

UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZAN"

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS E INTELIGENCIAS
MÚLTIPLES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD
NACIONAL, HUÁNUCO - 2019

LINEA DE INVESTIGACIÓN: DESARROLLO HUMANO Y SALUD
PSICOLOGICA

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADO(A) EN PSICOLOGÍA

TESISTAS

Yair Yury, Chacón Valverde

Erick Yeferson, Díaz Dávila

Michelli Corina, Medina Alvarado

ASESOR

Mg. Jesús Calle Ilizarbe

HUÁNUCO – PERÚ

2022

DEDICATORIA

A nuestra familia porque siempre nos motiva a seguir adelante a pesar de los problemas, inculcándonos buenos valores para ser mejor persona y ser ciudadanos de bien, de la cual puedan sentirse orgullosos.

AGRADECIMIENTO

A nuestra familia por su ayuda incondicional en nuestra formación profesional.

A nuestros maestros de la UNHEVAL que influyeron positivamente en nuestra formación académica, profesional y personal, incentivándonos y motivándonos a ser mejores.

A nuestro asesor Mg. Jesús Calle Ilizarbe por su tiempo, dedicación y enseñanza en el transcurso de elaboración de nuestra tesis.

A todas las personas que nos apoyaron en la investigación, estudiantes de la Facultad de Psicología quienes se tomaron un pequeño tiempo para la resolución de los instrumentos psicológicos mostrando sinceridad. Compañeros y amigos que nos apoyaron a finalizar con éxito esta investigación.

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019. La investigación es de tipo básica, el diseño de la investigación es de tipo descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 164 alumnos. El muestreo es de tipo probabilístico y el tipo de muestreo es estratificado. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos son: el Inventario de Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples. Los resultados se determinaron a través del coeficiente de correlación de Spearman que mide la asociación entre dos variables las cuales fueron representadas en tablas elaboradas con la ayuda del software SPSS V.22.0. Los resultados indican que los estudiantes de la Facultad de Psicología frecuentemente afrontan el estrés haciendo uso de la estrategia Reinterpretación Positiva de la experiencia con un (74.7%), seguido por la estrategia de Búsqueda de Soporte Social con el (63%), por tanto, los alumnos presentan una estrategia que acrecienta la resiliencia y un proceso adecuado de interacción con las demás personas. Así mismo, presentan un alta Inteligencia Naturalista-Ecológico (34.6%), seguido la Inteligencia Interpersonal (30.9%). Finalmente, al correlacionar Modos de Afrontamiento al Estrés e Inteligencias Múltiples, se comprueba que si existe relación con los siguientes componentes: Inteligencia verbal lingüística, Inteligencia Corporal Kinestésico, Inteligencia Intrapersonal, Inteligencia Intrapersonal e Inteligencia Naturalista, con un nivel de significancia ($p < 0.05$).

Palabras clave: Modos de Afrontamiento al Estrés, Inteligencias Múltiples.

ABSTRACT

The objective of the research was to determine the relationship between modes of coping with stress and multiple intelligences in psychology students at a National University, Huánuco-2019. The research is basic, the research design is descriptive correlational. The sample consisted of 164 students. The sampling is probabilistic and the type of sampling is stratified. The instruments used for data collection are: the Inventory of Ways of Coping with Stress (COPE) and the MINDS Scale of Multiple Intelligences. The results were determined through the Spearman correlation coefficient that measures the association between two variables, which were represented in tables created with the help of SPSS V.22.0 software. The results indicate that the students of the Faculty of Psychology frequently face stress using the "Positive Reinterpretation of the experience" strategy with one (74.7%), followed by the Search for Social Support strategy with the (63%), for Therefore, students present a strategy that increases resilience and an adequate process of interaction with other people. Likewise, it presents a high "Naturalistic-Ecological Intelligence (34.6%), followed by Interpersonal Intelligence (30.9%). Finally, when correlating Modes of Coping with Stress and Multiple Intelligences, it is verified that there is a relationship with the following components: Linguistic Verbal Intelligence, Bodily Kinesthetic Intelligence, Intrapersonal Intelligence, Intrapersonal Intelligence and Naturalist Intelligence, with a level of significance ($p < 0.05$).

Keywords: Ways of Coping with Stress, Multiple Intelligences.

ÍNDICE

INTRODUCCION	11
CAPITULO I.....	13
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	13
1.1 Fundamentación del problema de investigación	13
1.2 Formulación del problema	16
1.2.1 <i>Problema General:</i>	16
1.2.2 <i>Problemas Específicos:</i>	16
1.3.1 <i>Objetivo General:</i>	18
1.3.2 <i>Objetivos Específicos:</i>	18
1.4 Justificación e Importancia.....	19
1.5 Limitaciones.....	20
1.6 Formulación de Hipótesis.....	21
1.6.1 <i>Hipótesis General:</i>	21
1.6.2 <i>Hipótesis Específicas:</i>	21
1.7 Variables	24
1.8 Definición teórica y operacionalización de variables	25
1.8.1 <i>Modos de Afrontamiento al estrés</i>	25
1.8.2 <i>Inteligencias Múltiples</i>	26
1.8.3 Definición operacional de variables.....	26
CAPITULO II	26
MARCO TEORICO	26
2.1 Antecedentes.....	26
2.1.1 <i>Internacionales</i>	26
2.1.2 <i>Nacionales</i>	30
2.1.3 <i>Regionales</i>	33
2.2 Bases Teóricas.	36
2.2.1 <i>Modos de Afrontamiento al estrés</i>	36
A. Afrontamiento	36
B. Tipos de afrontamiento.....	36
• Afrontamiento: carácter estable o situacional.....	37
• Los Recursos de Afrontamiento.....	37
C. Estrés.....	38
D. Fases del estrés	39

F.	Consecuencias del estrés.....	41
G.	Teoría sobre el estrés	42
H.	Estrés y Estrategias de Afrontamiento.....	42
2.2.2	<i>Inteligencias Múltiples</i>	43
A.	Concepto de Inteligencias Múltiples.....	43
B.	Referencia del origen de las Inteligencias Múltiples	45
C.	Tipos de Inteligencias Múltiples	48
a.	Inteligencia Lingüística.....	48
b.	Inteligencia Lógico Matemático.....	48
c.	Inteligencia Musical	49
d.	Inteligencia Espacial	50
e.	Inteligencia Corporal-Kinestésica	51
f.	Inteligencia Interpersonal	52
g.	Inteligencia Intrapersonal	52
h.	Inteligencia Naturalista – Ecológico.....	53
D.	Independencia de las Inteligencias Múltiples	53
E.	Factores que desarrollan las inteligencias Múltiples	55
F.	Importancia de las Inteligencias Múltiples	56
2.2.3	Bases conceptuales o Definición de términos básicos.....	56
	CAPÍTULO III.....	58
	METODOLOGÍA	59
3.1	Ámbito de la Investigación	59
3.1.1	<i>Huánuco</i>	59
3.1.2	<i>Universidad Nacional Hermilio Valdizán – UNHEVAL</i>	60
3.2	Población.....	61
3.2.1	<i>Criterios de inclusión</i>	62
3.2.2	<i>Criterios de exclusión</i>	62
3.3	Muestra	62
3.3.1	<i>Tipo de la muestra</i>	63
3.3.2	<i>Tamaño de la muestra</i>	63
3.3.2.1	<i>Estratificación de muestra</i>	63
3.4	Nivel y tipo de estudio.....	64
3.4.1	Nivel.....	64

3.4.2	Tipo.....	64
3.5	Diseño de investigación.....	65
3.6	Métodos, Técnicas e instrumentos.....	65
3.6.1	Método	65
3.6.2	Técnicas.....	66
3.6.3	Instrumentos de estudio.....	66
3.6.3.1	Inventario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)	66
3.6.3.2	Escala MINDS de Inteligencias Múltiples.....	69
3.7	Procedimiento.....	71
3.8	Plan de tabulación y análisis de datos estadísticos.....	71
3.9	Consideraciones éticas	72
	CAPITULO IV	73
	RESULTADOS	73
4.1	Presentación, Análisis e Interpretación de resultados.....	73
4.2	Verificación de hipótesis.....	81
	CAPITULO V.....	97
	DISCUSION	97
	CONCLUSIONES.....	103
	RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS.....	105
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	107
	ANEXOS.....	116
	Consentimiento Informado	117
	Instrumentos de recolección de datos.....	118
	Instrucciones.....	118

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	24
<i>Variables de investigación, dimensiones e indicadores</i>	24
Tabla 2.....	61
<i>Estudiantes por año de estudios. Huánuco, 2019.</i>	61
Tabla 3.....	64
<i>Muestra de estudiantes por año de estudios. Huánuco, 2019.</i>	64
Tabla 4.....	66
<i>Métodos, técnicas e instrumentos de investigación</i>	66
Tabla 5.....	70
<i>Resultados de la correlación para el test de la validez.</i>	70
Tabla 6.....	73
<i>Modo de Afrontamiento al Estrés Predominante en la Muestra de Estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Nacional. Huánuco, 2019.</i>	73
Tabla 7.....	77
<i>Inteligencias múltiples en la Muestra de Estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Nacional. Huánuco, 2019.</i>	77
Tabla 8.....	81
<i>Prueba de Normalidad Kolmogorov - Smirnov de los componentes de las variables Modos de Afrontamiento al estrés y las Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.</i>	81
Tabla 9.....	83
<i>Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.</i>	83
Tabla 10.....	85
<i>Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemático en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.</i>	85
Tabla 11.....	86
<i>Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.</i>	86
Tabla 12.....	88
<i>Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.</i>	88
Tabla 13.....	89

<i>Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal – Kinestésico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.</i>	89
.....	
Tabla 14	91
<i>Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.</i>	91
.....	
Tabla 15	93
<i>Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.</i>	93
.....	
Tabla 16	95
<i>Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Naturalista Ecológico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.</i>	95
.....	
Tabla 17 Matriz de Consistencia	1

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	74
<i>Modo de Afrontamiento al Estrés Predominante en la Muestra de Estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Nacional. Huánuco 2019</i>	
	74
Figura 2	79
<i>Inteligencias múltiples Predominante en la Muestra de Estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Nacional. Huánuco, 2019.</i>	
	79

INTRODUCCION

En la actualidad hablar y conocer de temas como los Modos de Afrontamiento al Estrés e Inteligencias Múltiples es de vital importancia no solo para los estudiantes

universitarios sino para toda la población en general. Ya que como seres humanos estamos en constante interacción a situaciones estresantes en los diferentes escenarios sociales como la escuela, universidad, trabajo, familia, etc.

Además, en el Perú, los estudiantes universitarios se esfuerzan por adquirir nuevos conocimientos sin embargo muchas de las universidades no cuentan con métodos y técnicas para potenciar las diversas Inteligencias Múltiples, siendo estas importantes para su adecuada formación académica, ya que diversos tipos de inteligencias han sido descuidadas,

Es por ello que el estilo de afrontamiento juega un papel importante para intentar manejar la situación, tanto así que las personas utilizan un esfuerzo mental y conductual al momento en que se encuentran frente al estrés, de este modo se puede manejar los requerimientos internos y externos que al momento de ser evaluadas no resultan estresantes para el ser humano. (Lazarus y Folkman, 1986).

Esta investigación examina la relación entre los estilos de afrontamiento del estrés y las inteligencias múltiples en estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de Huánuco, con el fin de conocer los factores protectores en cuanto al estrés y así mismo identificar los niveles y características según los tipos de Inteligencias Múltiples planteadas por Howard Gardner, lo cual nos permitirá proponer más adelante, programas o planes de acción para mejorar la calidad de vida de los estudiantes del nivel superior.

A continuación, se presentan los capítulos que contiene el trabajo de investigación para un mejor entendimiento.

En el capítulo I en el Problema de Investigación incluimos la descripción y formulación del problema, importancia y objetivos de la investigación.

En el capítulo II se encuentra el Marco Teórico, el desarrollo de los antecedentes e hipótesis incluyendo las dimensiones y definiciones conceptuales y operacionales.

En el capítulo III se encuentra Metodología de la Investigación señalando tipo y nivel de investigación, población y muestra y a su vez el procesamiento y análisis de la información.

En el capítulo IV se encuentra Resultados de la Investigación, procesamiento de datos, la contrastación y prueba de hipótesis tanto general como hipótesis específicas.

En el capítulo V se encuentra Discusión de Resultados, conclusiones y recomendaciones del presente trabajo de investigación

Finalmente, la bibliografía y anexos donde se muestra las evidencias del trabajo de investigación realizada.

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Fundamentación del problema de investigación

En los últimos años se han presentado en nuestro país una serie de problemas económicos, sociales y culturales, afectando negativamente el comportamiento humano y afectando la salud mental de las personas. Uno de los mayores problemas que más afectan al bienestar psicológico es el estrés que surge a partir de la relación entre la persona y su contexto, en el que está inserto. El estrés puede considerarse

como un estado producido por una serie de demandas inusuales o excesivas que amenazan el bienestar o la integridad de la persona (Cassaretto et al., 2003); la superación del estrés dependerá de modos o estrategias de afrontamiento como también de las condiciones personales con las que cuentan las personas.

Estas estrategias de afrontamiento (González & Hernández, 2009) son las acciones que emplean las personas para hacer frente a la situación estresante. Según cómo perciba el sujeto una situación, elegirá una u otra estrategia de afrontamiento, lo que facilitará o desfavorecerá la adaptación individual a las etapas posteriores.

Entonces cuando nos referimos al afrontamiento podemos inferir que son todos esos esfuerzos cognitivos y conductuales que se pueden desarrollar de forma constante para manejar las demandas tanto internas y externas al momento de enfrentarnos a una situación estresante. (Lazarus y Folkman, 1986)

De las explicaciones anteriores, podemos sintetizar que el manejo del afrontamiento proviene de esfuerzos cognitivos y conductuales volubles y desarrollados en respuesta a necesidades específicas dentro y fuera del entorno del individuo y de los recursos que pueda tener.

En el modelo de inteligencias múltiples de Gardner, la inteligencia se considera un conjunto de habilidades específicas con diferentes generalidades. Así, la inteligencia ya no es vista como una sola cosa, sino como una serie de elementos independientes y bien diferenciados (Gardner, 1987). Es decir, Gardner define la inteligencia como una habilidad, y como tal, se convierte en una habilidad que se puede desarrollar.

En la actualidad en diversas partes del mundo se enseñan como refieren Castaño y Tocoche (2018) aquellos conocimientos, métodos y técnicas que puedan ser utilizados para resolver problemas o conservar la estructura social. De esta forma, la educación se sujeta al contexto social, y la inteligencia, aunque propia del individuo, se cultiva en sociedad. Por esta razón, es importante investigar las peculiaridades de las diferentes inteligencias que poseen los estudiantes universitarios en un contexto dado, ya que estas son la base para la adquisición de nuevos conocimientos.

En el pasado en el proceso de nuestra educación primaria y secundaria, el sistema educativo ponía más énfasis en proporcionar más horas de estudio en asignaturas como matemática y comunicación integral, en la actualidad en los colegios y universidades existen diferentes áreas en las cuales se puede estimular estas inteligencias múltiples. Sin embargo, aún existen colegios y universidades en la cual sigue como más importante estimular cierto tipo de inteligencias, es por ello que (Matheus, 2011, citado en Quispe, 2019) refiere que durante un largo tiempo educadores y padres de familia asociaban la inteligencia a aprender más rápido y mejor, materias como matemática y lenguaje, esta idea errónea se deriva de los test de coeficiencia intelectual que solo estaban diseñadas para recoger información de habilidades lingüísticas y numéricas obviando a aquellos que destacaban en otras áreas.

Teniendo en consideración que la población más vulnerable al estrés son los estudiantes universitarios quienes enfrentan una serie de retos y presiones personales, amicales, familiares y sobre todo académicas, (Picoy, 2014) en su

investigación “ Inteligencia emocional y Estrés académico en los estudiantes de la Facultad De Psicología de la Universidad Hermilio Valdizán 2014”, concluyó en cuanto a la variable de estrés académico, que los alumnos de 1° a 5° de la facultad de psicología presentan un nivel promedio alto de estrés académico.

En tal sentido en esta investigación se propuso determinar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y las Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán, considerando que ambas variables son importantes para su vida profesional y personal, dentro de una sociedad que demanda futuros ciudadanos que puedan desenvolverse de la mejor manera dentro de una determinada área y puedan solucionar los problemas que se le presenta, personas que puedan aportar de manera positiva para la mejora de nuestra sociedad. Teniendo esto en cuenta, se formularon las siguientes preguntas de investigación.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema General:

¿Existe relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?

1.2.2 Problemas Específicos:

A) ¿Cuál es el Modo de afrontamiento al estrés predominante en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?

- B) ¿Cuál es la Inteligencia Múltiple predominante en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?
- C) ¿Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal - ¿Lingüística en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?
- D) ¿Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - ¿Matemática en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?
- E) ¿Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?
- F) ¿Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?
- G) ¿Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal - kinestésica en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?
- H) ¿Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?
- I) ¿Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?

- J) ¿Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Naturalista - ¿Ecológica en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019?

1.3 Formulación del Objetivo

1.3.1 Objetivo General:

Determinar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

1.3.2 Objetivos Específicos:

- A) Identificar el Modo de afrontamiento al estrés predominante en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.
- B) Identificar la Inteligencia Múltiple predominante en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.
- C) Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.
- D) Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemática en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.
- E) Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

- F) Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.
- G) Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal - Kinestésica en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.
- H) Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.
- I) Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.
- J) Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Naturalista - Ecológica en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

1.4 Justificación e Importancia

La presente investigación aporta conocimientos científicos a la ciencia psicológica, pues permitirá la sistematización de los conocimientos existentes y nos va permitir conocer una posible relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y las Inteligencias Múltiples, en los alumnos de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

A nivel metodológico, utilizaremos herramientas probadas y confiables que ayudarán a determinar mejor la relación entre dos variables.

En un nivel práctico, este estudio es fundamental porque el conocer los Modos de afrontamiento al estrés y las Inteligencias múltiples que poseen los estudiantes contribuirá al diseño de programas preventivos tanto de nivel primario como secundario ya que existen estímulos ambientales estresantes que ocasionan un impacto negativo en su desenvolvimiento académico. Permitirá también desarrollar herramientas que contribuyan al proceso de enseñanza y aprendizaje de las inteligencias múltiples contribuyendo así a su mejor desempeño académico y en un futuro un éxito profesional y laboral. Empoderarlos en las carreras que seguirán y, si es necesario, evaluar qué se puede hacer para desarrollar mejor ambas variables. Además de dar posibles soluciones o abordaje adecuado a otros problemas que se ve afrontando el Perú como la deserción académica y diversos problemas psicológicos.

Es por todo ello que esta investigación permitió acopiar información que servirá como base para otras investigaciones sobre ambas variables en otro tipo de población tanto a nivel regional, nacional e internacional, de esta manera se podrá enriquecer el concepto de Modos de afrontamiento al estrés e Inteligencias múltiples y su relación, ya que son de suma importancia para un buen crecimiento y bienestar a nivel personal y social de los futuros/as psicólogos/as.

1.5 Limitaciones

- La bibliografía sobre métodos de afrontamiento del estrés es limitada, por lo que es necesario completar el marco conceptual con la ayuda de los aspectos teóricos y antecedentes especificados en el manual.
- Los estudiantes tienen un tiempo limitado. Por ello, las evaluaciones se dan en días que no hay sobrecargas ni exámenes.

- Inasistencia de algunos alumnos. Se volvió aplicar a esos estudiantes otra fecha para así completar las evaluaciones.
- Limitada existencia de trabajos bibliográficos en relación a las variables y trabajos de investigación a nivel local.
- La falta de difusión de estudios sobre las variables en el contexto local.

1.6 Formulación de Hipótesis.

1.6.1 Hipótesis General:

Hi: Existe relación directa y significativa entre los Modos de Afrontamiento al estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Ho: No existe relación directa y significativa entre los Modos de Afrontamiento al estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

1.6.2 Hipótesis Específicas:

Para los objetivos A y B no se formulan hipótesis porque son objetivos descriptivos.

Hi 1: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal - Lingüística en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Ho 1: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal - Lingüística en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Hi 2: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemático en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Ho 2: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemático en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Hi 3: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Ho 3: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Hi 4: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Ho 4: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Hi 5: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal - Kinestésica en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Ho 5: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal - Kinestésica en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Hi 6: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Ho 6: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Hi 7: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Ho 7: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Hi 8: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Naturalista - Ecológica en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Ho 8: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Naturalista - Ecológica en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

1.7 Variables

Tabla 1

Variables de investigación, dimensiones e indicadores

VARIABLE(S)	DIMENSIONES	INDICADORES Respuesta a los ítems	INSTRUMENTO
(V1) Modos de Afrontamiento del Estrés	1. Afrontamiento Directo 2. Planificación de Actividades 3. Supresión de Actividades Competitivas 4. Retracción de Afrontamiento	1-14-27-40 (1) 2-15-28-41 (1) 3-16-29-42 (1) 4-17-30-43 (1)	Cuestionario de Modos de Afrontamiento al estrés- COPE (Carver, et AL).
Cualitativa (x) Nominal (x)	5. Búsqueda de Soporte Social 6. Búsqueda de Soporte Emocional 7. Reinterpretación Positiva de la Experiencia 8. Aceptación 9. Retorno a la Religión 10. Análisis de la Emociones 11. Negociación 12. Conductas Inadecuadas	5-18-31-44 (1) 6-19-32-45 (1) 7-20-33-46 (1) 8-21-34-47 (1) 9-22-35-48 (1) 10-23-36-49 (1) 11-24-37-50 (1) 12-25-38-51 (1)	

(V2)	13. Distracción	13-26-39-52 (1)	Escala MINDS – Inteligencias Múltiples (Cesar Ruiz Alva).
Inteligencias	Inteligencia Verbal-Lingüística	1-9-17-25-33-41- 49-57-65 (2)	
Múltiples	Inteligencia Lógico –	2-10-18-26-34-42-	
Cualitativa (x)	Matemático	50-58-66 (2)	
Nominal (x)	Inteligencia Musical	3-11-19-27-35-43- 51-59-67 (2)	
	Inteligencia Espacial	4-12-20-28-36-44- 52-60-68 (2)	
	Inteligencia Corporal- Kinestésico	5-13-21-29-37-45- 53-61-69 (2)	
	Inteligencia Interpersonal	6-14-22-30-58-46- 54-62-70 (2)	
	Inteligencia Intrapersonal	7-15-23-31-39-47- 55-63-71 (2)	
	Inteligencia Naturalista- Ecológico	8-16-24-32-40-48- 56-64-72 (2)	

Fuente: Cuestionario de Modos de Afrontamiento al estrés- COPE, Carver, et al. (1989) y la Escala MINDS – Inteligencias Múltiples, Ruíz (2014).

Elaboración: Propia

(1) Respuesta a los ítems del cuestionario Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)

(Carver, et al)

(2) Respuesta a los ítems de la Escala MINDS – Inteligencias Múltiples (Cesar Ruiz

Alva).

1.8 Definición teórica y operacionalización de variables

1.8.1 *Modos de Afrontamiento al estrés*

Según Lazarus (1993) la forma de afrontar el estrés es gestionarlo y tolerarlo a través de diferentes respuestas conductuales, cognitivas y emocionales para reducir el estrés y restablecer el equilibrio.

1.8.2 Inteligencias Múltiples

Gardner (1983) describe la teoría de las inteligencias múltiples como la capacidad de resolver problemas o producir productos que son importantes en un contexto cultural o una comunidad en particular.

1.8.3 Definición operacional de variables

V1: Modos de Afrontamiento al estrés

- Puntajes obtenidos por los evaluados en el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al estrés- COPE (Carver, et al., 1989).

V2: Inteligencias Múltiples

- Puntajes obtenidos por los evaluados en la escala MINDS – Inteligencias Múltiples (Ruíz, 2004).

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1 Antecedentes

A continuación, presentamos los antecedentes que se recopilaron en los repositorios de distintas universidades, paginas científicas, bibliotecas de las universidades, etc. los cuales contribuyen al desarrollo de esta investigación.

2.1.1 Internacionales

Iriarte, et al (2021), investigaron la inteligencia espiritual como estrategia para afrontar de manera constructiva el estrés laboral docente. En la cual tuvo como objetivo

examinar la incidencia de un programa de intervención basado en el desarrollo de la inteligencia espiritual en un grupo control de 115 docentes que padecían de estrés de las instituciones educativas oficiales de Sincelejo (Sucre, Colombia). Se realizó un análisis en el año 2018 a 2019 de tipo descriptivo e inferencial y se realizaron las comparaciones de las variaciones de cada institución en relación con las percepciones de estrés de los docentes antes y después de la intervención, se concluyó que los niveles de estrés de los docentes cambiaron significativamente, pasando de factores de alto riesgo a factores de bajo riesgo., ello quiere decir que se corroboró que el desarrollo de la inteligencia espiritual responde a las necesidades básicas del ser humano: vivir una vida con sentido, busca la reconciliación con uno mismo así también como con los demás y el universo, buscando la libertad y la vida plena todo ello reflejado en los resultados obtenidos ante el nivel bajo de los docentes.

Llanos (2019) en su tesis de investigación presentó la intervención en musicoterapia centrada en el canto sobre los niveles de estrés y sobre las estrategias de afrontamiento en nueve trabajadores de una entidad distrital de la ciudad de Bogotá. Utilizó un diseño cuantitativo con una aplicación previa y posterior a la prueba del cuestionario para la evaluación del estrés de la Escala de Estrategias de Coping modificada (EEC-M), para la evaluación del estrés al inicio y al final de la sesión de musicoterapia. Para analizar los resultados se utilizaron pruebas no paramétricas, y los resultados mostraron que los niveles de estrés de los participantes no disminuyeron significativamente durante el proceso. En el nivel de afrontamiento, las estrategias de expresión de dificultades de afrontamiento aumentaron significativamente después de la musicoterapia y, de manera similar, la musicoterapia se correlacionó positivamente

con las estrategias de reevaluación positivas y se correlacionó negativamente con las estrategias de respuesta positiva.

Pozzi (2018) investigó las estrategias de Afrontamiento al Estrés y los Niveles de Autoestima en mujeres adultas en edad reproductiva con problemas de fertilidad de la organización “Súmate a dar vida”, de la provincia de Buenos Aires. 62 mujeres entre 26 y 45 años se inscribieron en el grupo de Facebook de la organización, que se enfoca en personas con problemas de fertilidad. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Moos (1988) para adultos, adaptado para Argentina (Mikulic & Crespi, 2008) y la escala de Autoestima de Rosenberg (1965), validada en población general y clínica de la Ciudad de Buenos Aires (Góngora & Casullo, 2009). Las investigaciones muestran que para este grupo de mujeres, con alta autoestima, las estrategias de afrontamiento más utilizadas son la búsqueda de orientación y apoyo y la resolución de problemas, que se enmarcan en la categoría de enfoque conductual.

Pérez (2016), realizó una tesis, el cual tuvo como objetivo contribuir con el fortalecimiento del proceso de enseñanza-aprendizaje para mejorar el desempeño docente al definir las múltiples inteligencias más desarrolladas por estudiantes de tercero básico con bajo rendimiento en matemática en un colegio privado ubicado en el Municipio de San José Pinula en el Departamento de Guatemala. El problema estudiado fue que los estudiantes con bajo rendimiento en matemáticas no desarrollaban todas sus inteligencias múltiples de forma equilibrada. El estudio fue cuantitativo, no experimental, y el método utilizado fue inductivo. Para recabar información se entrevistó y observó a 32 estudiantes de tercer grado, utilizando el Test de Inteligencias Múltiples Gabriel Ugas y las notas acumuladas por su promoción son inferiores al 70% de las calificaciones obtenidas en la tercera unidad. Uno de los resultados

más importantes obtenidos es que los estudiantes no desarrollan las inteligencias múltiples de forma equilibrada, presentan su inteligencia musical de forma más dominante. Se concluyó que la mayoría de los estudiantes con bajo rendimiento en matemáticas no desarrollaron la Inteligencia Lógica Matemática porque los docentes no emplearon estrategias para desarrollar la Inteligencia Lógica Matemática. Antes de la tercera unidad, esto era menos del 70% de los resultados obtenidos.

García (2005), presenta su investigación las concepciones de Inteligencia e Inteligencias Múltiples en alumnos y docentes de una Secundaria Pública en Toluca, México. Donde busca establecer lineamientos para la intervención pedagógica en este nivel educativo. Esta investigación tiene una orientación exploratoria y psicopedagógica, que identifica la existencia de la idea de inteligencias múltiples en el currículo formal y el proceso de enseñanza. Se analizan los programas y cursos de estudio y las prácticas docentes para evaluar su impacto en el desarrollo intelectual de los estudiantes. Se proponen lineamientos de intervenciones instruccionales que faciliten el desarrollo de los perfiles anteriores. Y se encontró que el concepto de inteligencia de los estudiantes y docentes distaba mucho del concepto propuesto en la teoría de las inteligencias múltiples. Los currículos formales abordan implícita y esporádicamente el desarrollo de los perfiles intelectuales de los adolescentes y dejan esta discrecionalidad evolutiva a los docentes, quienes no la manejan bien. Por esta razón, es importante repensar la noción de inteligencia dominada por docentes y alumnos, ya que de ella dependen en gran medida los objetivos y las estrategias educativas que realmente emprenden. Es necesario reposicionar el currículo formal y la formación docente para promover la plena estimulación del potencial intelectual de los estudiantes. Los modelos educativos deben centrarse en aprender, no en enseñar.

Recomendaciones para la Incorporación de la Teoría de las Inteligencias Múltiples en la Educación Media para el Logro de los Objetivos de las Inteligencias Múltiples Secundarias: Estudio de Caso de una Institución Pública en el Estado de México.

2.1.2 Nacionales

Maquera (2019) en el año 2016 investigó la relación entre las inteligencias múltiples y el rendimiento académico en estudiantes de una institución educativa de tiempo completo del distrito de Chucuito-Puno de Emilio Romero Padilla. La muestra lo conformaron 115 estudiantes. Su investigación es de enfoque cuantitativo y el tipo descriptivo- correlacional, siendo una investigación no experimental y de corte transversal. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Minds y el acta de evaluación regular. Los resultados muestran que existe una relación directa y significativa entre las inteligencias múltiples y el rendimiento académico, siendo el coeficiente de Spearman igual a 0.623, lo cual es una relación directa positiva y media.

Lunahuana (2018) determinó la relación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de Afrontamiento al estrés en una población peruana de estudiantes universitarios. El diseño de la investigación fue no experimental de tipo transaccional correlacional, la muestra lo conformaron 160 estudiantes de ambos sexos de una universidad Privada de Lima de edades entre los 20 y 30 años a los cuales se les aplicó la escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law – WLEIS y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento – CSQ. El análisis de los datos se basó en pruebas descriptivas e inferenciales, los resultados mostraron que la Inteligencia Emocional se correlacionó significativamente de manera positiva con los estilos de afrontamiento

racional, y la Inteligencia Emocional se correlacionó significativamente de manera negativa con los Estilos de Afrontamiento emocional.

Falcón (2017) determinó la relación existente entre los Estilos de Afrontamiento al Estrés y los Rasgos de Personalidad en padres de niños con Trastorno del Espectro Autista. La muestra estuvo conformada por 49 madres y 9 padres (N=58) niños diagnosticados con TEA, con edades comprendidas entre los 3 años y los 10 años y 11 meses, pertenecientes a 9 instituciones educativas y una de Asociaciones Relacionadas con el Autismo de Lima Metropolitana. El estudio utilizó la Escala de Estimación de Afrontamiento (COPE), el Inventario de Cinco Factores (NEO-FFI) y registros sociodemográficos. Para el análisis estadístico se utilizó el coeficiente de correlación canónica y el coeficiente de correlación ETA. Se encontró una alta correlación entre los estilos de afrontamiento del estrés y los rasgos de personalidad. Además, el afrontamiento centrado en el problema estuvo altamente correlacionado con todos los rasgos de personalidad excepto la simpatía, que recibió correlaciones moderadas, mientras que el afrontamiento centrado en la emoción se asoció moderadamente con la extraversión y la simpatía. Correlación, altamente correlacionada con otros rasgos. Se concluyó que existe una correlación muy alta entre los estilos de afrontamiento evitativo y el neuroticismo, una correlación moderada con la extraversión y una correlación alta con otros rasgos.

Matalinares et al. (2017) investigaron la relación entre los Modos de afrontamiento del estrés y el Bienestar psicológico. La muestra estuvo conformada por 934 estudiantes universitarios de Lima y Huancayo, con edades entre 16 y 25 años, a quienes se les aplicó la Escala de Patrones de Afrontamiento al Estrés (COPE)

elaborada por Carver, Scheir y Weintraub (1989), adecuada para el Perú, y la Escala de Salud Mental. Escala (SPWB) propuesta por Ryff (1989) para la situación peruana. Los resultados mostraron que existía una relación directa y significativa entre los estilos de afrontamiento del estrés centrado en el problema y el bienestar emocional y psicológico, mientras que otros estilos de afrontamiento tenían relaciones significativas pero indirectas.

Cossio (2017) desarrolló un estudio el cual tuvo como objetivo comparar los Factores de Inteligencias Múltiples (Verbal-Lingüística, Lógica-Matemática, Musical, Espacial, Corporal-kinestésica, Interpersonal, Intrapersonal y Ecológica-naturalista) en las estudiantes de educación inicial de dos tipos diferentes de instituciones superiores públicas, Universidad Nacional Mayor de San Marcos e Instituto Superior Pedagógico Público de Educación Inicial. La muestra estuvo conformada en un 100% por estudiantes de sexo femenino de los dos últimos años (cuarto y quinto) de estudios de pregrado de dos instituciones públicas, a quienes se les aplicó el test “Escala MINDS – Inteligencias Múltiples”. Los resultados de esta prueba se analizaron con el Paquete de Análisis Estadístico para la Investigación en SPSS para Ciencias Sociales (versión 18.0) utilizando la prueba T de Student. Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas en los factores de inteligencia lógica, personal y natural a favor de los colegios de educación superior pública de educación primaria. Asimismo, el factor de inteligencia múltiple más desarrollado en ambas muestras fue la inteligencia interpersonal, seguido de la inteligencia introspectiva. Sin embargo, es evidente la presencia de factores de inteligencia logístico-matemática de bajo nivel en la muestra de evaluación.

2.1.3 Regionales

Romero y Pozo (2018) realizaron una investigación para conocer los Factores de Personalidad y los Modos de Afrontamiento al Estrés de los alumnos de la facultad de Psicología y determinar la relación que existe entre dichas variables. Aplicaron la Big Five Personality Scale y la Stress Coping Scale a una muestra de 164 estudiantes de psicología y llegaron a las siguientes conclusiones: 1. Los estudiantes tenían factores de personalidad puros y factores de personalidad mixtos, con dos, tres o incluso cuatro factores, un total se identificaron 211 factores de personalidad. 2. Los factores de estabilidad emocional, amabilidad y apertura mental tuvieron una alta proporción, y los factores de energía y tenacidad una baja proporción. 3. Los estilos de afrontamiento varían de puros a mixtos, siendo el más destacado un modelo centrado en la emoción con estrategias de reinterpretación activa, búsqueda de apoyo social por motivos emocionales, aceptación, cambio a medio plazo hacia la religión, enfoque y liberación emocional; estilos de afrontamiento, incluyendo razones instrumentales para buscar apoyo social, estrategias para el afrontamiento activo, actividades de planificación e inhibición y, en menor medida, otras modalidades para hacer frente a la desvinculación mental de alto riesgo y estrategias para focalizar y liberar emociones. relaciones positivas y significativas con otros estilos de afrontamiento, entre la estabilidad emocional y el afrontamiento centrado en el problema, centrado en la emoción, entre el afrontamiento descarnado y centrado en el problema, y entre la respuesta de mente abierta, pero la correlación es débil.

Minaya (2018) realizó una investigación donde exploró las Inteligencias Múltiples en sus diversos tipos y niveles en el que se presentan en cada una de las ocho

Inteligencias Múltiples que plantea Howard Gardner, en los 100 estudiantes de ambos sexos de quinto de secundaria de la Institución Educativa “Julio Armando Ruíz Vázquez” Amarilis – Huánuco. La investigación es de enfoque cuantitativo, deductivo, con un diseño descriptivo simple, tipo básica y nivel descriptivo. Para la recolección de datos se usó el instrumento Escala de Minds de Inteligencias múltiples. Los resultados arrojaron que los niveles de inteligencias Múltiples en los alumnos son significativamente diferentes. Sin embargo, se destacaron con un nivel alto con un 37% la inteligencia verbal – lingüística y naturalista -Ecológico y en un nivel medio con un 63% en la Inteligencia Lógico – Matemático, Rítmica - Musical, Espacial; Corporal – Kinestésica; Interpersonal e Intrapersonal.

Calixto y Salvador (2017) investigaron la Ansiedad frente a los Exámenes y los Modos de Afrontamiento al Estrés; en la cual utilizaron los siguientes instrumentos de evaluación: El Cuestionario De Ansiedad Ante Exámenes, para la primera y segunda variables, utiliza el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés. La población y muestra para este estudio fueron estudiantes de 1 año a 5 año del Departamento de Psicología y 1 año a 5 año de la Facultad de Ciencias Contables y Financieras de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco. No se encontraron diferencias entre las dos facultades, por lo que en la Facultad de Psicología y la Facultad de Ciencias Contables y Financieras el factor dominante en la variable "Ansiedad ante los exámenes" fue "Factores Situacionales". En cuanto a la variable "modo de afrontamiento del estrés", concluyeron que el "modo de afrontamiento directo" fue dominante en ambos departamentos. De los 463 estudiantes evaluados en la variable 'ansiedad ante los exámenes', encontraron que en dos universitarios de 17 a 27 años o más, los resultados

obtenidos fueron que dominaban los 'factores situacionales'. De igual forma, dentro de la variable modos de afrontamiento del estrés, se evaluaron dos facultades con edades de 17 a 27 años o más, siendo dominante el “modo de afrontamiento directo”. En términos de género, se encontró que los "factores situacionales" dominaban entre las 316 mujeres evaluadas de las dos universidades, mientras que los mismos factores dominaban para los 147 hombres evaluados de las dos universidades. Asimismo, en cuanto a los patrones variables de afrontamiento del estrés masculino y femenino, el patrón dominante es el "afrontamiento directo" de ambas habilidades.

Ramos (2017) investigó las diferencias significativas de las Inteligencias Múltiples entre los estudiantes del 5° grado de primaria de la Institución educativa privada “Andrés Fernández Garrido” y de la Institución educativa pública “El Gran Maestro de Pitumama “del Distrito de Pillco Marca, Huánuco -2016. El diseño de investigación es descriptivo comparativo. La muestra estuvo conformada por un total de 98 estudiantes. El instrumento usado para la obtención de datos fue la escala del MINDS Inteligencias Múltiples, Ruiz (2004). En el estudio se concluye lo siguiente: no existe diferencias significativas de las Inteligencias Múltiples entre los estudiantes del 5° grado de primaria de la Institución educativa privada y pública del distrito de Pillco Marca.

2.2 Bases Teóricas.

2.2.1 *Modos de Afrontamiento al estrés*

A. Afrontamiento

García (2006) cita a Lázarus y Folkman, quienes formulan las respuestas como esfuerzos cognitivos y conductuales en constante cambio (comportamiento, proceso) (adaptativos, flexibles) para hacer frente a fuentes externas específicas que se perciben como excesos o excedentes de los recursos personales o demanda interna.

Camayoc (2015) a su vez mencionó que el afrontamiento se considera un proceso dinámico, que incluirá una serie de conocimientos y conductas, estos conocimientos y conductas se derivan de la evaluación del evento y sus emociones relacionadas, el afrontamiento no puede suprimir con éxito el estrés. La fuente, pero le permite superar las dificultades de varias maneras y esforzarse por adaptarse.

B. Tipos de afrontamiento

Carver et al. (1989) propuso tres estilos de afrontamiento: atención a las emociones, atención a los problemas y evitación:

a) Centrarse en el problema: esto sucede cuando la persona intenta cambiar una relación existente, ya sea abandonando o reduciendo el impacto de la amenaza.

b) Presta atención a las emociones: apunta a reducir o eliminar las reacciones emocionales desencadenadas por factores estresantes. Esto supone que la situación tiene una situación estresante inmutable, por lo que toda la atención se centra en reducir el malestar emocional que se generará.

c) Tipo de evitación: enfocarse en liberar emociones, es decir, liberar emociones públicamente; malentendidos en el comportamiento de cómo dejar de actuar para resolver problemas; y separación mental, es decir, intentar distraerse de pensar en el problema.

- **Afrontamiento: carácter estable o situacional**

Lévano (2003) cita a Carver et al., (1989) como respuesta a un proceso dinámico cambiante, enfatizaron la naturaleza situacional de las estrategias de afrontamiento. Están en línea con la posición inicial de Lázarus y Folkman (1986), quienes conceptualizaban el afrontamiento como un proceso en constante cambio en el que las personas enfrentan situaciones estresantes de manera compleja, combinando diferentes enfoques, en diferentes situaciones. Usan múltiples métodos, los aplican de diferentes maneras. Esto no significa que hayan renunciado a la posición de afrontamiento del rol.

- **Los Recursos de Afrontamiento**

Palomino y Ramos (2019) señalaron que los recursos de afrontamiento son elementos y / o capacidades internos o externos, y las personas deben enfrentar las necesidades de posibles eventos o situaciones estresantes. Según la clasificación se puede distinguir:

- a) Físico/Biológico, que incluye todos los elementos del medio físico disponibles para la persona (incluyendo su propio organismo biológico).

- b) Psicología/ psicológica-social, que va desde las habilidades intelectuales de una persona hasta su sentido de autoestima, grado de independencia o autonomía y sentido de control. También incluyen creencias que pueden usarse para mantener la esperanza, las habilidades para resolver problemas, la autoestima y la moral.
- c) Cultura, esto tiene que ver con las creencias de las personas y el proceso de atribución causal. Tales creencias, normas, valores y símbolos están dotados de la propia cultura del individuo.
- d) Social; incluye la red social de un individuo y el sistema de apoyo social del cual se puede obtener información, ayuda tangible y apoyo emocional. Son fundamentales para la capacidad de hacer frente al estrés, incluidos ingresos adecuados, vivienda adecuada, satisfacción laboral.

C. Estrés

El término estrés ha sido utilizado desde la antigüedad, durante el siglo XVI se refería a las experiencias negativas (adversidades, aflicciones, dificultades, etc.), más adelante en el XVII el biólogo R. Hooke, considera al estrés como una fuerza interna generada dentro de un cuerpo que se tiende a distorsionar por otra fuerza (Lévano, 2003).

Moscoso (1994) define al estrés como un estado sostenido en el tiempo, acompañado en menor o mayor medida de trastornos psicofisiológicos que se producen en una persona como consecuencia de la alteración de sus relaciones con el ambiente que impone al sujeto demandas o exigencias, las cuáles objetiva o

subjetivamente, resultan amenazantes para él y sobre las cuáles tiene o cree tener poco o ningún control.

El Estrés (Arias y González, 2009) provoca enfermedades físicas concretas, preocupación y angustia, que pueden desembocar en trastornos mentales; desordenes familiares y sociales, así como la pérdida de la dimensión espiritual, tan necesaria para salir a flote en las dificultades.

D. Fases del estrés

Muchos Autores lo definen en tres fases sucesivas para el estrés:

- Fase de alerta: constituye un claro aviso de la presencia de estresores. Las reacciones fisiológicas son las primeras que aparecen, para advertir el propio afectado que necesita ponerse en guardia. Una vez apercibido de la situación. Ejemplo: Exceso de trabajo, el sujeto puede manejarlo y resolverlo satisfactoriamente. Sólo cuando el estresor lo supera y se da cuenta de que su fuerza no es suficiente, se puede decir que el individuo es consciente del estrés existente y, por lo tanto, está en la fase de alerta. Los eventos que generan esta alerta pueden tener propiedades únicas y polimórficas (Rodríguez y Rivas, 2011).
- Fase de resistencia, cuando el estrés supera la fase de alerta, la persona entra en una fase llamada resistencia. Por ejemplo, un hombre de negocios que trata de hacer frente a un trabajo pendiente de la misma manera, su capacidad es limitada. Como resultado de esta situación, se deprimió y se angustió. Empieza a darse cuenta de que está perdiendo mucha energía y su rendimiento es menor

está entrando en un círculo vicioso, porque su deseo de hacer el trabajo le da ánimo para afrontarlo posible materialmente hace tanto, sobre todo cuando la situación va acompañada de ansiedad por posible fracaso (Rodríguez y Rivas, 2011).

- Fase de Agotamiento; Es la etapa terminal de estrés, se caracteriza por la fatiga (normalmente va acompañadas de nerviosismo, irritabilidad, tensión de ira) la ansiedad (el sujeto la vive frente a multitud de situaciones, no solo ante la causa estresante, sino también ante la experiencia que normalmente no le provocaría ansiedad) y la depresión que puede aparecer por separado o simultáneamente (Rodríguez y Rivas, 2011).

E. Causas del estrés

Existen muchas causas asociadas al estrés, siendo las principales: sobrecarga de trabajo (otros trabajos o horas extras), experiencias traumáticas, y quizás el efecto más fundamental del estrés en quienes viven de manera directa con experiencias traumáticas. Ya sean naturales (terremotos, huracanes, inundaciones) o provocados por el hombre (guerras, accidentes, desastres nucleares, intentos de asesinato, ataques, violaciones), pueden causar un estrés considerable durante y después de los eventos. El entorno físico y social, (incluido el ruido), todo lo que nos rodea es más o menos estresante, y un entorno al aire libre con aire limpio, agua limpia, hermosa vegetación, mínimo ruido y baja densidad de población supondría un gran paso adelante para relajarse. Desafortunadamente, el habitante promedio del planeta tierra se ve obligado a convivir con el hacinamiento, la contaminación ambiental (aire, agua, alimentos), la escasez de recursos y un nivel

sonoro a menudo insoportable. Problemas familiares, la familia es el centro de apoyo, tanto económicos como moral en tanto cuando este ambiente familiar se toma problemático e insoportable, ese apoyo desaparece, y lo que podría ser una ayuda para combatir el estrés puede elevar el estrés (Leka et al., 2004).

F. Consecuencias del estrés

El estrés puede reducir la capacidad del cuerpo para combatir infecciones, lo que puede provocar enfermedades. No todo el mundo afronta el estrés de la misma manera. El tipo de enfermedad que puede provocar el estrés también depende de tus genes, de tus experiencias previas y del sistema o zona de tu cuerpo que esté debilitado. A veces estos síntomas o conductas causan enfermedades relacionadas con el estrés (Cirera et al., 2012).

- Efectos físicos: dolor de cabeza, rechinar de dientes, dolor de hombros y espalda, fatiga crónica, disfunción sexual, problemas de estómago, dolor de pecho, sudoración, pulso irregular, frecuencia cardíaca acelerada, dolor inexplicable, resfriados o gripe frecuentes, problemas de la piel (granos o espinillas), problemas menstruales, infertilidad.
- Efectos emocionales: ansiedad, depresión, ira, impaciencia, baja autoestima, irritabilidad.
- Efectos sobre los procesos mentales: falta de atención, olvidos, dificultades de aprendizaje, dificultades del habla (pronunciación, tartamudeo).
- Efectos sobre el comportamiento: mala alimentación, pérdida de apetito, aumento del consumo de tabaco, alcohol y drogas, comportamiento de

conducción arriesgado, tendencia a los accidentes, mala comunicación y ira explosiva.

G. Teoría sobre el estrés

- Teoría basada en el Estímulo:

Según Holmes y Rahe (citados por Spielberger y Moscoso 1996), emplean un enfoque psicosocial del estrés o los acontecimientos de la vida. Estas teorías ubican el estrés fuera del individuo, presentando el estrés en términos de características relacionadas con los estímulos ambientales, explicando que estos pueden interferir o alterar el funcionamiento del organismo, son los correspondientes aspectos de tensión (efectos producidos por el estrés) del ser humano. Al contrario de quienes ven el estrés como una respuesta, el estrés es visto como una variable independiente. El modelo está tomado de la Ley de elasticidad de Hook, que se refiere a la deformación como la deformación o torsión de un organismo debido al estrés. En los humanos, el estrés resulta del estrés crónico más allá de cierto límite, lo que resulta en cambios físicos y psicológicos. Una limitación del modelo es su capacidad para definir teóricamente aquellas situaciones “estresantes”, ya que cada sujeto percibe los acontecimientos de manera diferente, y lo que es un problema para unos no lo es para otros.

H. Estrés y Estrategias de Afrontamiento

Los seres humanos estamos constantemente evaluando el significado de lo que sucede a nuestro alrededor. En este sentido, otorgamos un significado especial a las diferentes demandas que enfrentamos. Valorarlos como beneficiosos, irrelevantes o estresantes es una situación potencial que pone en riesgo nuestro

equilibrio y bienestar. El estrés implica entonces una interacción entre el individuo y su entorno, en la que una situación se percibe como amenazante y se evalúan los recursos propios para contrarrestarla. A lo largo del proceso, los factores personales, las creencias y compromisos, y las características de la situación determinarán si la evaluación de los hechos resulta estresante o no (Cirera et al., 2012).

2.2.2 Inteligencias Múltiples

A. Concepto de Inteligencias Múltiples

Para Gardner (1983, citado en Aravena, 2018) existen varias competencias intelectuales, relativamente autónomas y basado en estudios con personas talentosas, prodigios, con lesiones cerebrales, savants, personas normales y sujetos de diferentes cultura, llegando a la conclusión de que la inteligencia es un conjunto de habilidades para la solución, creación y generación de problemas, la cual permite la adquisición de nuevos conocimientos, es por ello que Gardner explica que la existencia de una amplia variedad de problemas dará lugar a una amplia variedad de inteligencias. Además, aparte de existir un componente genético de las inteligencias el entorno donde se desenvuelve la persona es fundamental ya que de ella dependerá su desarrollo.

Gardner (1999, citado en Suárez, et al., 2010) establece ciertos “requisitos” para que la inteligencia sea considerada como íntegra y no un simple talento, aptitud o habilidad. Estos criterios incluyen los siguientes factores:

Aislamiento potencial debido a daño cerebral. Según Gardner, las personas cuyos accidentes o enfermedades afectan áreas específicas del cerebro

tienen una inteligencia deteriorada, mientras que otras permanecen intactas. Por ejemplo, una persona con una lesión en el área de Broca (lóbulo frontal izquierdo) puede afectar la mayor parte de su inteligencia verbal y, como resultado, puede tener dificultades para hablar, leer y escribir. Sin embargo, la misma persona puede cantar, hacer matemáticas, bailar, pensar en los sentimientos y conectarse con los demás.

La existencia de idiotas eruditos, niños prodigios y otras luminarias. Gardner se refiere al hecho de que algunas personas tienen altos niveles de inteligencia. Algunos eruditos demuestran una habilidad superior en una inteligencia y un nivel bajo en otra.

Una historia de desarrollo única y un conjunto definible de manifestaciones de "estado final". Participar en una actividad de valor cultural estimula la inteligencia porque el desarrollo del individuo en dicha actividad sigue un ritmo evolutivo. La mejor manera de comprender el funcionamiento máximo de la inteligencia es estudiar el "estado final" de la inteligencia en la vida de individuos verdaderamente sobresalientes.

Una historia evolutiva. Las ocho inteligencias tienen antecedentes históricos en la evolución humana y, además, algunas inteligencias pasadas son más importantes que las inteligencias actuales.

Hallazgos psicométricos complementarios. Las medidas normativas de la capacidad humana constituyen la "evidencia" que utilizan la mayoría de las pruebas de inteligencia para determinar la validez de un modelo. Aunque el autor no es conocido por sus pruebas de tipo canónico, sugiere que se pueden usar muchas pruebas estandarizadas para respaldar la teoría de IM.

Tareas suplementarias de psicología empírica. Gardner recomienda que los estudios analicen las inteligencias que funcionan de forma independiente para demostrar los diferentes niveles de capacidad de las diferentes inteligencias en cada dominio cognitivo.

Una operación central identificable o un grupo de operaciones. Cada inteligencia tiene un conjunto central de operaciones que impulsan las diferentes actividades naturales de esa inteligencia. Por ejemplo, los componentes de la inteligencia musical pueden incluir la sensibilidad al tono o la capacidad de distinguir entre varias estructuras rítmicas.

Codifique la sensibilidad en la simbología. Cada inteligencia tiene su propio símbolo o sistema de símbolos.

B. Referencia del origen de las Inteligencias Múltiples

Aravena (2018) refiere que el primer modelo de inteligencias múltiples fue propuesto por Thorndike (1920), quien concebía la existencia de tres tipos de inteligencias: abstracta, mecánica y social. Posteriormente Thurstone (1938) elabora un modelo de la inteligencia con 7 aptitudes o habilidades fundamentales: comprensión verbal, habilidad numérica, rapidez perceptiva, memoria asociativa, razonamiento, fluidez verbal y habilidad espacial, pero el día de hoy el modelo de Howard Gardner (1983) es el que ha traído más atención sobre este tema ya que Ander- Egg (2013) refiere que para comprender el marco referencial y los fundamentos de la teoría de las IM, es necesario recordar que desde mediados del siglo XIX se han venido realizando estudios e investigaciones sobre la localización de las funciones cerebrales.

Un precedente importante es el estudio del cirujano francés Paul Broca, quien en 1861 descubrió el área del cerebro responsable de producir el lenguaje cuando trató a un paciente que podía entender el lenguaje, pero no podía hablar, cuando el paciente Dead Broca examinó su cerebro y encontró una lesión en su lóbulo frontal izquierdo. Con este y otros hallazgos, Broca concluyó que esta área del cerebro está involucrada en el lenguaje. Vale la pena mencionar al neurólogo alemán Carl Wernicke, quien en 1874 identificó el área asociada con la comprensión del lenguaje hablado o escrito. Gardner nos cuenta que Broca y Wernicke impulsaron a un grupo de neurocientíficos conocidos como "localizadores... que buscan descubrir las funciones que gobiernan varias partes del cerebro". Pero antes de Broca y Wernicke, el anatomista alemán Franz Josef Garr había considerado la posibilidad de que pudiera haber diferentes funciones en el cerebro. Todo esto fue posible en las últimas décadas del siglo XX gracias a los avances de las neurociencias, especialmente de la neurobiología, que crearon las condiciones necesarias para estudiar determinadas regiones del cerebro gracias al desarrollo de la teoría y la tecnología. Los espacios cognitivos pueden estar localizados. En cada uno de estos espacios se expresa una forma diferente de inteligencia (Aravena, 2018).

Ander- Egg (2013) menciona todas estas circunstancias, porque la teoría de las IM no parte de reflexiones o referencias filosóficas, tampoco de observaciones psicológicas, sino de investigaciones que se llevaron a cabo en el proyecto Harvard sobre la inteligencia. Por un lado, se apoyaron en estudios neurológicos para concluir que existen regiones cerebrales fundamentales donde residen diferentes tipos de inteligencia. Por otro lado, el estudio se basa en la

evidencia cultural. La investigación neuropsicológica que subyace al desarrollo de esta teoría está respaldada por varios estudios:

- Acerca del desarrollo de diferentes capacidades en niños normales, lo que se denominó el “estudio de las inteligencias tempranas”
- Investigaciones neurológicas sobre el deterioro de las capacidades cognitivas en personas que han sufrido lesiones cerebrales; estos estudios permanecieron establecer una relación sistemática entre la lesión cerebral y el deterioro de ciertas funciones.
- Estudio sobre personas especiales con perfiles cognitivos muy irregulares y difíciles de explicar en términos de una visión unitaria de la inteligencia: niños prodigio, sabios idiotas, niños autistas y niños con problemas de aprendizaje.

Por sí misma, la evidencia cultural está relacionada con el estudio de los símbolos utilizados por los humanos. Otra base cultural es el reconocimiento de que cada inteligencia tiene sus propios estándares o sistema de valores. En 1979, cuando Howard Gardner, una de las principales referencias de la teoría de las IM, era investigador en Harvard, la Fundación Bernard Van Leer de los Países Bajos le encargó que estudiara el potencial humano. En este contexto, su investigación en curso culminó en 1983 con su libro *The Frame of the Mind*, en el que formuló una nueva teoría de la inteligencia basada en los orígenes biológicos de cada capacidad de resolución de problemas. Este libro supone un cambio muy profundo en las ideas y percepciones de la inteligencia. Durante más de 20 años, Gardner ha ajustado y reformulado continuamente su teoría, agregando una octava a las siete propuestas originalmente.

C. Tipos de Inteligencias Múltiples

a. Inteligencia Lingüística

“Es la capacidad y habilidad para manejar el lenguaje materno (o quizás de otros idiomas) con el fin de comunicarse y expresar el propio pensamiento y darle un sentido al mundo mediante el lenguaje” (Ander-Egg, 2013, p. 97).

Moyano (2013) refiere que “hay determinados mecanismos lingüísticos que se localizan en regiones bastante específicas del cerebro: los procesos sintácticos en el área conocida como de Broca. Hay otros que están más dispersos en el hemisferio izquierdo del cerebro” (p.26)

Esta inteligencia se desarrolla desde nuestros primeros años de vida, desde que se empieza a descubrir el significado de cada palabra y se emiten expresiones para comunicar, etc. Las profesiones que encontramos en este tipo de inteligencia son: escritores, locutores u oradores, poetas, etc.

b. Inteligencia Lógico Matemático

Es la que se manifiesta mediante la facilidad para el cálculo, para distinguir la geometría en los espacios, en la satisfacción por crear y solucionar problemas lógicos... por lo general este tipo de inteligencia es menos frecuente en personas de letras, mientras muchas personas sencillas o incluso analfabetas perciben la geometría en las paredes” (Antunes, 2016).

Ander-Egg (2013) refiere que “estas operaciones secuenciales se ubican en el lóbulo parietal izquierdo, ciertos aspectos de los propios procesos mentales, referidos por algunos, matemáticos, en determinadas operaciones indican el rol del hemisferio derecho” (p.97).

Además según Gardner esta inteligencia se expresa a través de cuatro competencias y habilidades: como la habilidad para manejar una cadena de razonamientos en la forma de supuestas, proposiciones y conclusiones; capacidad para darse cuenta de que las relaciones entre los elementos de una cadena de razonamientos de este tipo determinan el valor de estas; poder de abstracción la cual consiste en lógica, operación de elaboración conceptual y en matemática un procesos que comienza con el concepto numérico y por último la actitud crítica, la cual se refiere que un hecho puede ser aceptado si se da una verificación empírica (Ander-Egg, 2013).

Las profesiones que encontramos en este tipo de inteligencia son: ingenieros, arquitectos, docentes de matemáticas, etc.

c. Inteligencia Musical

“Es la capacidad para reconocer, apreciar y producir ritmos, tonos, timbres y acordes de voces y/o instrumentos” (Ander-Egg, 2013, p.99). Así mismo Ander Egg (2013) refiere que Gardner estableció que este tipo de inteligencia se expresa a través de tres competencias básicas: tono, ritmo y tonalidad, lo cual nos va permitir comunicar, comprender y crear los significados de los sonidos.

Muchos confunden la inteligencia musical con el talento es por ello que Antunes (2016) refiere:

No debemos confundir la inteligencia musical con talento ya que su competencia se manifiesta desde muy pronto por la facilidad para identificar sonidos diferentes, distinguir los matices de su intensidad, captar su dirección.

En la música en particular, el intelecto percibe claramente el tono o la melodía, el ritmo o la frecuencia, así como las agrupaciones de sonidos y sus características inherentes, a menudo llamados timbres. Como ocurre con otras inteligencias, aunque más claros, los símbolos del alfabeto musical son fácilmente distinguibles (las notas representan la inteligencia musical, al igual que las palabras, la inteligencia lingüística, y las figuras geométricas y los números la inteligencia musical). La inteligencia lógico-matemática, los iconos cartográficos se utilizan en la tradición cartográfica para la inteligencia espacial, y los gestos agresivos o amistosos para la cinestésica corporal). y su actuación entre las posibilidades eruditas y progresistas y compositores populares. Un joven brasileño analfabeto musical no causa el mismo pánico que un analfabeto del idioma, ni una familia brasileña distingue la limitada gama de estímulos en el "arte de escuchar". Es común en Japón que los niños tengan la alfabetización musical como parte fundamental de su educación infantil, no solo para despertar una nueva dimensión de su interacción con el mundo, sino principalmente para que puedan expresar sus sentimientos y conocimientos, también desde el sonido. (p. 46)

d. Inteligencia Espacial

Se relaciona con la capacidad que tiene el individuo para distinguir formas iguales o distintas en objetos presentados bajo otros ángulos, identificar el mundo visual con precisión, efectuar transformaciones sobre sus propias percepciones, imaginar el movimiento o traslación entre las partes de una

configuración, orientarse en el espacio y ser capaz de volver a crear aspectos de la experiencia visual incluso lejos de los estímulos pertinentes (Antunes 2016).

Existen carreras profesionales en las que predomina este tipo de inteligencia. Ander-Egg (2013) refiere:

Los profesionales que cultivan ciencias como la anatomía o la topología necesitan la inteligencia espacial, además de que los maestros de ajedrez tienen bien desarrollada la inteligencia espacial, otros profesionales que se encuentran aquí son los pintores, arquitectos, publicistas, escultores, etc. (p.101)

e. Inteligencia Corporal-Kinestésica

(Gardner, 1983 citado en Moyano, 2013) refiere que es la capacidad para utilizar el cuerpo de manera diferenciada y hábil, con fines expresivos, al igual que orientados a metas. También se puede considerar como la capacidad de resolver problemas, usar el cuerpo (o partes del cuerpo) para crear productos y manipular objetos con delicadeza, lo que incluye la motricidad fina y los movimientos gruesos de la mano y el cuerpo. Estas habilidades cinestésicas corporales pueden se encuentran en una variedad de Se encuentran en ocupaciones tales como bailarines y nadadores, artesanos, jugadores de fútbol e instrumentistas, que manipulan objetos con destreza, así como actores e inventores, cuyo uso del cuerpo es central. También están muy desarrollados: cirujanos, artesanos y deportistas.

Los profesionales típicos que encontramos son: bailarines, mimos, deportistas, etc.

f. Inteligencia Interpersonal

“Es la habilidad para notar y establecer diferencias entre otros individuos y especialmente entre sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones” (Gardner, 1983, citado en Moyano, 2013, p.50). “Se expresa también en la capacidad para comunicarse con la gente y manejar los conflictos, gracias a una adecuada evaluación del manejo de emociones propias y ajenas... Además, se expresa en la capacidad empática que permite comprender el estado de ánimo de los demás y considerar al otro en su realidad del otro... Los estudios sobre el cerebro han identificado los circuitos cerebrales responsables de esta capacidad; el lóbulo frontal y otras estructuras que juegan un papel principal en esta competencia” (Ander Egg, 2013, p. 102).

Las profesiones que tienen este tipo de inteligencia son los Psicólogos, trabajadores sociales, tutores, personas que se ven involucrados en relaciones interpersonales.

g. Inteligencia Intrapersonal

“Se refiere a poseer conocimientos sobre uno mismo; ayuda a que los individuos observen sus estados y procesos neurocognitivos, tanto a nivel intelectual como afectivo, y que puedan comprender su comportamiento” (Ander-Egg, 2013, p.102).

Esta forma de inteligencia se encuentra desarrollada en novelistas, ya que puede redactar introspectivamente sobre sus sentimientos, en pacientes o en terapeutas quienes reciben conocimiento profundo de su vida sentimental, en ancianos sabios quienes utilizan su propia riqueza de experiencias para

aconsejar a los miembros de la comunidad (Gardner, 1983 citado en Moyano, 2013).

Ander-Egg (2013) refiere que este tipo de inteligencia la poseen líderes religiosos, algunos artistas, oradores con capacidad de movilizarse por su carisma, filósofos y personas que desempeñan un papel espiritual en la comunidad o sociedad en la que viven. (p.103).

h. Inteligencia Naturalista – Ecológico

“Hace referencia a aptitudes para distinguir y clasificar elementos del medio ambiente, plantas y animales. Incluye la observación, selección, habilidad para clasificar, interés por coleccionar cosas naturales, formulación de hipótesis para problemas naturales, etc. (Maureira, 2018, p. 54).

En su tesis Ramos (2017) refiere que “esta inteligencia fue añadida posteriormente al estudio original sobre las Inteligencias Múltiples de Gardner, concretamente en el año 1995” (p.40).

Este tipo de inteligencia lo poseen profesionales como: biólogos, botánicos, zoológicos, médicos, etc.

D. Independencia de las Inteligencias Múltiples

Vásquez (2005) refiere que las Inteligencias Múltiples (IM) de Howard Gardner (1983), presenta ocho tipos de inteligencias específicas, las cuales trabajan con competencia autónoma e independiente, pero con funcionamiento simultáneo; es decir, que se combinan de manera adaptativa para el individuo y la cultura, pero sin afectarse entre sí.

“Los estudios psicológicos sirven como herramienta para observar las inteligencias funcionando en forma independiente” (Gardner, 1983, 1993 citado en Suazo, 2006, p.28). Así mismo Vásquez (2005) refiere:

El estudio de personas que dominan una habilidad en particular (por ejemplo, la lectura) no puede transferir esa habilidad a otro campo, por ejemplo, las matemáticas, por lo que las habilidades relacionadas con la inteligencia lingüística/lingüística no se pueden transferir a las habilidades relacionadas con la inteligencia lógica/matemática. de las habilidades cognitivas (como la memoria, la percepción o la atención), es posible verificar que los individuos tienen habilidades selectivas, por ejemplo, algunos individuos pueden tener una fuerte memoria para las palabras, pero no para las caras. Otros pueden tener un agudo sentido del sonido de la música, pero no del sonido del lenguaje. Por lo tanto, cada una de estas capacidades cognitivas corresponde a una inteligencia específica. Es decir, las personas pueden exhibir diferentes niveles de habilidad en cada una de las ocho inteligencias en cada dominio cognitivo. (p. 28)

Sin embargo, una crítica a las inteligencias múltiples es que no son tan independientes como Gardner afirma (Shaffer, 2000). Según Gardner no existe motivo alguno para que no haya correlación entre algunas inteligencias, no obstante “la teoría es más simple, tanto desde el punto de vista conceptual como biológico, si las diferentes inteligencias son completamente independientes” (Gardner, 1998 citado en Nadal, 2015, p.127).

León (2011, citado en Ramos 2017) refiere a las Inteligencias Múltiples, ¿Sabemos darles a todos el mismo valor en el aula? Revista PaidereX, menciona:

Todos tenemos ocho inteligencias, es decir, en lugar de una teoría de tipos que clasifica a todos como una inteligencia, propone que todos tienen la capacidad de tener ocho inteligencias, y todos trabajan en una inteligencia particular. Camino. Todos tienen la capacidad de desarrollar las ocho inteligencias a altos niveles de rendimiento, siempre que reciban la estimulación y la orientación adecuadas; las inteligencias a menudo trabajan juntas de manera compleja, interactuando entre sí en lugar de estar aisladas; no es necesario un conjunto estándar de características. tener para que una persona sea considerada inteligente en un campo en particular; una persona puede no ser capaz de leer, pero tiene un amplio vocabulario hablado. (p.33)

E. Factores que desarrollan las inteligencias Múltiples

Las inteligencias múltiples se desarrollan desde muy pequeños y esto puede ser aún más si los padres estimulan de manera adecuada cada una de las inteligencias. Nadal (2015) refiere:

Gardner no niega el componente genético de las inteligencias múltiples, pero argumenta que se activan o inhiben porque dependen del entorno, la educación y la cultura, y por tanto la importancia de la escuela, la familia y la sociedad para que todos los individuos puedan desarrollarse plenamente. su inteligencia sexo. capacidad. (p. 123)

En lo biológico incluimos los factores genéticos o hereditarios y los daños que el cerebro haya podido recibir durante o después del nacimiento, además la experiencia ayuda desarrollar estas inteligencias y las condiciones económicas o culturales donde se encuentra la persona.

Gardner (2002 citado por Maureira, 2018) refiere que todos los individuos desarrollamos un grado de todas las inteligencias, predominando algunas más que otras. Es importante por eso que en los colegios primero se debe diagnosticar o evaluar la inteligencia antes de buscar estrategias, solo así se podrá desarrollar y aplicar distintas actividades.

F. Importancia de las Inteligencias Múltiples

“Según Gardner las IM sirven para resolver problemas y cuestiones específicas, para producir productos culturales, sociales o tecnológicos nuevos, como para aprender material nuevo de forma rápida y eficaz” (Vásquez, F., 2005. p. 19).

Nadal (2015) refiere que Gardner afirma que todas las inteligencias son igualmente importantes y necesarias para la vida.

A modo de ejemplo menciona a Luca (2015) quien refiere:

Un ingeniero necesita una inteligencia visual-espacial bien desarrollada, pero también necesita de todas las demás, de la inteligencia lógico-matemática para poder realizar cálculos de estructuras, de la inteligencia interpersonal para poder presentar sus proyectos, de la inteligencia cinético-corporal para poder conducir su coche hasta la obra, etc. (pp. 124 – 125).

2.2.3 Bases conceptuales o Definición de términos básicos

- A. Estrés: El estrés puede considerarse como un estado producido por una serie de demandas inusuales o excesivas que amenazan el bienestar o la integridad de la persona (Cassaretto et al., 2003).

- B. Modos de afrontamiento al estrés: Se considera un proceso dinámico, que va incluir una serie de conocimientos y conductas que derivan de valoraciones acerca de los sucesos y de las emociones relacionadas a ellos, el afrontamiento no consigue suprimir el estresor, sino que permite superar la situación de diversas maneras, tratando de conseguir la adaptación (Caballero et al., 2009).
- C. Inteligencia: El concepto de inteligencia ha sido siempre tema de discusión entre varios autores, Gardner, Kornhaber y Krechevsky (1993, citado en Molero, et al., 1998) se refieren a la inteligencia inicial que se considera biológica, hereditaria, existe en la mente del individuo y se puede medir, es decir, es un atributo único ubicado en la mente del individuo.
- D. Talento: Lorenzo (2006) refiere que talento proviene del latín "talentum" que denomina a una moneda antigua de los griegos, en nuestro sentido figurado significa la habilidad natural, entendimiento o sabiduría para hacer algo. Hoy en día se utilizan varios sinónimos, que incluyen excelencia, excelencia, genio, aprendiz rápido, excelencia, brillante, genio, gran genio, genio, mejor genio, genio excepcional, etc.
- E. Inteligencias Múltiples: Maureira (2018), refiere que Gardner en 1983 define a la inteligencia como un conjunto de habilidades para la solución de problemas, la cual permitirá la adquisición de nuevos conocimientos. La amplia variedad de problemas dará lugar a una amplia variedad de inteligencias, siendo el entorno fundamental para el desarrollo de estas.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Ámbito de la Investigación

3.1.1 *Huánuco*

Esta sección se basa en información proporcionada por el portal de la ciudad de Huánuco (2021), fundada el 15 de agosto de 1539 por los conquistadores españoles con el nombre de "Huánuco de los Caballeros".

Lugar. ubicado en el centro-este del Perú. Al norte se encuentra la provincia de Leoncio Prado, al sur la provincia de Ambo, al este la provincia de Pachitea y al oeste la provincia de Lauricocha y Jaro Vielca. Por su ubicación cuenta con nevados, montañas, valles cálidos y selvas amazónicas que atraen a los turistas.

expandir. Con una superficie de 36.850 kilómetros cuadrados, existen dos microrregiones naturales, 22.012 kilómetros cuadrados de montaña y 14.837 kilómetros cuadrados de selva.

climatizado. El clima diverso es propicio para la producción de una variedad de productos agrícolas y ganaderos. Las cuencas de Pachitea y Tingo María son cálidas, mientras que las riberas del Marañón y Huallaga son templadas, registrándose bajas temperaturas en la provincia de Dos de Mayo (2500 a 3000 msnm).

El departamento de Huánuco tiene dos cuencas hidrográficas longitudinales: los ríos Marañón y Huallaga. Estos ríos, lagos, arroyos y lagunas se combinan para formar la hidrografía del área. También hay muchos otros lagos y lagunas más pequeños en los alrededores. La división política del departamento es la siguiente. El Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] prevé que, para fines de junio de 2020, la población

de Huánuco sería de 760, 267. La provincia tiene 77 distritos, mientras que la jurisdicción total de Huánuco tiene 13 distritos. Según el Banco Central de Reserva del Perú Sucursal Huancayo (s.f.), en 2017 Huánuco aportó el 1,2% del Producto Interno Bruto Nacional y el 1,1% del Valor Agregado Bruto del país. Entre los departamentos, Huánuco ocupó el puesto 17 en contribuir al PIB nacional, siendo Lima el que aporta el mayor porcentaje (48,1%) y Madre de Dios el que menos porcentaje aporta (0,6%).

En 2017, las personas que trabajan en Huánuco (Empleo PEA) representaron el 2,7% del empleo de la PEA del país y el 96,9% del total de la PEA de Huánuco.

Del empleo de la PEA, el 49,7% se concentra en el sector agropecuario (agricultura y pesca), el 11,9% en el sector empresarial, el 5,9% en el sector transporte y comunicaciones y el 5,9% en hoteles y restaurantes. Por lo tanto, el sector agropecuario es la principal fuente de empleo del sector, con menores tasas de absorción en minería (0,8%), construcción (4,7%) y manufactura (5,2%).

3.1.2 Universidad Nacional Hermilio Valdizán – UNHEVAL

La Universidad Nacional Hermilio Valdizán fue fundada el 11 de enero de 1961. Ubicada en el distrito de Pillco Marca de la provincia de Huánuco, la universidad fue la primera universidad en la región de Huánuco, Perú. Actualmente dirigida por el Dr. Reynaldo Ostos Miraval, el sitio web de la UNHEVAL 2021 menciona que la universidad cuenta con una moderna infraestructura en su Ciudad Universitaria de Cayhuayna, lo que la coloca a la par de algunas de las mejores universidades de América Latina. La universidad ofrece estudios de Posgrado, así como servicios de formación académica profesional y de investigación, proyección social y extensión.

Sus 14 facultades ofrecen habitaciones para quienes deseen continuar sus estudios superiores.

Facultad de Psicología

La Psicología es una Licenciatura que se obtiene luego de seis años de estudios académicos, realizados en modalidad presencial. Los estudiantes obtienen su título profesional de Licenciado en Psicología después de presentar su tesis. Actualmente, la Facultad de Psicología forma parte de las Facultades de Ciencias de la Salud. En 2018, las autoridades planificaron un estudio que mostró cambios en la misión, visión, perfil de egreso y estructura curricular de la universidad.

3.2 Población

La población está conformada por 286 estudiantes universitarios del 1ero al 5to año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional “Hermilio Valdizan” de Huánuco. Los datos reportados por la Dirección de Asuntos académicos “Universidad Nacional Hermilio Valdizán” refieren:

Tabla 2

Estudiantes por año de estudios. Huánuco, 2019.

AÑO DE ESTUDIO	Nº DE ESTUDIANTES	%
1°	50	17.5 %
2°	64	22.4 %
3°	45	15.7 %
4°	57	19.9 %
5°	70	24.5 %
Total	286	100 %

Nota: Información recogida de la Dirección de Asuntos académicos UNHEVAL.

Cumplir con los criterios de selección:

3.2.1 Criterios de inclusión

- Alumnos del 1° al 5° año de la facultad de psicología
- Alumnos de ambos sexos.
- Alumnos que asistan el día de la evaluación

3.2.2 Criterios de exclusión

- Alumnos que no pertenezcan a la facultad de psicología
- Internos de la facultad de psicología.
- Alumnos que no están matriculados en el año académico 2019.

3.3 Muestra

En la presente investigación el muestreo es de tipo probabilístico lo que significa que todos los elementos de la población tienen la misma posibilidad de ser elegidos. “Es probabilístico cuando puede calcularse con anticipación cual es la probabilidad de poder obtener cada una de las muestras que sean posibles a partir de una población o universo” (Sánchez y Reyes, 2015, p. 143).

3.3.1 Tipo de la muestra

El tipo de muestreo es estratificado, ya que se obtuvo la muestra más representativa de la población. “Este tipo de muestreo es empleado cuando se considera que una población posee subgrupos o estratos que pueden presentar diferencias en las características que son sometidas a estudio” (Sánchez y Reyes, 2015, p. 145).

3.3.2 Tamaño de la muestra

Considerando que el número de estudiantes en la Facultad de Psicología es de 286 estudiantes entre los grados primero y quinto, se aplica la siguiente fórmula para determinar:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * (1 - p)}{(N - 1) * e^2 + Z^2 * p * (1 - p)}$$

Valores estadísticos para determinar la muestra

N = 286; P = 0,5; q = 0,5; e= 0,05; z = 1,96

Sustituyendo valores:

$$n = \frac{286 * 1.96^2 * 0.5 * (1 - 0.5)}{(286 - 1) * 0.05^2 + 1.96^2 * 0.5 * (1 - 0.5)} = 164.19$$

3.3.2.1 Estratificación de muestra

La muestra está conformada por 164 estudiantes que representa al 57%

$$nf = \frac{n}{N}$$

Sustituyendo valores:

$$nf = 164 / 286 = 0.57$$

Tabla 3***Muestra de estudiantes por año de estudios. Huánuco, 2019***

AÑO DE ESTUDIO	N° ALUMNOS x n	TOTAL DE MUESTRA	%
1°	50(0.57)	29	17.7 %
2°	64(0.57)	36	21.9 %
3°	45(0.57)	27	16.5 %
4°	57(0.57)	32	19.5 %
5°	70(0.57)	40	24.4 %
Total		164	100 %

Nota: Información recogida de la Dirección de Asuntos académicos-UNHEVAL

3.4 Nivel y tipo de estudio**3.4.1 Nivel**

El nivel es Correlacional, porque tiene como finalidad saber la relación o el grado de correlación que pueda haber entre dos o más conceptos, variables o categorías que se presentan en un contexto en particular. En algunos casos solo se analiza la relación que hay entre dos variables. Los estudios correlacionales, al evaluar el grado de correlación entre dos o más variables, miden cada una de ellas (presuntamente relacionadas) y después cuantifican y analizan la vinculación. Tales correlaciones se sustentan en hipótesis sometidas a prueba (Hernández, et al, 2010).

3.4.2 Tipo

Por la naturaleza de los problemas la investigación es de tipo básica.

Sánchez y Reyes (2015) la definen como aquella que “lleva a la búsqueda de conocimientos y campos de investigación su propósito es recoger información de la

realidad para así enriquecer el conocimiento científico orientándonos al descubrimiento de principios y leyes” (p. 36).

3.5 Diseño de investigación

El diseño de la investigación es descriptivo correlacional.

Según Sánchez y Reyes (2015), “se orienta a la determinación del grado de relación existente entre dos o más variables de interés en una misma muestra de sujetos o el grado de relación existente entre dos fenómenos o eventos observados” (p.104).

Se hará uso de este diseño de investigación para establecer si existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizan Huanuco-2019.

Representación simbólica

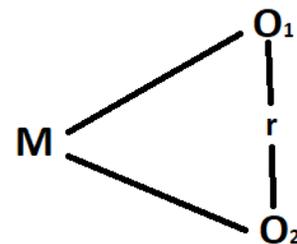
Dónde:

M: muestra (Alumnos)

O1: Modos de Afrontamiento al estrés

O2: Inteligencias Múltiples

r: relación entre ambas variables



3.6 Métodos, Técnicas e instrumentos

3.6.1 Método

Los métodos de investigación son descriptivos - observación indirecta, que implica la descripción, análisis e interpretación sistemática de un conjunto de hechos o

fenómenos y sus variables que los caracterizan en la forma en que se presentan. Apunta a estudiar el fenómeno en su estado actual y en su forma natural; por lo tanto, tener un control directo sobre las variables de estudio tiene mínimas posibilidades, por lo cual su validez interna es indiscutible. (Sánchez y Reyes, 2015)

3.6.2 Técnicas

Tabla 4

Métodos, técnicas e instrumentos de investigación

MÉTODO	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
Observación Indirecta	Encuesta	<ul style="list-style-type: none"> • Escala Minds de Inteligencias Múltiples • Cuestionario de Afrontamiento al estrés de Carver
Observación Indirecta	Fichaje	<ul style="list-style-type: none"> • Fichas bibliográficas • Fichas mixtas

Elaboración: Propia

3.6.3 Instrumentos de estudio

Se utilizaron las fichas bibliográficas. Y para cada una de las variables las pruebas psicológicas Inventario de Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) Y La Escala MINDS de Inteligencias Múltiples.

3.6.3.1 Inventario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)

El COPE es un instrumento que se utiliza para evaluar cómo una persona podría manejar situaciones estresantes. Fue creado por Carver y colaboradores en 1989, y tiene

13 estilos y estrategias de afrontamiento diferentes dentro de sus dimensiones (estilos de afrontamiento centrados en el problema, estilos de afrontamiento centrados en la emoción y estilos de afrontamiento evitativos, entre otros). El **COPE** consta de 52 preguntas, con una escala de Likert que va del 1 al 4. Una puntuación de 1 significa que la persona casi nunca hace eso, una puntuación de 2 significa que lo hace a veces, una puntuación de 3 significa que lo hace habitualmente. y una puntuación de 4 significa que lo hacen con mucha frecuencia.

El instrumento cuenta con la forma disposicional que consta de dos respuestas: Siempre (SI) Y NUNCA (NO).

a. Aplicación, calificación e interpretación

Se entrega el cuestionario, indicándole que en la Hoja de respuestas deberá colocar bajo el número correspondiente un aspa (X), con respecto a su respuesta SI o No.

Los puntajes obtenidos en cada ítem se suman con los correspondientes a cada subescala de manera que se obtienen 13 puntajes que permiten caracterizar un perfil de afrontamiento, permitiendo determinar que estilos de afrontamiento son los más utilizados.

Al puntaje obtenido se multiplica por 0.25, luego se ubica el puntaje hallado en el perfil y se multiplica el puntaje obtenido por 10.

b. Validez y Confiabilidad Originales

El COPE cuenta con validez de constructo, esta se obtuvo a través del análisis factorial de las respuestas que fueron obtenidas de un total de 978 estudiantes de la Universidad de Miami (Carver, et al., 1989).

c. Validez y Confiabilidad Nacionales

En el Perú, Casuso (1996) realizó la adaptación del instrumento en su versión disposicional, aplicándolo a 817 estudiantes de una universidad privada de Lima y otra pública.

La validez se obtuvo mediante el análisis factorial. La estructura factorial encontrada no coincidió con la obtenida originalmente por los autores, por lo cual la autora realizó una distribución de los ítems, dando lugar al inventario COPE reorganizado.

Al aplicarse al inventario COPE a la muestra estudiada se obtuvo un Alfa Crombach de, 712 que se encuentra dentro del punto de corte aceptado para instrumentos psicológicos.

En Huánuco, Camayoc en el 2013 realizó la validación de contenido del instrumento por medio del criterio de jueces, se contó con seis expertos, los valores asignados para la calificación de los ítems del instrumento fueron los siguientes: si (2), no (0), observaciones (1). Modificó algunos ítems con el fin de adaptar un lenguaje apropiado para la población penitenciaria. Luego este instrumento fue aplicado a la muestra piloto (11 sujetos) obteniendo así el índice de discriminación de cada ítem, de los cuales han tenido que ser modificadas aquellos ítems en que se evidenciaba una correlación negativa o que se encontraron por debajo de 0.1.

Para fines de la presente investigación se realizó la confiabilidad de instrumento, obteniendo un Alfa de Cronbach de 0.88, con una significancia fuerte, lo cual significa que se encuentra dentro del punto de corte aceptado para instrumentos psicológicos.

4.4.2.2 Escala MINDS de Inteligencias Múltiples

La herramienta utilizada es la escala MINDS para inteligencias múltiples, cuyo documento técnico detalla Ruiz (2004, p. 1) de la siguiente manera:

- Nombre de la prueba: Escala de Pensamiento de Inteligencias Múltiples.
- Por Cesar Ruiz Alva / Psicólogo Educativo.
- Fuente: Universidad Cesar Vallejo - Trujillo, Perú
- Año: 2004
- Normalización: Perú, Edición Revisada.
- Gestión: Individual/Colectiva.
- Duración: Variable (promedio: 25 minutos)
- Significado: (VL) Inteligencia Lingüística, (E) Inteligencia Espacial, (M) Inteligencia Musical, (INTRA) Inteligencia Interior, (LM) Inteligencia Lógico Matemática, (CK) Inteligencia Corporal Kinestésica, (INTER) Inteligencia Interpersonal, (INTRA) Inteligencia Interior, (ES) Inteligencia Ecológica Naturalista.
- Tamaño: verse diferente, parecerse, parecerse, parecerse.
- Artículos: 72 en total, distribuidos alternativamente.
- Puntuación: en función de los elementos de cada área, los puntos obtenidos se suman y el total se convierte en una puntuación normativa.
- Norma: Categórica: Escala, percentiles (mediana 50)

a. Confiabilidad

Método de consistencia interna:

Los coeficientes oscilan entre 0,88 y 0,94 y son significativos al nivel de confianza de 0,001.

Método test retest:

Los coeficientes medios oscilaron entre 0,90 y 0,93, y el intervalo de tiempo entre la prueba y la repetición de la prueba fue de dos meses, también estimado en 0,001 nivel de confianza significativo.

b. Validez:

Un estudio de la correlación de los puntajes de la prueba Minds con pruebas de inteligencias múltiples, como el Inventario de Inteligencias Múltiples (IMI), que identificó siete orientaciones de inteligencia y carrera evaluadas a través de la autopercepción. La correlación se realizó utilizando el método de coeficiente de correlación producto-momento de Pearson para obtener los resultados de correlación en la siguiente tabla:

Tabla 5

Resultados de la correlación para el test de la validez.

	Verbal	Matemática	Espacial	Kinestésica	Musical	Interpersonal	Intrapersonal
MINDS – IMI	r 0.79	0.81	0.76	0.80	0.81	0.84	0.79 *

Todos los resultados son significativos al 0.001 de confianza.

Fuente: Escala MINDS de inteligencias múltiples, Ruiz (2004).

3.7 Procedimiento

La recolección de datos se realizó de la siguiente manera:

- Se hizo conocimiento a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán sobre el proyecto de tesis para así solicitar la lista de alumnos de la facultad de psicología del 1° al 5° del año académico 2019.
- Aplicamos los dos instrumentos psicológicos a los participantes de los criterios de inclusión, ello con la autorización de los docentes para el ingreso a las aulas.
- Se explicó a los alumnos el motivo, objetivo y la importancia de ser partícipes en la investigación además de la explicación del consentimiento informado.
- Se les brindó las indicaciones correspondientes sobre la resolución de los instrumentos, estando pendiente de sus dudas.
- Se evaluó los resultados de las pruebas psicológicas de cada alumno.
- Se realizó los análisis estadísticos de los datos (descriptivo e inferencial).

3.8 Plan de tabulación y análisis de datos estadísticos

- En la presente investigación una vez recolectado los datos y teniendo los resultados de los alumnos en ambas pruebas psicométricas recurriremos al programa estadístico SPS V.22.0 para realizar el procesamiento de los datos, que se efectuaron por medio de la estadística descriptiva con la cual se estableció: Tablas y figuras de distribución de frecuencias.
- En la parte inferencial de la investigación se realizó una prueba de normalidad y se trabajó no paramétricas rhos de Spearman para así mediar la correlación

de dos variables, determinar la realización de nuestra hipótesis, determinar si existe relación entre las variables de estudio.

3.9 Consideraciones éticas

La perspectiva ética considerada en la realización de este estudio es la garantía de apego a los principios éticos que guían la investigación científica en el campo de la salud pública y mental, por lo cual, previo a la aplicación de los instrumentos de medición, se pidió que firmen el consentimiento informado para que así la muestra a estudiar se lleve a cabo de manera legalizada sin ningún tipo de imposición y garantizando el respeto a la confidencialidad y privacidad de la información proporcionada, la cual fue procesada únicamente con fines investigativos.

Autorización.

Para la ejecución de nuestra investigación, se presentó a la Decana de la Facultad de Psicología un documento solicitando permiso para ingresar al salón de clases para realizar nuestra investigación con los estudiantes de 1º año a 5º año de la Facultad de Psicología.

Consentimiento Informado

En el transcurso de la investigación, en el momento de la evaluación, se les informó con antelación del propósito de la investigación y el uso de los datos que proporcionan, la forma en que se difundirán los resultados y las características de los estudiantes. Es necesario el consentimiento discrecional o la no participación en la investigación.

Confidencialidad de los Participantes

Durante la evaluación, se les dijo a los estudiantes que las pruebas se estaban realizando de forma anónima para mantener la confidencialidad, pero que, si consideren colocar las iniciales de su nombre y apellido, también el género y la edad.

CAPITULO IV

RESULTADOS

4.1 Presentación, Análisis e Interpretación de resultados

Tabla 6

Modo de Afrontamiento al Estrés Predominante en la Muestra de Estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Nacional. Huánuco, 2019.

Estrategias de afrentamiento al Estrés	Muy pocas veces emplea esta forma (25)		Depende de las circunstancias (50-75)		Forma frecuente de afrontar el estrés (100)		TOTAL	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Afrontamiento directo	11	6.8	65	40.1	86	53.1	162	100
Planificación de actividades	20	12.3	61	37.7	81	50	162	100
Supresión de actividades competitivas	76	46.9	55	34.0	31	19.1	162	100
Retracción de afrentamiento	23	14.2	124	76.5	15	9.3	162	100

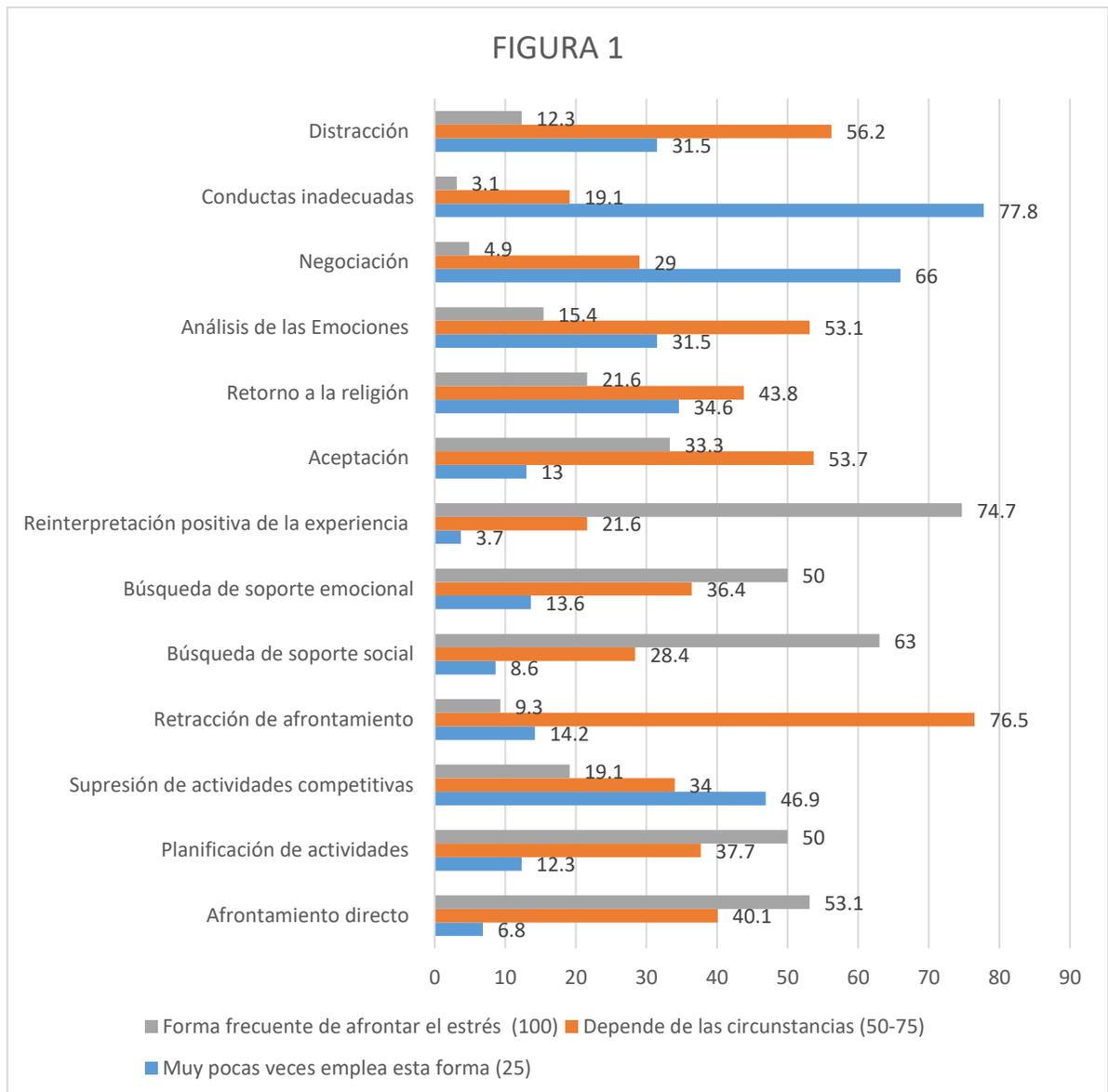
Búsqueda de soporte social	14	8.6	46	28.4	102	63	162	100
Búsqueda de soporte emocional	22	13.6	59	36.4	81	50	162	100
Reinterpretación positiva de la experiencia	6	3.7	35	21.6	121	74.7	162	100
Aceptación	21	13	87	53.7	54	33.3	162	100
Retorno a la religión	56	34.6	71	43.8	35	21.6	162	100
Análisis de las Emociones	51	31.5	86	53.1	25	15.4	162	100
Negociación	107	66	47	29	8	4.9	162	100
Conductas inadecuadas	126	77.8	31	19.1	5	3.1	162	100
Distracción	51	31.5	91	56.2	20	12.3	162	100

Fuente: Cuestionario de Modos de Afrontamiento al estrés (COPE)

Elaboración: Propia

Figura 1

Modo de Afrontamiento al Estrés Predominante en la Muestra de Estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Nacional. Huánuco 2019



Elaboración: Propia

Análisis e interpretación

En la tabla 6 y la figura 1 observamos que el 53.1% de estudiantes utiliza la estrategia afrontamiento directo de Forma frecuente, el 40.1% Depende a las circunstancias y el 6.8% Muy pocas veces emplea esta forma.

En la estrategia planificación de actividades, se observa que el 50% de estudiantes utiliza esta estrategia de Forma frecuente, el 37.7% Depende a las circunstancias y el 12.3% Muy pocas veces emplea esta forma.

En la estrategia Supresión de Actividades Competitivas, se observa que el 46.9% de estudiantes Muy pocas veces emplea esta forma, el 34% Depende a las circunstancias y el 19.1% de estudiantes de Forma frecuente.

En la estrategia Retracción de afrontamiento, se observa que el 76.5% de estudiantes usa esta estrategia Depende a las circunstancias, el 14.2% Muy pocas veces emplea esta forma y el 9.3% de Forma frecuente.

En la estrategia Búsqueda de Soporte Social, se observa que el 63% de estudiantes utiliza esta estrategia de Forma frecuente, el 28.4% Depende a las circunstancias y el 8.6% Muy pocas veces emplea esta forma.

En la estrategia Búsqueda de Soporte Emocional, se observa que el 50% de estudiantes utiliza esta estrategia de Forma frecuente, el 36.4% Depende a las circunstancias y el 13.6% Muy pocas veces emplea esta forma.

En la estrategia Reinterpretación Positiva de la Experiencia, se observa que el 74.7% de estudiantes utiliza esta estrategia de Forma frecuente, el 21.6% Depende a las circunstancias y el 3.7% Muy pocas veces emplea esta forma.

En la estrategia Aceptación, se observa que el 53.7% de estudiantes usa esta estrategia Depende a las circunstancias, el 33.3% de Forma frecuente y el 13% Muy pocas veces emplea esta forma.

En la estrategia Retorno a la Religión, se observa que el 43.8% de estudiantes usa esta estrategia Depende a las circunstancias, el 34.6% Muy pocas veces emplea esta forma y el 21.6% de Forma frecuente.

En la estrategia Análisis de las Emociones, se observa que el 53.1% de estudiantes usa esta estrategia Depende a las circunstancias, el 31.5% Muy pocas veces emplea esta forma y el 15.4% de Forma frecuente.

En la estrategia Negociación, se observa que el 66% de estudiantes Muy pocas veces emplea esta forma, el 29% Depende a las circunstancias y el 4.9% de Forma Frecuente.

En la estrategia Conductas Inadecuadas, se observa que el 77.8% de estudiantes Muy pocas veces emplea esta forma, el 19.1% Depende a las circunstancias y el 3.1% de Forma Frecuente.

En la estrategia Distracción, se observa que el 56.2% de estudiantes usa esta estrategia Depende a las circunstancias, el 31.5% Muy pocas veces emplea esta forma y el 12.3% de Forma frecuente.

En síntesis, son tres estrategias que más predominan en Forma Frecuente de Afrontar el Estrés: Reinterpretación Positiva de la experiencia (74.7%), Búsqueda de Soporte Social (63%) y Afrontamiento Directo (53.1%). En cuanto a Depende a las circunstancias predomina Retracción de Afrontamiento (76.5%), Distracción (56.2%), Aceptación (53.7%) y Análisis de las Emociones (53.1%). Así mismo Muy pocas veces se emplea las Conductas inadecuadas (77.8%) y la Negociación (66%).

Tabla 7

Inteligencias múltiples en la Muestra de Estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Nacional. Huánuco, 2019.

nivel	Bajo		Medio		Alto		TOTAL	
Dimensiones	f	%	f	%	f	%	f	%

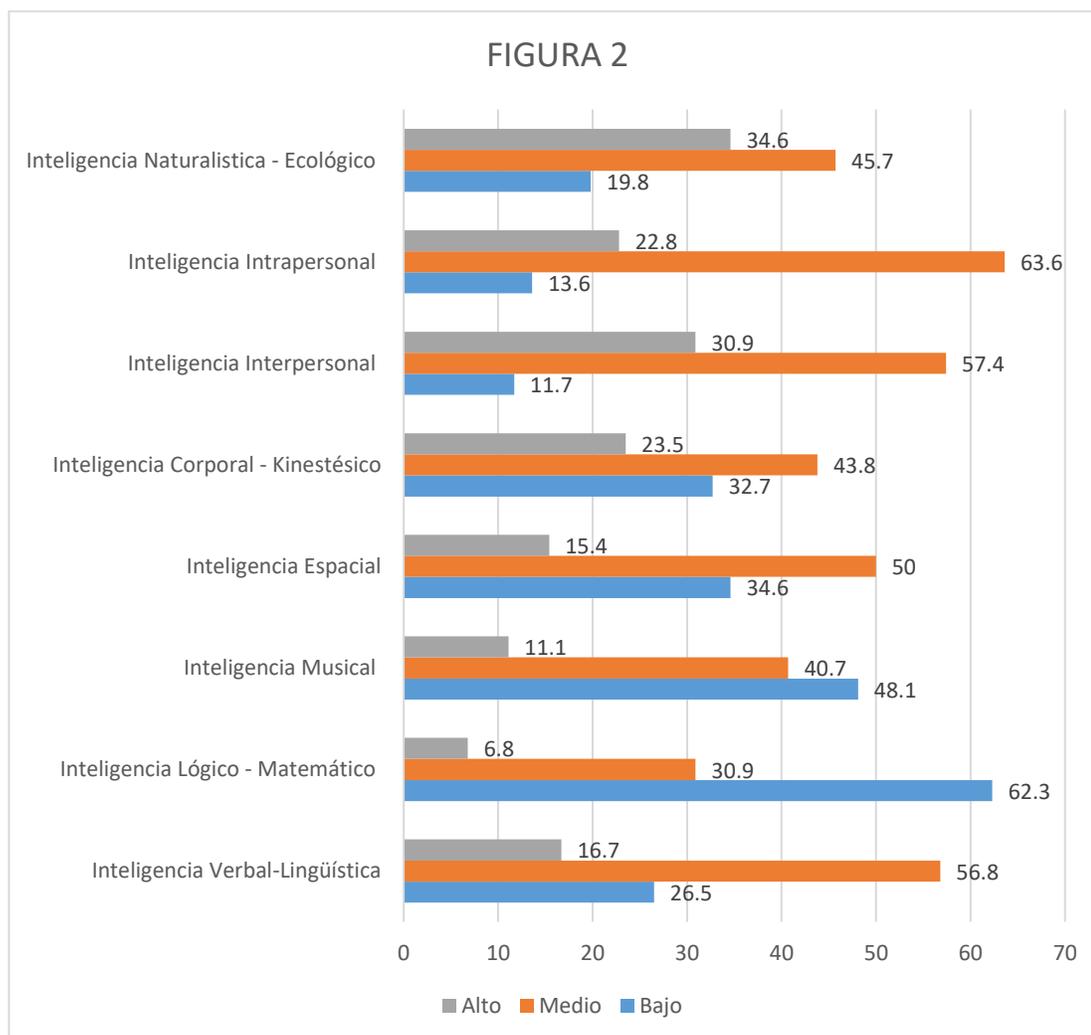
Inteligencia Verbal- Lingüística	43	26.5	92	56.8	27	16.7	162	100
Inteligencia Lógico - Matemático	101	62.3	50	30.9	11	6.8	162	100
Inteligencia Musical	78	48.1	66	40.7	18	11.1	162	100
Inteligencia Espacial	56	34.6	81	50	25	15.4	162	100
Inteligencia Corporal - Kinestésico	53	32.7	71	43.8	38	23.5	162	100
Inteligencia Interpersonal	19	11.7	93	57.4	50	30.9	162	100
Inteligencia Intrapersonal	22	13.6	103	63.6	37	22.8	162	100
Inteligencia Naturalista - Ecológico	32	19.8	74	45.7	56	34.6	162	100

Fuente: Administración de la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples, Ruiz Alva (2014)

Elaboración: Propia

Figura 2

Inteligencias múltiples Predominante en la Muestra de Estudiantes de la Facultad de Psicología de una Universidad Nacional. Huánuco, 2019.



Elaboración: Propia

Análisis e interpretación

En la tabla 7 y la figura 2 se observa que en el componente Inteligencia Verbal – Lingüística, el 56.8% de estudiantes tienen un nivel Medio, el 26.5 de estudiantes tienen un nivel Bajo y el 16.7% de estudiantes tienen un nivel Alto.

En el componente Inteligencia Lógico Matemático, se observa que el 62.3% de estudiantes tienen un nivel Bajo, el 30.9% de estudiantes tienen un nivel Medio y el 6.8% de estudiantes tiene un nivel Alto.

En el componente Inteligencia Musical, se observa que el 48.1% de estudiantes tienen un nivel Bajo, el 40.7% de estudiantes tienen un nivel Medio y el 11.1% de estudiantes tiene un nivel Alto.

En el componente Inteligencia Espacial, se observa que el 50% de estudiantes tienen un nivel Medio, el 34.6% de estudiantes tiene un nivel Bajo y el 15.4% de estudiantes tienen un nivel Alto.

En el componente Inteligencia Corporal-Kinestésico, se observa que el 43.8% de estudiantes tienen un nivel Medio, el 32.7% de estudiantes tiene un nivel Bajo y el 23.5% de estudiantes tienen un nivel Alto.

En el componente Inteligencia Interpersonal, se observa que el 57.4% de estudiantes tienen un nivel Medio, el 30.9% de estudiantes tiene un nivel Alto y el 11.7% de estudiantes tienen un nivel Bajo.

En el componente Inteligencia Intrapersonal se observó que el 63,6% de los estudiantes se encontraban en el nivel medio, el 22,8% en el nivel alto y el 13,6% en el nivel bajo.

En el componente Inteligencia Naturalista-Ecológico, se observa que el 45.7% de estudiantes tienen un nivel Medio, el 34.6% de estudiantes tiene un nivel Alto y el 19.8% de estudiantes tienen un nivel Bajo.

En síntesis, son dos tipos de inteligencias las que más predominan en el nivel Alto: Inteligencia Naturalista-Ecológico (34.6%) e Inteligencia Interpersonal (30.9%). En el nivel Medio predominan tres inteligencias: la Inteligencia Intrapersonal (63.6%), la Inteligencia Interpersonal (57.4%) y la Inteligencia Verbal – Lingüística (56.8%). Así mismo se puede reconocer un Bajo nivel en la Inteligencia Lógico Matemático (62.3%), e Inteligencia Musical (48.1%).

4.2 Verificación de hipótesis

Tabla 8

Prueba de Normalidad Kolmogorov - Smirnov de los componentes de las variables Modos de Afrontamiento al estrés y las Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

M=162		Kolmogorov - Smirnov			
Componentes de las variables	Media	Desviación estándar	Estadístico de prueba	Sig. (bilateral)	
Afrontamiento Directo	2.46	0.622	0.337	0.000	
Planificación de actividades	2.38	0.696	0.315	0.000	
Supresión de Actividades Competitivas	1.72	0.766	0.296	0.000	
Retracción de Afrontamiento	1.95	0.483	0.399	0.000	
Distracción	1.81	0.636	0.303	0.000	
Búsqueda de Soporte Social	2.54	0.651	0.388	0.000	
Conductas Inadecuadas	1.25	0.502	0.471	0.000	
Negociación	1.39	0.582	0.409	0.000	

Reinterpretación Positiva de la Experiencia	2.71	0.531	0.455	0.000
Análisis de las Emociones	1.84	0.668	0.280	0.000
Búsqueda de Soporte Emocional	2.36	0.712	0.314	0.000
Aceptación	2.20	0.651	0.289	0.000
Retorno a la Religión	1.87	0.740	0.226	0.000
Inteligencia Verbal - Lingüística	1.90	0.652	0.295	0.000
Inteligencia Lógico - Matemático	1.44	0.621	0.387	0.000
Inteligencia Musical	1.63	0.677	0.305	0.000
Inteligencia Espacial	1.81	0.683	0.265	0.000
Inteligencia Corporal - Kinestesico	1.91	0.746	0.222	0.000
Inteligencia Interpersonal	2.19	0.626	0.311	0.000
Inteligencia Intrapersonal	2.09	0.598	0.333	0.000
Inteligencia Naturalista - Ecológico	2.15	0.724	0.235	0.000

Fuente: Prueba de Normalidad de Kolmogorov Smirnov

Elaboración: Propia

Análisis e interpretación

En la tabla 8 se observa la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov, usándose dicha prueba porque nuestra muestra asciende a los 50; en los componentes de las variables Modos de Afrontamiento al Estrés y las Inteligencias Múltiples el nivel de significancia (0.000) es menor a 0.05. esto significa que no existe una distribución normal, es por ello que se opta por utilizar la prueba no paramétrica del coeficiente de correlación de Spearman.

Tabla 9

Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Estrategias de afrontamiento	Inteligencia Verbal Lingüística	
	r	Sig. (bilateral)
Afrontamiento Directo	0,211**	0.007
Planificación de Actividades	0,189*	0.016
Supresión de Actividades Competitivas	0.031	0.700
Retracción de Afrontamiento	0.103	0.193
Búsqueda de Soporte Social	0,168*	0.032
Búsqueda de Soporte Emocional	0.091	0.251
reinterpretación Positiva de la Experiencia	0.093	0.240
Aceptación	0.056	0.477
Retorno a la Religión	0.052	0.515
Análisis de las Emociones	-0.025	0.750
Negociación	0.136	0.085
Conductas Inadecuadas	-0.038	0.629
Distracción	-0.010	0.895

Fuente: Cuestionario Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples

Elaboración: propia

Análisis e interpretación

En la tabla 9, se reporta la contratación de hipótesis, a través del estadístico paramétrico de P (rho) de Spearman. Al establecerse la correlación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística, se observa que el valor de significancia de la estrategia Afrontamiento Directo, Planificación de Actividades y Búsqueda de Soporte Social es menor a 0.05, lo cual nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna: Existe relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco- 2019. En este caso con las tres estrategias ya mencionadas, sin embargo, estas correlaciones son débiles.

Tabla 10

Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemático en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Estrategias de afrontamiento	Inteligencia Lógico - Matemático	
	r	Sig. (bilateral)
Afrontamiento Directo	0.124	0.117
Planificación de Actividades	0.114	0.148
Supresión de Actividades Competitivas	0.092	0.243
Retracción de Afrontamiento	0.029	0.717
Búsqueda de Soporte Social	0.111	0.159
Búsqueda de Soporte Emocional	0.026	0.746
Reinterpretación Positiva de la Experiencia	0.067	0.394
Aceptación	-0.005	0.948
Retorno a la Religión	0.116	0.141
Análisis de las Emociones	-0.032	0.682
Negociación	0.061	0.442
Conductas Inadecuadas	0.002	0.981
Distracción	-0.050	0.526

Fuente: Cuestionario Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples.

Elaboración: propia.

Análisis e interpretación

Según los resultados de la prueba de correlación de P (rho) de Spearman podemos observar en la tabla que no existe correlación entre los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico – Matemático, por cuanto el nivel de significancia es mayor al 0,05. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula: No existe relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Lógico – Matemático en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Tabla 11

Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Estrategias de afrontamiento	Inteligencia Musical	
	r	Sig. (bilateral)
Afrontamiento Directo	0.129	0.103
Planificación de Actividades	0.105	0.105
Supresión de Actividades Competitivas	0.080	0.310
Retracción de Afrontamiento	-0.048	0.543
Búsqueda de Soporte Social	0.026	0.745
Búsqueda de Soporte Emocional	0.040	0.615
Reinterpretación Positiva de la Experiencia	0.139	0.079
Aceptación	0.032	0.687
Retorno a la Religión	0.128	0.104

Análisis de las Emociones	-0.035	0.657
Negociación	-0.001	0.990
Conductas Inadecuadas	-0.044	0.576
Distracción	0.145	0.067

Fuente: Cuestionario Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples.

Elaboración: propia.

Análisis e interpretación

Según los resultados de la prueba de correlación de P (rho) de Spearman podemos observar en la tabla que no existe correlación entre los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical, por cuanto el nivel de significancia es mayor al 0,05. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula: No existe relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco- 2019.

Tabla 12

Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Estrategias de afrontamiento	Inteligencia Espacial	
	R	Sig. (bilateral)
Afrontamiento Directo	0.058	0.462
Planificación de Actividades	0.115	0.146
Supresión de Actividades Competitivas	0.129	0.101
Retracción de Afrontamiento	-0.126	0.111
Búsqueda de Soporte Social	0.087	0.270
Búsqueda de Soporte Emocional	0.081	0.306
reinterpretación Positiva de la Experiencia	-0.015	0.849
Aceptación	-0.030	0.708
Retorno a la Religión	0.105	0.182
Análisis de las Emociones	0.012	0.877
Negociación	0.018	0.818
Conductas Inadecuadas	0.000	0.999
Distracción	0.052	0.509

Fuente: Cuestionario Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples.

Elaboración: propia.

Análisis e interpretación

Según los resultados de la prueba de correlación de P (rho) de Spearman podemos observar en la tabla que no existe correlación entre los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial, por cuanto el nivel de significancia es mayor al 0,05. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula: No existe relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco- 2019.

Tabla 13

Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal – Kinestésico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Estrategias de afrontamiento	Inteligencia Corporal – Kinestésico	
	r	Sig. (bilateral)
Afrontamiento Directo	0,194*	0.014
Planificación de Actividades	0.147	0.063
Supresión de Actividades Competitivas	0.035	0.663
Retracción de Afrontamiento	0.020	0.798
Búsqueda de Soporte Social	0.032	0.690
Búsqueda de Soporte Emocional	-0.056	0.483
reinterpretación Positiva de la Experiencia	0,165*	0.036

Aceptación	0.025	0.755
Retorno a la Religión	0.102	0.196
Análisis de las Emociones	-0.108	0.172
Negociación	0.141	0.073
Conductas Inadecuadas	0.037	0.638
Distracción	0.064	0.420

Fuente: Cuestionario Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples.

Elaboración: propia.

Análisis e interpretación

Según los resultados de la prueba de correlación de P (rho) de Spearman podemos observar en la tabla 13 que existe correlación positiva muy baja entre los modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal Kinestésico, en este caso con la estrategia Afrontamiento Directo ($r = 0.194$) y la Reinterpretación positiva de la experiencia ($r = 0.165$). El valor de significación es menor a 0.05, lo que nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa: Existe relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Corporal Kinestésico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco- 2019. En este caso con el Afrontamiento Directo y la Reinterpretación Positiva de la experiencia, sin embargo, estas correlaciones son débiles.

Tabla 14

Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Estrategias de afrontamiento	Inteligencia Interpersonal	
	r	Sig. (bilateral)
Afrontamiento Directo	0,254**	0.001
Planificación de Actividades	0,160*	0.042
Supresión de Actividades Competitivas	0.036	0.650
Retracción de Afrontamiento	-0.058	0.465
Búsqueda de Soporte Social	0.109	0.168
Búsqueda de Soporte Emocional	0.062	0.434
reinterpretación Positiva de la Experiencia	0,233**	0.003
Aceptación	0.073	0.354
Retorno a la Religión	0,257**	0.001
Análisis de las Emociones	0.027	0.734
Negociación	-0.009	0.907
Conductas Inadecuadas	-0,166*	0.035
Distracción	-0.129	0.101

Fuente: Cuestionario Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples.

Elaboración: propia.

Análisis e interpretación

En la tabla 14, se reporta la contrastación de hipótesis, a través del estadístico paramétrico de P (rho) de Spearman. Al establecerse la correlación entre los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal, en la muestra se encontró que existe una correlación positiva baja entre el Afrontamiento retorno a la religión ($r=0.257$), el Afrontamiento Directo ($r = 0.254$) y el Afrontamiento reinterpretación Positiva de la Experiencia ($r = 0.233$) con la Inteligencia Interpersonal.

Se observa también una correlación positiva muy baja entre la Estrategia de Afrontamiento Planificación de Actividades ($r=0.160$) con la Inteligencia Interpersonal y una correlación negativa muy baja entre la Estrategia de Afrontamiento Conductas Inadecuadas ($r = -0.166$) con la Inteligencia Interpersonal, ello quiere decir cuando una de estas variables aumenta la otra disminuye.

El valor de significancia de estas cinco estrategias de afrontamiento está por debajo de 0.05, por lo tanto, aceptamos la hipótesis alterna: Existe relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco- 2019, sin embargo, estas correlaciones son débiles.

Tabla 15

Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Estrategias de afrontamiento	Inteligencia Intrapersonal	
	r	Sig. (bilateral)
Afrontamiento Directo	0,191*	0.015*
Planificación de Actividades	0.131	0.098
Supresión de Actividades Competitivas	-0.056	0.478
Retracción de Afrontamiento	-0.042	0.599
Búsqueda de Soporte Social	0.068	0.393
Búsqueda de Soporte Emocional	0.069	0.381
Reinterpretación Positiva de la Experiencia	0,238**	0.002
Aceptación	0.020	0.797
Retorno a la Religión	0.074	0.349
Análisis de las Emociones	-0.042	0.597
Negociación	0.096	0.223
Conductas Inadecuadas	-0.137	0.083
Distracción	-0.067	0.399

Fuente: Cuestionario Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples.

Elaboración: propia.

Análisis e interpretación

En la tabla 15, se reporta la contrastación de hipótesis, a través del estadístico paramétrico de P (rho) de Spearman. Al establecerse la correlación entre los Modos de afrontamiento del estrés y la Inteligencia Intrapersonal, en la muestra se encontró que existe una correlación positiva baja entre el Afrontamiento Reinterpretación Positiva de la Experiencia ($r = 0.238$) y la Inteligencia Intrapersonal.

Se encontró también una correlación positiva muy baja entre los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal, en este caso con la estrategia de Afrontamiento Directo ($r = 0.191$).

El valor de significancia de estas dos Estrategias de Afrontamiento está por debajo de 0.05, por lo tanto, aceptamos la hipótesis alterna: Existe relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco- 2019, sin embargo, estas correlaciones son débiles.

Tabla 16

Correlación de Spearman de Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Naturalista Ecológico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco-2019.

Estrategias de afrontamiento	Inteligencia Naturalista Ecológico	
	r	Sig. (bilateral)
Afrontamiento Directo	0.068	0.392
Planificación de Actividades	0.111	0.159
Supresión de Actividades Competitivas	-0.033	0.676
Retracción de Afrontamiento	-0.081	0.308
Búsqueda de Soporte Social	0.146	0.063
Búsqueda de Soporte Emocional	-0.046	0.559
Reinterpretación Positiva de la Experiencia	0,246**	0.002
Aceptación	0.029	0.711
Retorno a la Religión	0.135	0.087
Análisis de las Emociones	-0.092	0.246
Negociación	0.018	0.824
Conductas Inadecuadas	-0.068	0.390
Distracción	0.126	0.110

Fuente: Cuestionario Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala MINDS de Inteligencias Múltiples.

Elaboración: propia.

Análisis e interpretación

Según los resultados de la prueba de correlación de P (rho) de Spearman podemos observar en la tabla 16 que solo el nivel de significancia de una Estrategia de afrontamiento: Reinterpretación positiva de la experiencia se correlaciona con la Inteligencia Naturalista Ecológica dado que su valor es $0.002 < 0.05$. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna: Existe relación entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Naturalista Ecológica en los estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional, Huánuco- 2019, sin embargo, esta correlación es débil.

CAPITULO V

DISCUSION

Esta investigación tuvo como propósito identificar, describir y relacionar los Modos de afrontamiento al estrés y las Inteligencias múltiples en los estudiantes de la Facultad de Psicología de primero a quinto año de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán; para lo cual utilizamos un instrumento por cada variable. Asimismo. Para dicho análisis inferencial se usó la prueba no paramétrica del Coeficiente de correlación de Spearman dado que en la prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov se obtuvo un valor de significancia de 0.000 que se encuentra por debajo de 0.05 lo cual indica que la distribución de ambas variables Modos de Afrontamiento al Estrés e Inteligencias Múltiples no tienen una distribución normal.

Los resultados con respecto a los Modos de Afrontamiento al estrés que tienen los estudiantes de la facultad de Psicología muestran que hay un predominio de la estrategia “Reinterpretación Positiva de la experiencia (74.7%)” (Tabla 6) siendo esta la forma frecuente de afrontar el estrés, significa que los estudiantes idean una estrategia para aumentar la resiliencia, significa que buscan el lado positivo y positivo del problema y tratan de mejorar y crecer a partir de la situación, ayuda a enfrentarla de buena manera. Situaciones difíciles y traumáticas. y ser fortalecido por ellos. Para Folkman y Moskowitz (2000), sin embargo, la reinterpretación positiva es una estrategia cognitiva que se puede resumir en lo que comúnmente se denomina "ver el vaso medio lleno" en lugar de "medio vacío". Incluye una evaluación inicial de la situación, creyendo que traerá algún beneficio, por pequeño que sea, y evitando comparaciones con la situación de otras personas. Además, a menudo va de la mano

con la activación de los valores personales. Resultados contrarios a los encontrados por Calixto y Salvador (2017), quienes investigaron la ansiedad y los métodos de afrontamiento de estudiantes del Departamento de Psicología de primero a quinto grado de una carrera académica ante los exámenes de cinco años de las carreras de contabilidad y ciencias financieras. encontraron que en la variable 'modo de afrontamiento del estrés', la estrategia dominante fue el 'modo de afrontamiento directo' de ambas academias.

El 63% tiene la estrategia de Búsqueda de Soporte Social. Esto significa que los estudiantes demuestran los procesos de interacción entre personas o grupos de personas, que construyen lazos de amistad e información a través del compromiso sistemático, y obtienen apoyo material, emocional y afectivo para enfrentar situaciones cotidianas en tiempos de crisis. Al respecto, Lazarus (1991) menciona que los recursos 'sociales' se refieren al proceso por el cual tienen lugar las interacciones sociales reales y el entorno social que rodea el encuentro interactivo. Los recursos sociales también incluyen las características de los sistemas de apoyo social, que parecen ser críticos para hacer frente al estrés.

Así mismo, en los resultados encontrados en la variable “Inteligencias Múltiples”, la inteligencia que predomina es la “Inteligencia Naturalista-Ecológico (34.6%)” (tabla 7), esto quiere decir que los estudiantes tienen la capacidad de percibir el entorno y clasificar los diferentes elementos que lo componen, es decir, tienen la capacidad de interactuar y conectarse con el entorno a través de la información que obtienen del entorno. diferentes componentes. Por su parte, Atunes (2008), plantea que la inteligencia naturalista-ecológica, está ligada a la competencia de percibir la

naturaleza de manera integral, sentir procesos de acentuada empatía con animales y plantas y comprender ampliamente hábitats de especies y ecosistemas, aunque no se dominen científicamente estos conceptos. En tal sentido, existe similitud con lo señalado Minaya (2018) que realizó una investigación donde exploró las Inteligencias Múltiples en sus diversos tipos y niveles en 100 estudiantes de ambos sexos de quinto de secundaria de la Institución Educativa “Julio Armando Ruíz Vázquez”, encontrando en sus resultados que los niveles de inteligencias Múltiples en los alumnos son significativamente diferentes. Sin embargo, destacan en un nivel alto con un 37% la inteligencia verbal – lingüística y naturalista -Ecológico.

El 30.9% tiene la Inteligencia Interpersonal. Quiere decir que los estudiantes tienen la capacidad para comprender a otras personas con las que se relacionan, se comunican con ellas e interactúan satisfactoriamente. Por su parte, García (2009), refiere que la Inteligencia interpersonal, es la capacidad de entender a los demás e interactuar eficazmente con ellos. Incluye sensibilidad y capacidad de respuesta a las expresiones faciales, sonidos, gestos y posturas. Esta sabiduría se manifiesta en actores, políticos, buenos vendedores y maestros exitosos, entre otros. Se lo ofrecen a estudiantes que disfrutan del trabajo en grupo, son convincentes en sus negociaciones con sus compañeros y mayores, conocen a su pareja. En tal sentido, existe similitud con lo señalado por Cossio (2017) que comparo los Factores de Inteligencias Múltiples (Verbal-Lingüística, Lógica-Matemática, Musical, Espacial, Corporal-kinestésica, Interpersonal, Intrapersonal y Ecológica-naturalista) en las estudiantes de educación inicial de dos tipos diferentes de instituciones superiores públicas, Universidad Nacional Mayor de San Marcos e Instituto Superior Pedagógico Público de Educación

Inicial. Encontrando que el factor de Inteligencia Múltiple más desarrollado en ambas muestras es la Inteligencia Interpersonal, seguida por la Intrapersonal.

El 62.3% de los alumnos presenta una baja Inteligencia Lógico – Matemático, ello se relaciona con la investigación de Pérez (2016) quien tuvo como objetivo contribuir en el proceso de enseñanza – aprendizaje de las inteligencias Múltiples en estudiantes con bajo rendimiento en matemáticas, para lo cual encontró que estos alumnos no presentaban la inteligencia Lógico Matemático debido a que los docentes no usaban estrategias para desarrollar dicha inteligencia.

Al determinarse la correlación entre los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística se encontró que solo existe relación significativa $p < 0.005$ entre los modos de afrontamiento: Afrontamiento directo, Planificación de Actividades y Búsqueda de soporte Social, aunque el coeficiente de correlación es débil. Más no existe relación con los otros modos de Afrontamiento. Estos resultados se relacionan con lo que refiere Ander – Egg (2013) sobre la Inteligencia Lingüística como una capacidad para comunicarse con los demás y expresar el propio pensamiento

En el análisis correlacional se encontró que no se existe una relación significativa entre los modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Lógico – Matemático.

Se encontró que no se existe una relación significativa entre los modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Musical. Estos resultados son similares a los resultados que obtuvo Llanos (2019), quien en su estudio el efecto de un proceso de

musicoterapia en los niveles de estrés al implementar un proceso de musicoterapia en una muestra de trabajadores del programa CREA-IDARTES, no encontró una disminución significativa en los niveles de estrés de los participantes en el programa de musicoterapia, asimismo explica que el canto en musicoterapia no contribuye al desarrollo de estrategias de tipo cognitivo a nivel analítico y racional ante situaciones problemáticas, sin embargo el canto favorece la expresión de las dificultades y de las emociones asociadas a un problema.

Se encontró que no se existe una relación significativa entre los modos de Afrontamiento al Estrés y la Inteligencia Espacial

Al determinarse la correlación entre los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal Kinestésico se encontró que solo existe relación significativa $p < 0.005$ entre los modos de afrontamiento: Afrontamiento Directo y la Reinterpretación positiva de la experiencia, aunque el coeficiente de correlación es débil. Más no existe relación con los otros modos de Afrontamiento.

Al determinarse la correlación entre los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal se encontró que solo existe relación significativa $p < 0.005$ entre los modos de afrontamiento: Retorno a la religión, Afrontamiento directo, Reinterpretación positiva de la experiencia y Planificación de actividades aunque el coeficiente de correlación es débil. También existe una correlación negativa con el afrontamiento Conductas Inadecuadas, ello quiere decir que cuando una de las variables disminuye la otra aumenta. Más no existe relación con los otros modos de Afrontamiento. Ello coincide con la investigación de Lunahuana (2018) quien en su tesis Inteligencia Emocional Y Estilos de Afrontamiento al Estrés en estudiantes de una

universidad privada concluye que los estudiantes que presentan niveles altos de inteligencia emocional adoptan estilos de afrontamiento que tienden a ser adaptativos, enfocándose en la búsqueda de resolución de problemas y facilitan la aceptación y la asimilación, por otro lado las personas con niveles bajos de Inteligencia emocional tienden a utilizar estilos de afrontamiento desadaptativos como el afrontamiento emocional y evitativo. Ello también coincide con la correlación entre los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal donde se encontró que solo existe relación significativa $p < 0.005$ entre los modos de afrontamiento: Reinterpretación positiva de la experiencia y Afrontamiento Directo, aunque el coeficiente de correlación es débil. Más no existe relación con los otros modos de Afrontamiento. Esto último se asemeja a la investigación de Pozzi (2018) “Estrategias del afrontamiento al estrés y autoestima”, quien en sus resultados encuentra que las mujeres con problemas de fertilidad poseen un nivel alto de autoestima para lo cual las estrategias que más usan son la Búsqueda de Orientación y apoyo y resolución de problemas.

Asimismo, la estrategia de afrontamiento retorno a la religión es algo que nos llama la atención y la manera de correlación con la Inteligencia Interpersonal dado que Iriarte (2021) investigó la inteligencia espiritual como estrategia para afrontar el estrés laboral docente para lo cual obtuvieron resultados positivos.

Por lo tanto, se encontró que existe relación significativa $p < 0.005$ entre los modos de afrontamiento en su estrategia Reinterpretación positiva de la experiencia con la Inteligencia Naturalista Ecológica, siendo esta débil, mas no se relaciona con ninguna de las otras estrategias.

CONCLUSIONES

Según el análisis de los resultados en la presente investigación se llegó a las siguientes conclusiones:

- El modo predominante de afrontamiento al estrés resultó la estrategia “Reinterpretación Positiva de la experiencia (74.7%)” en los estudiantes de la Facultad de Psicología.
- Para la variable Inteligencias múltiples la que predominó fue la “Inteligencia Naturalista-Ecológico (34.6%)” en los estudiantes de la Facultad de Psicología.
- Al correlacionar los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística se evidenció que solo existe relación significativa $p < 0.005$ entre los Modos de afrontamiento; Afrontamiento Directo, Planificación de Actividades y Búsqueda de soporte Social, siendo esta una correlación débil.
- Se ha establecido la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico – Matemático encontrándose que no existe relación porque se ha encontrado que el P valor es mayor al 0,05.
- Se ha establecido la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical encontrándose que no existe relación porque se ha encontrado que el P valor es mayor al 0,05.
- Se ha establecido la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial encontrándose que no existe relación porque se ha encontrado que el P valor es mayor al 0,05.
- Al correlacionar los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal Kinestésico se encontró que solo existe relación significativa $p < 0.005$

entre el modo de Afrontamiento Directo y la Reinterpretación positiva de la experiencia, lo que refiere una correlación débil.

- Al correlacionar los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal se evidencio que solo existe relación significativa $p < 0.005$ entre los modos de afrontamiento: Retorno a la religión, Afrontamiento directo, Reinterpretación positiva de la experiencia y Planificación de actividades, lo que refiere una correlación débil.
- Al correlacionar los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal se evidencio que solo existe relación significativa $p < 0.005$ entre los modos de afrontamiento: Reinterpretación positiva de la experiencia y Afrontamiento Directo, siendo el coeficiente de correlación débil.
- Al correlacionar los Modos de Afrontamiento al estrés y la Inteligencia Naturalista Ecológica se evidencio que solo existe relación significativa $p < 0.005$ entre el Modo de Afrontamiento: Reinterpretación positiva de la experiencia, siendo el coeficiente de correlación débil.

RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS

A los estudiantes de la Facultad de Psicología

- Utilizar estrategias de control y manejo del estrés recurriendo a prácticas de meditación, relajación, ejercicios de respiración y deportes al aire libre.
- Participar de los diferentes talleres y actividades que ofrece el servicio Bienestar Universitario para la recreación y la práctica deportiva, artística y cultural.
- Tomar sesiones de entrenamiento y consejería para recibir orientación sobre el manejo adecuado del estrés, especialmente en el período posterior a la pandemia.

A los docentes de la Facultad de Psicología.

- Considerar los resultados de este estudio para incorporar aspectos relacionados con la Teoría de las Inteligencias Múltiples y el manejo del estrés.
- Animar a los estudiantes a realizar investigaciones sobre las variables relacionadas con el estrés y las formas de afrontar el estrés educativo y laboral.

A la Facultad de Psicología

- Realizar un estudio longitudinal de los estudiantes que fueron evaluados en esta investigación, para luego comparar los resultados al finalizar los estudios universitarios.

- Realizar investigaciones futuras para la mejor comprensión de la relación de las variables Modos de Afrontamiento al Estrés y las Inteligencias Múltiples en diversas poblaciones de estudio
- Fortalecer el centro de tutoría y consejería en la Universidad, con el fin de fortalecer el sistema educativo y el bienestar de los estudiantes.
- Tener en cuenta la predominancia de los Modos de Afrontamiento al estrés y las Inteligencias Múltiples importantes para un mejor desempeño académico y en un futuro lograr el éxito laboral y personal, garantizando de esta manera una educación de calidad y la promoción de la salud mental.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychologist, 55(6), 647-654. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.6.647>
- Ander-Egg, E. (2013). *Claves para introducirse en el estudio de las Inteligencias Múltiples*. Santa Fé, Argentina: Homo Sapiens Ediciones. <https://elibro.net/es/ereader/unheval/123839>.
- Antunes, C. (2016). *Juegos para estimular las inteligencias múltiples*. Madrid, España: Narcea Ediciones. <https://elibro.net/es/ereader/unheval/46213>
- Antunes, Celso. (2008). *¿Cómo desarrollar contenidos aplicando las inteligencias múltiples?*. (3 edición). Buenos Aires: Editorial SB.
- Aravena, C. (2018). *¿Qué es la inteligencia? España*: Editado por Bubok Publishing S.L.
- Arias, F. y González, M. (2009). *Estrés, agotamiento profesional (burnout) y salud en profesores de acuerdo a su tipo de contrato*. Recuperado de <http://documents.mx/documents/burnout-y-salud-arias-galicia.html>
- Caballero, J., Alfaro, M., Núñez, Y., y Torres, H. (2009). Violencia psicológica contra la mujer por su pareja en el Perú. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, 2 (3), 60-90.
- Calixto, C. & Salvador, Y. (2017). *Ansiedad frente a los exámenes y modos de afrontamiento al estrés de estudiantes de dos facultades de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco - 2015* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio Institucional - Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

- Camayoc, N. (2013). *Razones para vivir y modos de Afrontamiento al estrés en internos de Pabellón IX y de Mujeres del Establecimiento penitenciario de Huánuco – 2013* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio Institucional - Universidad Nacional Hermilio Valdizán.
- Carver, C., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*, 56(2), 267-283.
- Cassaretto, M., Chao, C., Boletes, H. y Valdes, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, 21(2), 363-392.
- Castaño, F. & Tocoche, Y. (2018). Inteligencias múltiples y competencias emocionales en estudiantes universitarios. *Campo abierto*, 7(1), pp. 33-55.
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la Prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima* [Tesis de licenciatura no publicada]. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Cirera, Y., Elaine, A., Rueda, V., y Ferraz, O. (2012). Impacto de los estresores laborales en los profesionales y en las organizaciones. *Análisis de investigaciones publicadas. Invenio*, 15 (29), 67–80.
- Cossio, C. (2017). *Inteligencias múltiples en estudiantes de educación Superior* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Marcos]. Universidad Nacional de San Marcos.

- Falcón, M. (2017). *Relación entre los estilos de Afrontamiento al estrés y Rasgos de Personalidad en padres de niños con trastorno del espectro autista* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/1437>
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000). Positive Affect and the Other Side of Coping.
- García, E. (2006). *Afrontamiento, Emociones y Creencias de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica en pacientes y familiares* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Nuevo León]. Universidad Nacional de Nuevo León, México.
- García, G. (2005) Las inteligencias múltiples en la escuela secundaria: el caso de una institución pública del Estado de México. *Revista tiempo de educar*, 6 (12), 289-315. <https://www.redalyc.org/pdf/311/31161204.pdf>
- García, M. (2009). La dimensión comunicativa de las inteligencias múltiples. *CIC. Cuadernos de Información y Comunicación*, 14.
- Gardner, H. (1983) *Estructuras de la Mente, la teoría de las inteligencias múltiples*. (2^a ed., Vol. 2). Ed. Fondo de Cultura Económica.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind*. New York. Basic books
- Gardner, H. (1987) *Estructuras de la Mente: La teoría de las inteligencias Múltiples*. (1^a ed., Vol. 3). Ed. Fondo de Cultura Económica.
- Gardner, H. (1998). *Inteligencias Múltiples: la Teoría en la Práctica*. Barcelona: Paidós.
- Gardner, H. (1999). *Intelligence reframed multiple intelligences for the 21st Century*. New York: Basic Books.

- Gardner, H. (2002). *Interview with Steen Larsen. Education and humanism*. Denmark: Padaogiske Universitet.
- Gardner, H., Kornhaber, M y Krechevsky, M (1993). *Abordar el concepto de inteligencia. En H. Gardner inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*, Barcelona: Paidós Ibérica.
- Góngora, V.C., & Casullo, M.M. (2009). Validación de la escala de Autoestima de Rosenberg en población general y en población clínica de la ciudad de Buenos Aires. *Ridep*, 1(2), 179-194.
- González, M., & Hernández, P. (2009). Estrés y Adolescencia: Estrategias de Afrontamiento y Autorregulación. *STVDIVM, Revista de Humanidades*, 6(15). 200-250.
- Instituto Nacional de Salud-Perú (2010). *Aspectos Éticos, Legales y Metodológicos de los Ensayos Clínicos para su Uso por los Comités de Ética*. Lima. Ministerio de salud.
- Iriarte, A.J., Barreto, M., Campo, K. & Domínguez, E. (2021) La inteligencia espiritual como estrategia para afrontar de manera constructiva el estrés laboral docente. *Revista electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 24(1), 101-113.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*. Ed. Martínez de la Roca.
- Lazarus. R. (1993). From Psychological stress to the emotion: a history of changing outlooks. *Annual Review of psychology*, 44(10), 1-21.

- Leka, S., Griffiths, A., y Cox, T. (2004). *La organización del trabajo y el estrés. Serie Protección de la Salud de los trabajadores*.
http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf
- León, M.I. (2011) Inteligencias Múltiples, ¿Sabemos darle a todo el mismo valor en el aula? *Revista Paidex*, 2(8), 10-40.
<http://revista.academiamestre.es/2011/12/inteligencias-multiples>
- Lévano, J. (2003). *El Patrón de conducta Tipo A y Tipo B y Los Estilos de Afrontamiento al Estrés en una muestra de personal militar* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Llanos, C. (2019). *Efecto del Canto sobre los Niveles de Estrés a través de la implementación de un proceso de Musicoterapia en una muestra de trabajadores del programa CREA-IDARTES* [Tesis de maestría, Universidad de San Martín de Porres]. Universidad de San Martín de Porres
- Lorenzo, R. (2006). ¿A qué se le denomina talento?: Estado del arte acerca de su conceptualización Intangible Capital. *Intangible Capital*, 2 (1), 72-163.
<https://www.redalyc.org/pdf/549/54920104.pdf>
- Luca, S. L (2015). Las inteligencias múltiples como una estrategia didáctica para atender la diversidad y aprovechar el potencial de todos los alumnos. *Revista nacional e internacional de educación inclusiva*, 8(3), 121-136.
- Lunahuana, R.M. (2018). *Inteligencia Emocional y Estilos de Afrontamiento al Estrés en estudiantes de una universidad privada* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Colombia]

- Maquera, B. (2019). *Las inteligencias múltiples y el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa de jornada Escolar Completa Emilio Romero Padilla Chucuito-Puno, 2016* [Tesis de doctorado, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle].
<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/4799/Bernabe%20MAQUERA%20QUISPE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Matalinares, L., Díaz, G., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J. (2017). Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Revista De Investigación En Psicología*, 19(2), 123–143.
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v19i2.12894>
- Maureira Cid, F. (2018). *¿Qué es la inteligencia?* Ed. Bubok Publishing S.L.
<https://elibro.net/es/ereader/unheval/51359?page=2>
- Minaya, A. (2018). *Inteligencias múltiples en alumnos del 5to año de secundaria turno mañana de la institución educativa “Julio Armando Ruiz Vásquez” Amarilis – Huánuco 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad de Huánuco].
<http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1293/MINAYA%20MORI%20Antony%20Mijhael.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Molero, C., Saiz, E., Esteban, C. (1998). Revisión Histórica del Concepto de Inteligencia: una aproximación a Inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de psicología*, 30(1), 11-30.
- Moos, R.H (1988). *Coping Response Inventory manual*. Palo Alto, CA: Stanford University Medical Center and Veterans Administration Medical Center.

- Moscoso, M. (1994). La psicología de la salud. Un enfoque multidisciplinario acerca del estrés y Cambio conductual. *Revista de Psicología*, 12 (5), 47-71.
- Moyano, A. (2013). *Creencias sobre la importancia de las Inteligencias Múltiples para el ejercicio profesional en estudiantes de Psicología* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Córdoba].
https://repositorio.uesiglo21.edu.ar/bitstream/handle/ues21/11881/Andres_Moyano_Hers_Psicolog%C3%ADa_tesis.pdf?sequence=1
- Municipalidad de Huánuco (2021). *La ciudad de Huánuco*. Portal web de la municipalidad de Huánuco. [Municipalidad de Huánuco \(munihuanuco.gob.pe\)](http://municipalidaddehuanuco.gob.pe)
- Nadal, B. (2015). Las inteligencias múltiples como una estrategia didáctica para atender a la diversidad y aprovechar el potencial de todos los alumnos. *Revista nacional e internacional de educación inclusiva*, 8 (3), 121-136.
- Palomino, B. y Ramos, G. (2019). *Patrones de conducta a-b y Modos de afrontamiento al estrés en pacientes con enfermedades cardiovasculares del Hospital base ii - ESSALUD- Huánuco 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán.
- Pérez, S. (2016) *Inteligencias Múltiples más desarrolladas en estudiantes del tercero básico con bajo rendimiento de Matemática en un colegio privado ubicado en el municipio de San José Pínula en el departamento de Guatemala* [Tesis de licenciatura, Universidad de Guatemala]. Universidad de Guatemala.
- Picoy, J. V. (2014) *Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de la facultad de psicología de la universidad Hermilio Valdizán* [Tesis de licenciatura,

Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Pozzi, L. (2018). *Estrategias de afrontamiento al estrés y niveles de autoestima en mujeres con problemas de fertilidad* [Tesis de pregrado, Universidad Atlántida Argentina].

<https://www.slideshare.net/CarolinaLucianaPozzi/estrategias-de-afrontamiento-del-estr-y-autoestima-en-mujeres-con-problemas-de-fertilidad>

Quispe, E. (2019). *Las inteligencias Múltiples y el Aprendizaje de la asignatura Tecnologías de información y comunicación de los estudiantes de la Universidad Peruana los Andes, Sede La Merced – 2017* [Tesis de Maestría, Universidad

Peruana los Andes].

http://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/UPLA/990/T037_41585641_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ramos, V. (2017). *Inteligencias Múltiples de los estudiantes del 5° grado de primaria de una Institución Educativa privada y una Institución Educativa Pública del distrito de PillcoMarca, Huánuco, 2016* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Rodríguez, C. R. y Rivas, H. S. (2011). *Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y líneas de intervención.*

<http://doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500006>

Romero, C. & Pozo, C. (2018). *Factores de personalidad y modos de afrontamiento al estrés en los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional*

Hermilio Valdizán [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán].

<http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/3709>

Ruiz, C. (2004). *Escala MINDS de Inteligencias Múltiples*. Trujillo: Universidad César Vallejo.

Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Editorial Visión Universitaria.

Spielberger, Ch. y Moscoso. (1996). Reacciones emocionales del estrés: ansiedad y cólera. *Avances en Psicología Clínica Latinoamericana*, 14 (2), 59-81.

Suárez, J.; Maiz, F.; Meza, M. (2010) Inteligencias múltiples: una innovación pedagógica para potenciar el proceso enseñanza aprendizaje. *Investigación postgrado*, 25 (1), 81-94.

Suazo, S. (2006). *Inteligencias Múltiples: Manual práctico para el nivel elemental*. San Juan – Puerto Rico: Universidad de Puerto Rico.

Thorndike, E. (1920) Intelligence and its uses. *Harper's Magazine*, 140(150), 227-235.

Thurstone, L. (1938). *Primary mental abilities*. Chicago: University of Chicago Press.

UNHEVAL. (30 de julio de 2021). *Universidad Nacional Hermilio Valdizán*. [Nuestra Universidad – UNHEVAL](#)

Vásquez, F. (2005). Las Inteligencias Múltiples y las nuevas tecnologías informáticas y de comunicaciones en la escuela. *Revista Psicogente*, 8 (13), 32-46.

ANEXOS

ANEXO 1

Consentimiento Informado

Fecha:

Yo,

.....
 Con documento de identidad N°
, certifico que he sido informado con la claridad y veracidad respecto al trabajo de investigación y estoy de acuerdo en participar en la presente investigación titulada: “MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS E INTELIGENCIAS MULTIPLES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN HUANUCO -2019”, que llevan a cabo los investigadores: Chacón Valverde, Yair Yury; Diaz Dávila Erick Yeferson y Medina Alvarado, Michelli Corina estudiantes de la facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

El objetivo del estudio es determinar la relación entre Modos de afrontamiento al estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizan, Huánuco – 2019, para que así las autoridades intervengan en estos aspectos en los estudiantes brindándole estrategias y herramientas para desarrollar de mejor manera ambas variables, en caso se vea necesario.

Entiendo que mi participación es voluntaria, que mis respuestas serán confidenciales y que no recibiré dinero por mi colaboración, por lo que acepto participar de forma voluntaria (o) como colaborador (a)

Permito que la información obtenida sea utilizada sólo con fines de investigación.

-- Firma del estudiante de
la UNHEVAL

Firma del investigador

ANEXO 2

Instrumentos de recolección de datos

CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

Instrucciones

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

NUNCA (NO)

SIEMPRE (SI)

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

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

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

Escala de MINDS - Inteligencias múltiples

Apellidos y nombres (iniciales): _____ Edad: _____ sexo:

___Ciclo_____

Instrucción Lee cada frase y escribe el número que corresponde considerando los siguientes criterios:

- 0 Si no se parece en nada a ti.
- 1 Si se parece en algo a ti (sólo un poco)
- 2 Si se parece bastante a ti.
- 3 Si se parece totalmente a ti o casi totalmente.

ITEMS:

1. Estoy orgulloso (a) de tener un amplio vocabulario.
2. Me resulta fácil manejar diversos símbolos numéricos.
3. La música es un componente altamente significativo de mi existencia diaria.
4. Siempre sé exactamente dónde estoy ubicado en relación a mi casa.
5. Me considero un atleta.
6. Siento que le agrado y caigo bien a personas de todas las edades.
7. A menudo busco en mí las debilidades que yo observo en los demás.
8. Disfruto y obtengo alegrías del mundo viviente que me rodea.
9. Me gusta aprender cada día nuevas palabras y lo hago con facilidad.
10. Frecuentemente desarrollo ecuaciones que describen relaciones y explican mis observaciones.
11. Tengo intereses musicales amplios que incluyen tanto lo contemporáneo como lo clásico.

12. No me pierdo con facilidad y sé orientarme con mapas o planos sobre puntos y direcciones que me son desconocidos.
13. Me siento orgulloso de mantenerme físicamente bien, me agrada sentirme fuerte y sano.
14. Respondo a los demás con entusiasmo sin prejuicios o medias palabras.
15. Con frecuencia pienso acerca de la influencia que tengo sobre los demás.
16. Me fascinan los cambios en las estaciones.
17. Me agrada escuchar conferencias que me planteen retos.
18. Con frecuencia establezco razones y relaciones en el mundo físico que me rodea.
19. Tengo un sentido muy agudo de los tonos, el tiempo y el ritmo en la música.
20. Me resulta fácil conocer las direcciones en los lugares nuevos para mí.
21. Tengo un excelente equilibrio y buena coordinación ojo - mano y me resultan atractivos los deportes como el vóley, fútbol; etc.
22. Me encanta compartir con una variedad de personas.
23. Creo firmemente que soy responsable de quién soy yo y que mi "ser" es producto de mis elecciones personales.
24. Me encanta la jardinería y cuidar las plantas de mi casa.
25. Me gusta escribir un diario, con todas mis experiencias personales.
26. Las matemáticas siempre han sido uno de mis cursos favoritos y voluntariamente he seguido mejorando en ese curso.
27. Mi educación musical empezó cuando yo era niño (a) y continúa hasta el momento actual.
28. Tengo la habilidad de representar lo que yo soy a través de un dibujo o pintura.
29. Mi excelente equilibrio y coordinación de movimientos me permiten disfrutar de actividades de mucha velocidad.

30. Me siento cómodo disfrutando de situaciones sociales nuevas.
31. Frecuentemente pienso que la vida hay que aprovecharla al máximo, por lo que no malgasto mi tiempo en cosas sin importancia.
32. Observo con agrado la fauna silvestre y me gusta dar de comer a las aves.
33. Leo y disfruto de la poesía y ocasionalmente escribo poemas.
34. Me agrada y discuto con otros sobre temas y datos de estadística y cálculos numéricos.
35. Soy una persona con habilidades tanto en la música instrumental como vocal.
36. Mi habilidad para dibujar es reconocida por los demás.
37. Disfruto mucho de actividades al aire libre.
38. Les caigo bien a los niños desde el primer instante que los conozco.
39. Me agrada mucho leer sobre los grandes filósofos que han escrito sobre sus afanes, sus luchas, las alegrías y el amor a la vida.
40. En alguna época de mi vida he sido un ávido coleccionista de cosas de la naturaleza como piedras, hojas, etc.
41. Tengo habilidad para usar las palabras en sentido Figurado (hacer metáforas).
42. Me gustaría trabajar con la contabilidad de una gran empresa.
43. Puedo repetir bien las notas musicales cuando alguien me lo pide.
44. Puedo combinar bien los colores, formas, sombras y texturas en un trabajo que realizo.
45. Me agrada participar y disfruto mucho en actividades deportivas tanto individuales como por equipos.
46. Tengo facilidad para reconocer los méritos y éxitos de las demás personas.
47. Pienso en la condición humana con frecuencia y en el lugar que yo tengo en este mundo.

48. Busco y disfruto actividades recreativas como ir de pesca, acampar, etc.
49. Me gusta aprender frases y pensamientos célebres, recordarlos y usarlos en mi vida diaria.
50. Los números siempre han sido algo importante en mi vida.
51. Me siento orgulloso de mis talentos por la música y los demás han reconocido también en mí esas cualidades.
52. Me resulta sencillo construir y ver las cosas en tres dimensiones y me agrada fabricar objetos tridimensionales.
53. Soy una persona activa y disfruto mucho del movimiento.
54. Rápidamente me doy cuenta cuando alguien quiere manipular a los demás.
55. Me siento feliz como miembro de mi familia y del lugar que ocupo en ella.
56. Me gusta mucho tener mascotas y procuro que estén sanos y bien cuidados.
57. Disfruto escribiendo y creo tener habilidad para usar correctamente las palabras, la sintaxis y la semántica del lenguaje.
58. Siempre trato de buscar la relación causa - efecto de las cosas y acontecimientos.
59. Tengo una gran colección de CDs de música variada y disfruto escuchándola.
60. Tengo habilidad para crear y hacer cosas con las manos.
61. Disfruto mucho de actividades de temporada de verano como nadar, correr olas, jugar paletas.
62. Tengo bien desarrollada mi intuición y pronto me doy cuenta de las cosas usando mi "sexto sentido".
63. Me agrada mucho cómo soy y tengo una clara idea de mis fortalezas y debilidades.
64. Si pudiera sería miembro de las organizaciones que buscan proteger la flora y fauna preservando el cuidado de la naturaleza.

65. Me agrada conversar bastante con los demás y contarle historias, acontecimientos y hechos reales o inventados.
66. En mis pensamientos con frecuencia están las ideas lógicas, las hipótesis y las deducciones.
67. A menudo me gusta cantar, bailar, zapatear y estar conectado con la música.
68. Necesito de mis imágenes, figuras, esquemas para entender mejor los hechos.
69. Me agradan mucho las competencias deportivas y ver programas de TV de Olimpiadas de atletismo, gimnasia, vóley, fútbol, etc.
70. Soy de los que piensa que todos somos iguales y no desmerezco a nadie.
71. Considero que soy una persona completamente honesta conmigo misma.
72. Amo la naturaleza, sus ríos, montañas, valles y lagos.

ANEXO 3

Tabla 17 Matriz de Consistencia
MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS E INTELIGENCIAS MÚLTIPLES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN, HUÁNUCO - 2019

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES / DIMENSIONES	DEFINICIONES CONCEPTUALES/ OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	DISEÑO
<p>General: ¿Cuál es la relación entre los Modos de afrontamiento al Estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huánuco-2019?</p> <p>Específicos:</p> <p>A. ¿Cuál es el Modo de afrontamiento al estrés predominante en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?</p> <p>B. ¿Cuál es la Inteligencia Múltiple predominante en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?</p> <p>C. ¿Cuál es la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?</p> <p>D. ¿Cuál es la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?</p> <p>E. ¿Cuál es la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?</p> <p>F. ¿Cuál es la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los</p>	<p>General: Determinar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huánuco-2019.</p> <p>Específicos:</p> <p>A. Identificar el Modo de afrontamiento al estrés predominante en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p> <p>B. Identificar la Inteligencia Múltiple predominante en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p> <p>C. Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p> <p>D. Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p> <p>E. Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los</p>	<p>Hipótesis General: Hi: Existe relación directa y significativa entre los Modos de Afrontamiento al estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huánuco-2019.</p> <p>Ho: No existe relación directa y significativa entre los Modos de Afrontamiento al estrés e Inteligencias Múltiples en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huánuco-2019.</p> <p>Hipótesis Específicas: Hi 1: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p> <p>Ho: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Verbal Lingüística en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p> <p>Hi 2: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p> <p>Ho: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Espacial en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p> <p>Hi 3: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p> <p>Ho: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Musical en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.</p>	<p>V1: Modos de Afrontamiento al estrés Enfocado al problema:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Afrontamiento activo • Planificación • La supresión de otras actividades • La postergación del afrontamiento • La búsqueda de apoyo social • • Enfocado en la emoción • La búsqueda de soporte emocional • Reinterpretación positiva • La aceptación • Acudir a la religión • Análisis de las emociones. <p>Otros estilos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Negación • Conductas inadecuadas • Distracción <p>V2: Inteligencias Múltiples</p> <p>Inteligencia Verbal-Lingüística</p> <p>Inteligencia Lógico-Matemático</p> <p>Inteligencia Musical</p> <p>Inteligencia Espacial</p>	<p>Definiciones Conceptuales:</p> <p>Variable 1: Modos de Afrontamiento al estrés Según Carver, Scheier y Weintraub (1989) Es la respuesta a una situación estresante depende de cada uno: las experiencias anteriores, la auto-apreciación de las propias capacidades y las motivaciones influyen en este proceso activo de adaptación. El término coping designa esta manera de enfrentar una situación estresante y dominarla.</p> <p>Variable 2: Inteligencias Múltiples Gardner (1983) describe la Teoría de las Inteligencias múltiples como la habilidad para resolver problemas o para elaborar productos que son de importancia en un contexto cultural o en una comunidad determinada.</p> <p>DEFINICIONES OPERACIONALES</p> <p>VARIABLE 1: Modos de Afrontamiento al Estrés Respuestas de los sujetos al Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés- COPE (Carver, et AL).</p>	<p>Nombre: Diseño Relacional</p> <p>Representación Simbólica:</p> <div style="text-align: center;">  <p style="margin-left: 100px;">M → OX r → OY</p> </div> <p>Legenda:</p> <p>M: Muestra de estudiantes de Psicología-UNHEVAL. OX: Modos de afrontamiento al Estrés OY: Inteligencias Múltiples. r: Asociación de variables</p> <p>M: Muestra de estudiantes de Psicología-UNHEVAL. OX: Modos de afrontamiento al estrés OY: Inteligencia Verbal-Lingüística. r: Asociación de variables</p> <p>M: Muestra de estudiantes de Psicología-UNHEVAL. OX: Modos de afrontamiento al estrés OY: Inteligencia Lógico-Matemático. r: Asociación de variables</p> <p>M: Muestra de estudiantes de Psicología-UNHEVAL OX: Modos de afrontamiento al estrés OY: Inteligencia Musical. r: Asociación de variables</p>

estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?	estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.	Hi 4: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.	Inteligencia Corporal-Kinestésico	M: Muestra de estudiantes de Psicología-UNHEVAL
G. ¿Cuál es la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemática en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?	F. Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.	Ho: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Intrapersonal en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.	Inteligencia Interpersonal	VARIABLE 2: Inteligencias Múltiples
			Inteligencia Intrapersonal	Respuestas de los sujetos a la escala MINDS – Inteligencias Múltiples (Cesar Ruiz Alva)
			Inteligencia Naturalista-Ecológico	OY: Inteligencia Espacial. r: Asociación de variables.
H. ¿Cuál es la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal - Kinestésica en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?	G. Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemática en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.	Hi 5: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemática en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.		M: Muestra de estudiantes de Psicología-UNHEVAL
				OY: Modos de afrontamiento al estrés
				OY: Inteligencia Corporal-Kinestésico.
				r: Asociación de variables
I. ¿Cuál es la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?	H. Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemática en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.	Ho: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Lógico - Matemática en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.		M: Muestra de estudiantes de Psicología-UNHEVAL
				OY: Modos de afrontamiento al estrés
				OY: Inteligencia Interpersonal.
				r: Asociación de variables.
J. ¿Cuál es la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Ecológica / Naturalista en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019?	I. Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.	Hi 6: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal - Kinestésica en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.		M: Muestra de estudiantes de Psicología-UNHEVAL
				OY: Modos de afrontamiento al estrés
				OY: Inteligencia Intrapersonal
				r: Asociación de variables.
	J. Identificar la relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Ecológica / Naturalista en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.	Ho: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Corporal - Kinestésica en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.		M: Muestra de estudiantes de Psicología-UNHEVAL
				OY: Modos de afrontamiento al estrés
				OY: Inteligencia Naturalista-Ecológico.
				r: Asociación de variables.
		Hi 7: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.		
		Ho: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Interpersonal en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.		
		Hi 8: Existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Ecológica / Naturalista en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.		
		Ho: No existe relación entre los Modos de afrontamiento al estrés y la Inteligencia Ecológica / Naturalista en los estudiantes de Psicología en la Universidad Hermilio Valdizán Huanuco-2019.		

NOTA BIOGRAFICA

Mi nombre es Michelli Corina Medina Alvarado, nací un 17 de setiembre del año 1998 en la provincia y distrito de Huánuco, empecé mis estudios a los 5 años en el jardín Tomas Alva Edinson, la primaria en la Institución Educativa “Señor de los Milagros” y la secundaria en la Institución Educativa Emblemática e Innovadora Nuestra Señora de las Mercedes teniendo logros de primer y segundo puesto en música, y culminando con éxito mis estudios en el año 2014. Ingrese a la Universidad Hermilio Valdizán en el año 2015 en segundo lugar a la Facultad de Psicología en la CEPRE A, empezando mi primer año de estudios en el 2016, culminando así mis estudios en el año 2021. Desde muy pequeña fui una persona muy observadora, sociable, e interesada en cuando a prender cosas nuevas, y como toda persona en el transcurso de mi crecimiento me encontré también con ciertos problemas a nivel familiar, económico y social. Al culminar mi secundaria no sabía qué carrera profesional escoger me gustaba un poco de todo, sin embargo lo que me motivo a estudiar Psicología fue gracias a mi hermano él era estudiante de Sociología y me llamo la atención sobre el comportamiento social, sin embargo mi interés fue más allá, porque primero quería saber a qué se debe el actuar de una persona, descubriendo así la complejidad de cada ser humano, es desde entonces que muchas preguntas vinieron a mi mente llegándome también a interesar la parapsicología y la psicología pura. En el transcurso de estudio de mi carrera he aprendido mucho incluso puedo decir que me ha dado las herramientas para ir mejorando como persona, mejorar mi entorno y también ayudar a los demás, pero al ser la psicología una rama muy amplia de la ciencia aun me queda mucho por aprender, investigar y aportar a pesar de ya haberme graduado.

Mi Nombre es Yair Yury Chacón Valverde; Nací el 27 de octubre del año 1996 en la ciudad de Abancay-Apurímac, estudié la primaria en la Institución Educativa Emblemática Miguel Grau, y la secundaria en la Institución Educativa José Jiménez Borja, culminando la secundaria satisfactoriamente, postulé a la Universidad Nacional Hermilio Valdizan para la Carrera de Psicología, y tuve el agrado de poder ingresar sin ningún inconveniente. Elegí la carrera de Psicología porque sentí que iba a lo que yo estaba buscando en mi vida, que era ayudar a las personas en su salud mental mediante la ciencia; ver problemas como la depresión, ansiedad e incluso el riesgo suicida me llevo a analizar que me gustaría poder hacer algo para así combatir con estos problemas que aqueja a la sociedad, y hoy después de 6 largos años en la Universidad considero que estoy empezando a hacer algo por esos problemas trabajando en voluntariados y así contribuyendo con la sociedad para poder hacer frente a estos problemas.

Mi Nombre es Erick Yeferson Díaz Dávila, Nací el 25 de septiembre del año 1997 en el departamento de Cerro de Pasco, Estudié la primaria en la Institución Educativa N°34139 Alfonso Ugarte, y la secundaria en la I.E Inca Garcilaso de la Vega, terminando de forma satisfactoria, postulé a la Universidad Hermilio Valdizán en el año 2016 ,donde ingrese a la carrera profesional de Psicología, lo que me llevo a estudiar esta hermosa carrera es la vocación de servicio que tengo de escuchar ,comprender y ayudar ,desde inicios de la adolescencia tuve curiosidad por comprender y entender el comportamiento de las personas ,de cómo cada uno de ellos desenvuelve en cada aspecto de su vida y cómo afrontan todo tipo de situaciones . A parte de ser una carrera muy atractiva e interesante, la Psicología te hace vivir emociones inexplicables, cuando sientes esa satisfacción de poder ayudar y contribuir en la mejora de la salud mental de las personas, así mismo esta profesión hoy en día está en constante crecimiento y tiene una amplia demanda laboral, lo que le vuelve un desafío de superación y mejora constante para todos nosotros, los profesionales encargados del cuidado de la salud mental dentro de una sociedad.



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN -HUANUCO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DECANATO



**ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS PARA OPTAR EL TITULO DE
 LICENCIADO(A) EN PSICOLOGÍA**

A los 12 días del mes de agosto del 2022, siendo las 10:00 a.m., se reunieron en forma virtual, los Miembros integrantes del Jurado Examinador de la Tesis, titulada: **"MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS E INTELIGENCIAS MÚLTIPLES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL, HUANUCO-2019**, de los Bachilleres **MICHELLI CORINA MEDINA ALVARADO, YAIR YURY CHACON VALVERDE y ERICK YEFERSON DIAZ DAVILA**, con Asesor de Tesis, Mg. Jesús Calle Ilizarbe, procedieron a dar inicio al acto de sustentación de tesis para el otorgamiento del título de Licenciada(o) en Psicología, siendo los Miembros del Jurado los siguientes:

- . Dra. FLOR MARIA AYALA ALBITES PRESIDENTE
- . Mg. YESSICA RIVERA MANSILLA SECRETARIA
- . Mg. ELIZABETH CHAVEZ HUAMAN VOCAL

Finalizada la sustentación de la tesis, se procedió a deliberar y verificar la calificación, habiendo obtenido las notas y el resultado siguiente:

GRADUANDOS	1° Miembro	2° Miembro	3° Miembro	Prom. Final
MEDINA ALVARADO, MICHELLI CORINA	17	17	17	17
CHACON VALVERDE, YAIR YURY	17	17	17	17
DIAZ DAVILA, ERICK YEFERSON	17	17	17	17

OBSERVACIONES:

Se da por concluido, el Acto de Sustentación de la Tesis a horas 12:00 p.m., en fe de lo cual firmamos.

.....
 PRESIDENTE

.....
 SECRETARIO

.....
 VOCAL



**UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZAN" HUÁNUCO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TEMA

Que en atención a lo solicitado y el infpme de Conformidad y Originalidad del tema de investigación de parte del señor Asesor, se hace Constar que:

La investigación titulada: **"MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS E INTELIGENCIAS MÚLTIPLES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL, HUÁNUCO-2019"**, de Yair Yury Chacón Valverde, Erick Yeferson Díaz Dávila y Michelli Corina Medina Alvarado; Presenta ORIGINALIDAD respecto al tema de investigación.

Se expide la presente **CONSTANCIA** a solicitud del interesado para los fines pertinentes.

Huánuco, 26 de julio de 2022

Mg. Crisanto Mallqui Cruz
Director (e) Unidad de investigación
Facultad de psicología



UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZAN" HUÁNUCO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE CONFORMIDAD Y CONTROL ANTIPLAGIO

Que en atención a lo solicitado y el informe de Conformidad y Control Antiplagio realizado por el señor Asesor, se hace Constar que:

La investigación titulada: "MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS E INTELIGENCIAS MÚLTIPLES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL, HUÁNUCO-2019" De Yair Yury Chacón Valverde, Erick Yeferson Díaz Dávila y Michelli Corina Medina Alvarado; presenta un índice de similitud de 5 % según lo verificado en el reporte del análisis del Software Turnitin. Por lo que se concluye que las coincidencias no exceden el máximo de porcentaje permitido por el programa anti plagio establecido en el Reglamento Específico de Grados y Títulos vigente de la Facultad de Psicología.

Se expide la presente **CONSTANCIA** a solicitud del recurrente para los fines pertinentes

Huánuco, 25 de julio de 2022

Mg. Crisanto Mallqui Cruz
Director (e) Unidad de investigación
Facultad de psicología



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN -HUANUCO



**AUTORIZACIÓN PARA QUE LA BIBLIOTECA CENTRAL DE LA UNHEVAL
PUBLIQUE LAS TESIS ELECTRÓNICAS DE PREGRADO**

1. IDENTIFICACIÓN PERSONAL (ESPECIFICAR LOS DATOS DE LOS AUTORES DE LA TESIS)

Apellidos y Nombres Chacon Valverde, Yair Yury
 DNI 76305125 CORREO ELECTRÓNICO ch2com422007@gmail.com
 TELEFONO CASA - CELULAR 982974249 OFICINA -

Apellidos y Nombres Díaz Davila, Erick Yeferson
 DNI 71831551 CORREO ELECTRÓNICO diazdavilaerick@gmail.com
 TELEFONO CASA - CELULAR 991274154 OFICINA -

Apellidos y Nombres Medina Alvarado, Michelli Corina
 DNI 43611500 CORREO ELECTRÓNICO medinaalvarado.michelli@gmail.com
 TELEFONO CASA - CELULAR 910676603 OFICINA -

2. IDENTIFICACIÓN DE LA TESIS

PREGRADO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
E.P. PSICOLOGÍA

Título Profesional Obtenido:
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Título de la Tesis: MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS E INTELIGENCIAS
MÚLTIPLES EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD
NACIONAL, HUÁNUCO-2019

Tipo de acceso que autoriza(n) el (los) autor(es):

MARCA CON UNA X	CATEGORÍA DE ACCESO	DESCRIPCIÓN DEL ACCESO
<input checked="" type="checkbox"/>	PUBLICO	Es público y accesible al documento a texto completo por cualquier tipo de usuario que consulta el repositorio.
<input type="checkbox"/>	RESTRINGIDO	Solo permite el acceso al registro del metadato con información básica, mas no al texto completo.



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN -HUANUCO



Tipo de acceso que autoriza(n) el (los) autor(es):

MARCA CON UNA X	CATEGORÍA DE ACCESO	DESCRIPCIÓN DEL ACCESO
X	PUBLICO	Es público y accesible al documento a texto completo por cualquier tipo de usuario que consulta el repositorio.
	RESTRINGIDO	Solo permite el acceso al registro del metadato con información básica, mas no al texto completo.

Al elegir la opción "Público", a través de la presente autorizo o autorizamos de manera gratuita al Repositorio Institucional -UNHEVAL, a publicar la versión electrónica de esta tesis en el Portal Web repositorio.unheval.edu.pe, por un plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita, pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla, siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente.

En caso que haya(n) marcado la opción "Restringido", por favor detallar las razones por las que se eligió este tipo de acceso:

Asimismo, pedimos indicar el periodo de tiempo en que la tesis tendrá el tipo de acceso restringido:

- () 1 año
 () 2 años
 () 3 años
 () 4 años

Luego del periodo señalado por usted(es), automáticamente la tesis pasará a ser de acceso público.

FECHA DE FIRMA 22 de Agosto del 2022

FIRMA DEL AUTOR Y/O AUTORES: