el nivel Promedio.

En la figura 2 y tabla 6 se puede observar las dimensiones de la Inteligencia Emocional en la evaluación realizada a 75 estudiantes del cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, en los niveles: Muy Alto, Alto, Promedio, Bajo y Muy Bajo.

En la dimensión Interpersonal, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 53.3%, seguidamente encontramos en el nivel Alto un 20.0%, en el nivel Bajo un 10.7%, en el nivel Muy Alto un 9.3% y una minoría en el nivel Muy Bajo con un 6.7%.

En la dimensión Intrapersonal, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 41.3%, seguidamente encontramos en el nivel Bajo un 26.7%, en el nivel Alto un 17.3%, en el nivel Muy Alto un 8% y una minoría en el nivel Muy Bajo con un 6.7%.

En la dimensión Adaptabilidad, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 41.3%, seguidamente encontramos en el nivel Alto y Bajo un 22.7%, en el nivel Muy Bajo un 9.3% y una minoría en el nivel Muy Alto con un 4.0%.

En la dimensión Manejo del Estrés, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 57.3%, seguidamente encontramos en el nivel Alto un 18.3%, en el nivel Bajo un 12.0%, en el nivel Muy Bajo un 9.3% y una minoría en el nivel Muy Alto con un 4.0%.

En la dimensión Estado de Ánimo General, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 44.0%, seguidamente encontramos en el nivel Bajo un 20.0%, en el nivel Alto un 17.3%, en el nivel Muy Alto un 12.0% y una minoría en el nivel Muy Bajo con un 6.7%.

Observamos que, existe una predominancia de la dimensión Manejo del Estrés teniendo en el nivel Promedio un 57.3%. Asimismo, es notorio que existen una predominancia en el nivel promedio en todas las dimensiones.

En la figura 3 y tabla 7 podemos observar los resultados generales obtenidos en la evaluación de la Resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, en los niveles Alto, Promedio y Bajo. Encontramos que: en el nivel Promedio, encontramos un 69.3%. Seguidamente, en el nivel Alto encontramos un 20.0% y en el nivel Bajo un 10.7%.

En la figura 4 y tabla 8 se pueden observar las dimensiones de la Resiliencia en la evaluación realizada a 75 estudiantes del cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, en los niveles: Alto, Promedio y Bajo.

En la dimensión Ecuanimidad, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 66.7%, seguidamente encontramos en el nivel Alto un 21.3%, y una minoría en el nivel Bajo con un 12.0%.

En la dimensión Satisfacción Personal, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 76.0%, seguidamente encontramos en el nivel Bajo un 14.7%, y una minoría en el nivel Alto con un 9.3%.

En la dimensión Sentirse Bien Solo, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 57.3%, seguidamente encontramos en el nivel Alto un 22.7%, y una minoría en el nivel Bajo con un 20.0%.

En la dimensión Confianza en sí Mismo, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 60.0%, seguidamente encontramos en el nivel Alto un 26.7%, y una minoría en el nivel Bajo con un 13.3%.

En la dimensión Perseverancia, en el nivel Promedio, se evidencia una mayoría de estudiantes, encontrando un 44.0%, seguidamente encontramos en el nivel Alto un 36.0%, y una minoría en el nivel Bajo con un 20.0%.

Observamos que, existe una predominancia de la dimensión Satisfacción personal teniendo en el nivel Promedio un 76.0%. Asimismo, es notorio que existen una predominancia en el nivel promedio en todas las dimensiones.

4.3. Verificación de Hipótesis

- **Hipótesis General**

H0: No existe relación entre la Inteligencia Emocional y Resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto año de la facultad de psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco 2018.

H1: Existe relación entre la Inteligencia Emocional y Resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto año de la facultad de psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco 2018.

Procesamiento de datos:

Para determinar la correlación existente entre las variables Inteligencia Emocional y Resiliencia, se utilizó el estadístico r de Pearson, puesto que se correlacionaron datos paramétricos, es decir, los puntajes obtenidos en la aplicación del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional y la Escala de Resiliencia.

La relación entre Inteligencia Emocional y Resiliencia se explican a través de los resultados obtenidos en el software estadístico SPSS, en donde, se utilizó una magnitud de error de 5%, que viene a ser 0.05. Es decir que, si se tiene un puntaje de significancia bilateral menor a 0.05 corresponde a la existencia de una correlación significativa.

Tabla 9

Resultados de correlación bivariada de Pearson entre las variables Inteligencia Emocional y Resiliencia de los estudiantes de Cuarto y Quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.

		INTELIGENCIA EMOCIONAL	RESILIENCIA
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Correlación de Pearson Sig.(bilateral) N	1 75	,614** ,000 75
RESILIENCIA	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,614** ,000 75	1 75

** La correlación es significativa en el nivel 0,00 (bilateral)

En la tabla 9 se observan los resultados obtenidos de la correlación de Pearson de las variables Inteligencia Emocional y Resiliencia, mediante el

análisis de datos con el software estadístico SPSS, en donde, se utilizó los puntajes de resultados generales obtenidos en la evaluación. Teniendo en cuenta un margen de error del 5%, la cual es utilizada en Ciencias Sociales. Se encontró que, la significancia estadística bilateral (P valor) es de 0,00 y el resultado de Correlación de Pearson es 0,614.

Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna o de investigación, es decir: “Existe relación entre la Inteligencia Emocional y Resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco 2018”.

4.4. Discusión de Resultados

A partir de los resultados encontrados, se aceptó la hipótesis alterna o de investigación, que determina que sí existe relación entre la Inteligencia Emocional y la Resiliencia, en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco 2018.

Estos resultados tienen relación con lo que sostienen: Gómez en el 2017, con familiares de pacientes con Demencia en la ciudad de Extremadura - España; Veloso, Cuadra, Antezana, Avendaño y Fuentes en el 2013 con funcionarios de establecimientos de educación especial en la ciudad de Iquique y Arica en Chile, con Butrón en el 2015, con estudiantes universitarios de administración de la UNMSM en la ciudad de Lima, con Guarniz y Pereda en el 2016 con estudiantes universitarios de la Universidad Católica de Trujillo en la ciudad de Trujillo, y con Sovero en el 2016, con estudiantes de primaria en la ciudad de Huánuco. Estos autores encontraron relaciones significativas entre sus variables de estudio.

Pero estos resultados de correlación son contrarios a los encontrados por: Mendoza en el 2016, quien investigó con trabajadores de empresas del sector educativo en la ciudad de Lima, no encontró relaciones significativas entre sus variables de estudio.

En los resultados generales encontrados en la evaluación de la Inteligencia Emocional. Encontramos que: En el nivel Promedio 66.7%, en el nivel Alto 14.7%, en el nivel Bajo 10.7%, en el nivel Muy Alto 6.7% y en el nivel Muy Bajo 1.3%.

Estos resultados son similares a los encontrados por Ticona y Machaca en el 2016 con estudiantes de enfermería en la ciudad de Arequipa, con Jerónimo en el 2014 con docentes de secundaria en la ciudad de Satipo y con Sovero en el 2016 con estudiantes de primaria en la ciudad de Huánuco. Estos autores encontraron que la mayoría de participantes se encontraron en el nivel Promedio y Alto. Pero, estos resultados son diferentes a los encontrados por Mendoza en el 2016, quien investigó con trabajadores de empresas del sector educativo y que encontró una mayoría en el nivel bajo.

Teniendo en cuenta los resultados se observa que la mayoría se inclina hacia Promedio, entonces, se podría decir que la mayoría de estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan presentan un nivel adecuado de Inteligencia Emocional.

Con respecto a la Dimensión Interpersonal, del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional, encontramos: nivel Promedio 53.3%, en el nivel Alto un 20.0%, en el nivel Bajo un 10.7%, en el nivel Muy Alto un 9.3% y en el nivel Muy Bajo un 6.7%.

Estos resultados son similares a los encontrados por Jerónimo en el 2014 con docentes del nivel secundario en la ciudad de Satipo y Sovero en el 2016 con estudiantes de quinto y sexto de primaria en la ciudad de Huánuco, quienes encontraron a la mayoría en el nivel promedio en esta dimensión. Pero, estos resultados son diferentes a los encontrados por Ticona y Machaca en el 2016 con estudiantes de la facultad de enfermería, quien encontró un 45% en el nivel Alto.

Con respecto a la Dimensión Intrapersonal, del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional, encontramos: en el nivel Promedio un 41.3%, en el nivel Bajo un 26.7%, en el nivel Alto un 17.3%, en el nivel Muy Alto un 8% y en el nivel Muy Bajo con un 6.7%.

Estos resultados son similares a los encontrados por Sovero en el 2016 con estudiantes de quinto y sexto de primaria en la ciudad de Huánuco, quien encontró a la mayoría en el nivel promedio en esta dimensión. Pero, estos resultados son diferentes a los encontrados por Ticona y Machaca en el 2016 con estudiantes de la facultad de enfermería en la ciudad de Arequipa, quien encontró un 53% en el nivel Alto y a Jerónimo en el 2014, quien encontró una mayoría en el nivel bajo con un 30%.

Con respecto a la Dimensión Adaptabilidad, del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional, encontramos: en el nivel Promedio un 41.3%, en el nivel Alto y Bajo un 22.7%, en el nivel Muy Bajo un 9.3% y en el nivel Muy Alto un 4.0%.

Estos resultados son similares a los encontrados por Jerónimo en el 2014 en la ciudad de Satipo y Sovero en el 2016 en la ciudad de Huánuco, quienes encontraron a la mayoría en el nivel promedio en esta dimensión. Pero, estos

resultados son diferentes a los encontrados por Ticona y Machaca en el 2016, quien encontró un 38% en el nivel Alto.

Con respecto a la Dimensión Manejo del Estrés, del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional, encontramos: en el nivel Promedio un 57.3%, en el nivel Alto un 18.3%, en el nivel Bajo un 12.0%, en el nivel Muy Bajo un 9.3% en el nivel Muy Alto un 4.0%.

Estos resultados son similares a los encontrados por Jerónimo en el 2014 en la ciudad de Satipo, Ticona y Machaca en el 2016 en la ciudad de Arequipa y Sovero en el 2016 en la ciudad de Huánuco, quienes encontraron a la mayoría en el nivel promedio en esta dimensión.

Con respecto a la Dimensión Estado de Ánimo General, del Inventario BarOn de Inteligencia Emocional, encontramos: en el nivel Promedio un 44.0%, en el nivel Bajo un 20.0%, en el nivel Alto un 17.3%, en el nivel Muy Alto un 12.0% y en el nivel Muy Bajo un 6.7%.

Estos resultados son similares a los encontrados por Ticona y Machaca en el 2016 con docentes del nivel secundario en la ciudad de Arequipa y Sovero en el 2016 con estudiantes de quinto y sexto de primaria en la ciudad de Huánuco, quienes encontraron a la mayoría en el nivel promedio en esta dimensión. Pero estos resultados son diferentes a los encontrados por Jerónimo en el 2014 quien encontró un 45% en el nivel bajo en la ciudad de Satipo.

En los resultados generales encontrados en la evaluación de la Resiliencia. Encontramos en el nivel Promedio un 69.3%, en el nivel Alto un 20.0% y en el nivel Bajo un 10.7%.

Estos resultados son similares a los encontrados por Aguilar en el 2016 con adolescentes víctimas de violencia familiar en la ciudad de y Mendoza en el

2016 con trabajadores del sector educativo en la ciudad de Lima, quienes encontraron a una mayoría en el nivel promedio. Pero, estos resultados son diferentes a los encontrados por Caldera, Aceves y Reynoso en el 2016 con estudiantes universitarios en la ciudad de Jalisco en México, quien encontró un 91.5% en el nivel Alto.

Teniendo en cuenta los resultados se observa que la mayoría se inclina hacia el nivel Promedio, entonces, se podría decir que la mayoría de estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan presentan un nivel adecuado de Resiliencia.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Esta investigación permite llegar a las siguientes conclusiones:

- En cuanto a los resultados se determina que sí existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y Resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a los resultados generales de la Inteligencia Emocional, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a la dimensión Interpersonal de la Inteligencia Emocional, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a la dimensión Intrapersonal de la Inteligencia Emocional, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a la dimensión Adaptabilidad de la Inteligencia Emocional, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.

- En cuanto a la dimensión Manejo del Estrés de la Inteligencia Emocional, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a la dimensión Estado de Ánimo General de la Inteligencia Emocional, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a los resultados generales de la Resiliencia, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a la dimensión Ecuanimidad de la Resiliencia, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a la dimensión Satisfacción Personal de la Resiliencia, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a la dimensión Sentirse Bien Solo de la Resiliencia, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.

- En cuanto a la dimensión Confianza en Sí Mismo de la Resiliencia, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.
- En cuanto a la dimensión Perseverancia de la Resiliencia, existe tendencia hacia el nivel Promedio en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2018.

5.2. Sugerencias y Recomendaciones

- A la facultad de psicología, a promocionar la inteligencia emocional y la resiliencia a través de talleres y charlas a sus estudiantes, para fomentar su desarrollo personal.
- A la universidad nacional Hermilio Valdizan, a promover el desarrollo personal de los estudiantes de distintas facultades en inteligencia emocional y resiliencia.
- A los investigadores, a desarrollar investigaciones de inteligencia emocional y resiliencia en personas de diferentes grupos étnicos.
- A los investigadores, tener en cuenta las dimensiones predominantes de la inteligencia emocional y resiliencia para el desarrollo de futuras investigaciones.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, E. L. (2016). *Resiliencia en adolescentes víctimas de violencia familiar atendidas en comisarías de San Martín de Porres, Independencia – Collique, 2016* (tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Aquino, D. C., Figueroa, D. S. y Solano, B. (2016). *Relación entre la inteligencia emocional y los estilos de aprendizaje en los estudiantes de las carreras técnicas del instituto de educación superior tecnológico, privado “Isabel la católica” Amarilis – 2014* (tesis de pregrado). Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco, Perú.
- Butrón, A. M. (2015). *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de una universidad pública – 2015* (tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Caldera, J., Aceves, B. y Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. *Psicogente*, 19(36), 227-239. Doi: <http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>
- Cueva, M. M. (2005). *Inteligencia Emocional. Proyectos de desarrollo educativos y sociales* (tesis de posgrado). Universidad de Guayaquil, Guayaquil, Ecuador.
- Cyrułnik, B. (2001) *La maravilla del dolor: el sentido de la resiliencia*. Barcelona: Ediciones Juan Granica.
- Ervacio, E. E. y Aranda, J. A. (2017). *Inteligencia emocional y rendimiento académico de los estudiantes con el promedio ponderado superior de la Facultad de psicología de la UNHEVAL - Huánuco, 2016* (tesis de pregrado). Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco, Perú.
- García, M. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: Propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 3 (6), 4.

- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Buenos Aires, Argentina: Edición Javier Vergara S.A.
- Gómez, N. (2017). *Relación de la resiliencia y la inteligencia emocional con el desempeño ocupacional y el funcionamiento familiar de los familiares cuidadores de pacientes con demencia de Extremadura* (tesis doctoral). Universidad de Extremadura, Extremadura, España.
- Guraniz, J. F. y Pereda, E. L. (2016). *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes universitarios 2015* (tesis de maestría). Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, Trujillo, Perú.
- Jerónimo, G. (2014). *Inteligencia emocional en docentes de instituciones educativas del nivel secundario de Satipo – Junín* (tesis de maestría). Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo, Perú.
- Ledoux, J. (1998). *El Cerebro Emocional*. México: Editorial Planeta.
- Maita, J. J. (2016). *Divorcio de los padres e inteligencia emocional en estudiantes de primer semestre de la universidad adventista de Bolivia, 2016* (Tesis de maestría). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.
- Masten, A. S. (1999) *Resilience come of age: Reflections on the past and outlooks for the generation of researchers*. Estados Unidos: Johnson editor.
- Matthews, G., Zeidner, M. y Roberts, R. D. (2002). *Emotional intelligence: science and myth*. Cambridge, Estados Unidos: The MIT Press.
- Mendoza, M. S. (2016). *Inteligencia emocional y resiliencia en trabajadores de empresas del sector educativo, Los Olivos – 2016* (tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Nunja, M. S. (2016). *Propiedades psicométricas de la escala de resiliencia en estudiantes de institutos técnicos superiores de la ciudad de*

Trujillo (Tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.

- Núñez, J. M. y Luzárraga, J. M. (2017). Relación entre resiliencia e inteligencia emocional. Implicaciones en el desarrollo de competencias socioemocionales. *Campus Educación Revista Digital Docente*, 1(3), 31-34.
- Papalia, D. E., Olds, S. W. y Feldman, R. D. (2010). *Desarrollo Humano*. México: McGraw-Hill/Interamericana editores.
- Saavedra, E. y Villalta, M. (2008) Medición de las características Resilientes, un estudio comparativo e personas entre 15 y 65 años. *LIBERABIT*, 14(2008), 31-40. Recuperado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v14n14/a05v14n14.pdf>
- Salovey, P., Rothman, A. J., Detweiler, J. B. y Steward, W. T. (2000). Emotional states and physical health. *American Psychologist*, 55(1), 110-121.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Lima: Bussines Support Aneth SRL.
- Seligman, M. y Czikszentmihalyi, M. (2000). Happiness, excellence, and optimum human function. *American Psychologist*, 55(5), 183.
- Sovero, Y. P. (2016). *Inteligencia emocional y rendimiento académico de los alumnos del quinto y sexto grado de primaria de la Institución educativa: Hermilio Valdizán N° 32011, Huánuco – 2015* (tesis de pregrado). Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco, Perú.
- Ticona, V. S. y Machaca, S. J. (2016). *Nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del III semestre de la Facultad de enfermería de la UCSM. Arequipa – 2016* (tesis de pregrado). Universidad Católica de Santa María, Arequipa, Perú.

- Ugarriza, N. (2001). *Evaluación de la Inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE), en muestra de Lima Metropolitana*. Lima: Libro Amigo.
- Universidad Nacional Hermilio Valdizán (2017). *Wikipedia*. Recuperado de: https://es.wikipedia.org/wiki/Universidad_Nacional_Hermilio_Valdiz%C3%A1n
- Velásquez, P. (2017). *Medida de la resiliencia en estudiantes universitarios de primer ciclo de la escuela profesional de administración y negocios internacionales de la Facultad de ciencias empresariales de la Universidad Alas Peruanas* (tesis de maestría). Universidad de Piura, Lima, Perú.
- Veloso, S., Cuadra, A., Antezana, I., Avendaño, R. y Fuentes, L. (2013) Relación entre inteligencia emocional, satisfacción vital, felicidad subjetiva y resiliencia en funcionarios de educación especial. *Estudios Pedagógicos*, 39 (2), 355-366.
- Wagnil, G.M. y Young, H. M. (1993) Development and psychometric. *J Nurs Meas*, 1(2), 165-178.

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA DE

Problema	Var.	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Definición Conceptual	Definición operacional	Objetivos	Diseño
¿Existe relación entre Inteligencia Emocional y Resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018?	V1: Inteligencia Emocional	Interpersonal	Empatía (EM)	18, 44, 55, 61, 72, 92, 119, 129, 10, 23, 31, 39, 62, 69, 84, 99, 113, 128, 16, 30, 46, 76, 90, 104.	Según BarOn (como se citó en Ugarriza, 2001) define como un conjunto de habilidades emocionales, personales e inter-personales, que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y afrontar las demandas y presiones del medio ambiente y así tener éxito en la vida.	Inteligencia Emocional: Serán los resultados obtenidos a través de la aplicación del Inventario de Inteligencia Emocional, en los niveles Muy alto, Alto, Promedio, Bajo y Muy bajo. Asimismo, los resultados obtenidos de las 5 dimensiones: Interpersonal, Intrapersonal, Adaptabilidad, Manejo del estrés y Estado de Ánimo General. En los niveles Muy alto, Alto, Promedio, Bajo y Muy bajo.	Objetivo general - Determinar la relación entre Inteligencia Emocional y Resiliencia de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.	Teniendo en cuenta las características de las variables en estudio, se pretende desarrollar una investigación relacional.
			Relaciones Interpersonales (RI)	7, 9, 23, 35, 52, 63, 88, 116, 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.				OX M r Oy
			Comprensión social (RS)					Tipo
		Intrapersonal	Compresión emocional de sí mismo (CM)					- Describir los niveles de Inteligencia Emocional de los estudiantes de cuarto y quinto año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.
			Asertividad (AS)	Método				
			Autoconcepto (AC)	Descriptivo-observación indirecta				
			Autorrealización (AR)					
		Adaptabilidad	Independencia (IN)	Fichaje				Psicometría
			Solución de problemas (SP)					
			Prueba de Realidad (PR)					
		Manejo del Estrés	Flexibilidad (FL)	-				-
			Tolerancia al estrés (TE)					
			Control de los impulsos (CI)					

MATRIZ DE CONSISTENCIA DE

		Estado de ánimo general		Felicidad (FE)	2, 17, 31,47, 62, 77, 91, 105, 120, 11, 20, 26, 54, 80, 106, 108, 132.			de Inteligencia Emocional de los estudiantes de cuarto y quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.	Instrumentos
				Optimismo (OP)					
V2: Resiliencia	Ecuanimidad	Perspectiva de la propia vida	7, 8, 11, 12	Wagnild y Young (1993), quienes connotan la resiliencia como una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor y fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante infortunios de la vida. La resiliencia es la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra; además, es utilizada para describir a las personas que muestran coraje y capacidad de adaptación a raíz de las desgracias de la vida.	Resiliencia: Serán los resultados obtenidos a través de la aplicación de la Escala de Resiliencia. Asimismo, los resultados obtenidos de las 5 dimensiones: Ecuanimidad, Satisfacción Personal, Sentirse Bien Solo, Confianza En Sí Mismo y Perseverancia	de Inteligencia Emocional de los estudiantes de cuarto y quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.	- Describir los niveles de Resiliencia de los estudiantes de cuarto y quinto año la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – 2018.	-Fichas bibliográficas.	
	Satisfacción personal	Comprensión del significado de la vida	16, 21, 22 y 25						-Fichas mixtas.
	Sentirse bien solo	Comprensión de que la persona es única	5, 3 y 19						-Inventario de Inteligencia Emocional
	Confianza en sí mismo	Creencia en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24						BarOn
	Perseverancia	Persistencia ante la adversidad	1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23						-Escala de Resiliencia

FICHA TÉCNICA DE LA VARIABLE INTELIGENCIA EMOCIONAL

NOMBRE	Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE
NOMBRE	EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory. Reuven.
PROCEDENCIA ADAPTACIÓN	Toronto - Canada. Nelly Ugarriza y Liz Pajares.
ADMINISTRACIÓN FORMAS	Individual o Colectiva. Formas Completa y Abreviada.
DURACIÓN	Sin Límite de Tiempo (forma completa: 20 a 35 minutos y abreviada)
APLICACIÓN	Jóvenes y adultos (15 a mas)
PUNTUACIÓN	Calificación Computarizada o manual
SIGNIFICACIÓN	Evaluación de las Habilidades Emocionales y Sociales.
TIPIFICACIÓN	Baremos Peruanos.
VALIDEZ	Cuenta con una Validez Convergente trabajada en Perú por Ugarriza (2001), en una muestra de Lima Metropolitana, conformada 656 (32,9 %) universitarios .Las correlaciones son moderadas y van desde coeficiente de correlación de 0.70.
CONFIABILIDAD	Ugarriza (2001), a través del método de coeficiente de Alfa Cronbach, para la muestra obtuvo una consistencia interna para el inventario total de 0.93. Para la presente investigación se sometió, el inventario de inteligencia emocional de Bar-On, al coeficiente de Alfa Cronbach, hallando una confiabilidad de 0.80.

CUESTIONARIO

Nombre: _____ Edad: _____ Sexo: _____

INTRODUCCIÓN

En este cuestionario indicar, en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces. Hay cinco respuestas por cada frase.

1. Para vez o nunca es mi caso 2. De vez en cuando es mi caso

INSTRUCCIONES

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. Marca con un aspa el número.

Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta como 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 trabaja con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las oraciones.

1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.
2. Me resulta difícil disfrutar de la vida.
3. Prefiero un tipo de trabajo en el que se me indique todo lo que debe hacer.
4. Sé como manejar 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 cuales son 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. Frente a una situación problemática obtengo la mayor cantidad de información posible para comprender mejor lo que está pasando.
16. Me gusta ayudar a la gente.
17. Me es difícil sonreír.
18. Soy capaz de comprender cómo se sienten los demás.
19. Cuando trabajo con otras personas, tiendo a confiar más en las ideas de los demás que en las mías propias.
20. Creo que tengo la capacidad para poder controlar las situaciones difíciles.
21. No puedo identificar mis cualidades, no sé realmente para que cosas soy bueno(a).
22. No soy capaz de expresar mis sentimientos.
23. Me es difícil compartir mis sentimientos más profundos.
24. No tengo confianza en mí mismo(a).
25. Creo que he perdido la cabeza.
26. Casi todo lo que hago lo hago con entusiasmo.
27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.
28. En general, me resulta difícil adaptarme a los cambios.
29. Antes de intentar solucionar un problema me gusta saber más sobre lo que está pasando.
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.
32. Prefiero que los otros tomen las decisiones por mí.
33. Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.
34. Tengo pensamientos positivos para con los demás.
35. Me es difícil entender como 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 son inexplicables.
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 capaz de comprender los sentimientos ajenos.
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 resisto las situaciones problemáticas.
50. En mi vida no hago nada malo.
51. No disfruto lo que hago.
52. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más profundos.
53. La gente no comprende mi manera de pensar.
54. En general, espero que suceda lo mejor.
55. Mis amistades 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. Frente a una situación problemática analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero es la correcta.
61. Si veo a un niño llorando me detengo a ayudarlo a encontrar a sus padres, aunque en ese momento tenga otro compromiso.
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 no estoy de acuerdo con alguien siento que se lo puedo decir.
68. Tengo una tendencia a perder contacto con la realidad y a fantasear.
69. Me es difícil relacionarme con los demás.
70. Me resulta difícil aceptarme tal cual soy.
71. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.
73. Generalmente pierdo la paciencia.
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. Generalmente me siento triste.
78. Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.
79. Nunca he mentado.
80. En general me siento con ganas para seguir adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.
81. Trato de seguir adelante con las cosas que me gustan.
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 conmigo mismo(a).
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 respetuoso(a) con los demás.
91. No estoy muy contento(a) con mi vida.
92. Prefiero seguir a otros a ser libres.
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. Tengo tendencia a exagerar.

98. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.
99. Mantengo buenas relaciones con la gente.
100. Estoy contento(a) con mi cuerpo
101. Soy una persona muy rara.
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, aún cuando surgen problemas.
107. Tengo tendencia a depender de los demás.
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.
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, tengo problemas para decidir sobre diferentes opiniones para 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.
123. Nunca tengo un mal día.
124. Intento no herir los sentimientos de los demás.
125. No tengo idea de lo que quiero hacer en la vida.
126. Me es difícil hacer valer mis derechos.
127. Me es difícil ser realista.
128. No mantengo relación con mis amistades.
129. Mis cualidades superan mis defectos y esto me permite estar contento(a) conmigo mismo(a).
130. Tengo una tendencia a explotar de rabia 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.

¡MUCHAS GRACIAS POR COMPLETAR EL CUESTIONARIO!

HOJA DE RESPUESTA

Nombre: _____ Edad: _____ Sexo: _____

Ocupación: _____ Especialidad: _____ Fecha: _____

Escoge UNA de las 5 alternativas:

1	Rara vez o Nunca es mi caso	2	Pocas Veces es mi caso	3	A Veces es mi caso	4	Muchas Veces es mi caso	5	Con mucha frecuencia o Siempre es mi caso
---	-----------------------------	---	------------------------	---	--------------------	---	-------------------------	---	---

1		1	2	3	4	5
2		1	2	3	4	5
3		1	2	3	4	5
4		1	2	3	4	5
5		1	2	3	4	5
6		1	2	3	4	5
7		1	2	3	4	5
8		1	2	3	4	5
9		1	2	3	4	5
10		1	2	3	4	5
11		1	2	3	4	5
12		1	2	3	4	5
13		1	2	3	4	5
14		1	2	3	4	5
15		1	2	3	4	5
16		1	2	3	4	5
17		1	2	3	4	5
18		1	2	3	4	5
19		1	2	3	4	5
20		1	2	3	4	5
21		1	2	3	4	5
22		1	2	3	4	5
23		1	2	3	4	5
24		1	2	3	4	5
25		1	2	3	4	5
26		1	2	3	4	5
27		1	2	3	4	5

28		1	2	3	4	5
29		1	2	3	4	5
30		1	2	3	4	5
31		1	2	3	4	5
32		1	2	3	4	5
33		1	2	3	4	5
34		1	2	3	4	5
35		1	2	3	4	5
36		1	2	3	4	5
37		1	2	3	4	5
38		1	2	3	4	5
39		1	2	3	4	5
40		1	2	3	4	5
41		1	2	3	4	5
42		1	2	3	4	5
43		1	2	3	4	5
44		1	2	3	4	5
45		1	2	3	4	5
46		1	2	3	4	5
47		1	2	3	4	5
48		1	2	3	4	5
49		1	2	3	4	5
50		1	2	3	4	5
51		1	2	3	4	5
52		1	2	3	4	5
53		1	2	3	4	5
54		1	2	3	4	5

55		1	2	3	4	5
56		1	2	3	4	5
57		1	2	3	4	5
58		1	2	3	4	5
59		1	2	3	4	5
60		1	2	3	4	5
61		1	2	3	4	5
62		1	2	3	4	5
63		1	2	3	4	5
64		1	2	3	4	5
65		1	2	3	4	5
66		1	2	3	4	5
67		1	2	3	4	5
68		1	2	3	4	5
69		1	2	3	4	5
70		1	2	3	4	5
71		1	2	3	4	5
72		1	2	3	4	5
73		1	2	3	4	5
74		1	2	3	4	5
75		1	2	3	4	5
76		1	2	3	4	5
77		1	2	3	4	5
78		1	2	3	4	5
79		1	2	3	4	5
80		1	2	3	4	5
81		1	2	3	4	5

82		1	2	3	4	5
83		1	2	3	4	5
84		1	2	3	4	5
85		1	2	3	4	5
86		1	2	3	4	5
87		1	2	3	4	5
88		1	2	3	4	5
89		1	2	3	4	5
90		1	2	3	4	5
91		1	2	3	4	5
92		1	2	3	4	5
93		1	2	3	4	5
94		1	2	3	4	5
95		1	2	3	4	5
96		1	2	3	4	5
97		1	2	3	4	5
98		1	2	3	4	5
99		1	2	3	4	5
100		1	2	3	4	5
101		1	2	3	4	5
102		1	2	3	4	5
103		1	2	3	4	5
104		1	2	3	4	5
105		1	2	3	4	5
106		1	2	3	4	5
107		1	2	3	4	5
108		1	2	3	4	5

109		1	2	3	4	5
110		1	2	3	4	5
111		1	2	3	4	5
112		1	2	3	4	5
113		1	2	3	4	5
114		1	2	3	4	5
115		1	2	3	4	5
116		1	2	3	4	5
117		1	2	3	4	5
118		1	2	3	4	5
119		1	2	3	4	5
120		1	2	3	4	5
121		1	2	3	4	5
122		1	2	3	4	5
123		1	2	3	4	5
124		1	2	3	4	5
125		1	2	3	4	5
126		1	2	3	4	5
127		1	2	3	4	5
128		1	2	3	4	5
129		1	2	3	4	5
130		1	2	3	4	5
131		1	2	3	4	5
132		1	2	3	4	5
133		1	2	3	4	5

FICHA TÉCNICA DE LA VARIABLE RESILIENCIA

NOMBRE	Escala de Resiliencia (ER) Autores: Gail M. Wagnild y Heather M. Young
PROCEDENCIA	Estados Unidos
ADAPTACIÓN	Novela 2003, Nunja 2016
ADMINISTRACIÓN	Individual o Colectiva.
FORMAS	Formas Completa y Abreviada.
DURACIÓN	Sin Límite de Tiempo - forma completa: 25 a 30 minutos.
APLICACIÓN	Jóvenes y adultos (12 a mas)
PUNTUACIÓN	Manual
SIGNIFICACIÓN	Evaluación de la Resiliencia.
TIPIFICACIÓN	Baremos Peruanos.
VALIDEZ	La Escala de Resiliencia presenta una validez de constructo a través del análisis factorial confirmatorio con índices de ajuste mayores a .807 Así también se obtuvo la validez de constructo mediante la correlación ítem test con puntajes entre .205 y .513 en la escala general, en estudiantes de 16 a 45 años de edad de la Ciudad de Trujillo.
CONFIABILIDAD	La Escala de Resiliencia medida a través del método consistencia interna haciendo uso del Alfa de Cronbach demostró ser confiable alcanzando un nivel aceptable de .850 para la escala general.

ESCALA DE RESILIENCIA

Autores: Wagnild y Young (1993)

Edad: Sexo: Centro de Estudios:

Carrera: Fecha de Evaluación:

Instrucciones: A continuación te vamos a presentar unas frases que te permitirán pensar acerca de tu forma de ser. Deseamos que contestes a cada una de las siguientes preguntas con una X en la casilla que mejor represente la frecuencia con la que actúas.

ITEMS	EN DESACUERDO				DE ACUERDO			
	1	2	3	4	5	6	7	
1.- Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7	
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7	
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7	
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7	
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7	
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7	
8.- Soy amigo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7	
9.- Siento que puedo manejar vanas cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7	
10.- Soy decidido (a).	1	2	3	4	5	6	7	
11.- Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7	
12.- Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7	
13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7	
14.- Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7	
15.- Me mantengo interesado en los cosas.	1	2	3	4	5	6	7	
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7	
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7	
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7	
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	1	2	3	4	5	6	7	
20.- Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7	
21.- Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7	
22.- No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7	
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7	
24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7	
25.- Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7	

Ptje: