

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



---

**“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN  
ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR  
TECNOLÓGICO PÚBLICO DE PAUCARTAMBO – 2021”**

---

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

**SALUD MENTAL EN EDUCACIÓN**

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

**TESISTAS:** GODOY LAMA, Yacuelin Sofía  
ROJAS GUERRA, Sarith Esteffany

**ASESOR:** Mg. COLETTI ESCOBAR, Gabriel

**HUÁNUCO – PERÚ**

**2023**

## **DEDICATORIA**

A Dios, por guiar mi sendero con bendiciones y fortalezas quien como guía estuvo presente en el caminar de mi vida, bendiciéndome y dándome fuerzas para continuar con mis metas trazadas.

A mis padres las personas que más amo en esta vida.

Godoy Lama, Yacquelin Sofia

A Dios nuestro padre amoroso, ejemplo de bondad y amor.

A mi madre por ser refugio y apoyo constante, a mi familia quienes son la más bonita muestra de la bondad de Dios para conmigo.

Rojas Guerra, Sarith Esteffany

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por darnos el don de la vida y regalarnos un día más de vida para seguir cumpliendo nuestros sueños.

A nuestros padres por ser nuestro sostén en los buenos y malos momentos resaltando su apoyo económico y emocional.

Al Mg. Gabriel Leonardo Coletti Escobar por concedernos Sus conocimientos. A los educadores de nuestra facultad de psicología por impartir sus sapiencias con dedicación y empeño toda nuestra consideración y estima a cada uno de ellos.

## RESUMEN

El estudio titulado: Inteligencia Emocional y Estrés Académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021 tuvo como objetivo determinar la relación entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en un grupo de estudiantes de una casa de estudios de nivel superior no universitario. El estudio fue no experimental, utilizando el método inductivo, de tipo cuantitativo, con un diseño correlacional, teniendo como población a 132 estudiantes, y una muestra de 112 estudiantes, el muestreo fue no probabilístico por conveniencia, para la recolección de datos se hizo uso la técnica de la encuesta y se les aplicó el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn (I-CE) y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Los resultados mostraron una significancia de 0.019 menor al 0.05 y un Coeficiente de correlación de -0,222, por lo que se acepta que existe correlación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo-2021. Además, se encontró que el del 52.68% de los participantes se encuentran en un nivel “desarrollado” de la inteligencia emocional y el 41.9% de los participantes de encuentra en un nivel “medio” de estrés académico.

**Palabras clave:** Inteligencia emocional, estrés académico, educación superior.

## ABSTRACT

The study entitled: Emotional intelligence and academic stress in students of the public technological higher education institute of Paucartambo - 2021 aimed to determine the relationship between emotional intelligence and academic stress in a group of students from a higher institution. The study was non-experimental, it used the inductive method, of a quantitative type, with a correlational design, having a population of 132 students, and a sample of 112 students, the sampling was non-probabilistic for convenience, the data collection was made using the survey technique and the BarOn Emotional Intelligence Inventory (I-CE) and the SISCO Academic Stress Inventory were applied to them. The results showed a significance of 0.019 less than 0.05 and a correlation coefficient of -0.222, so it is accepted that there is a significant correlation between emotional intelligence and academic stress in students of the Paucartambo Public Technological Higher Education Institute-2021. In addition, it was found that 52.68% of the participants are at a "developed" level of emotional intelligence and 41.9% of the participants are at a "medium" level of academic stress.

**Keywords:** Emotional intelligence, academic stress, higher education.

## INDICE

DEDICATORIA .....	2
AGRADECIMIENTO .....	3
RESUMEN .....	4
ABSTRACT.....	5
INDICE.....	6
INTRODUCCIÓN .....	8
CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	10
<b>1.1. Fundamentación del problema de investigación</b> .....	10
<b>1.2. Formulación de problema de investigación general y específica</b> .....	13
1.2.1 General.....	13
1.2.2 Específicos .....	13
<b>1.3. Formulación de objetivos generales y específicos</b> .....	14
1.3.1 General.....	14
1.3.2 Específicos .....	14
<b>1.4. Justificación</b> .....	15
1.4.1. Justificación teórica .....	15
1.4.2. Justificación práctica.....	15
1.4.3. Justificación metodológica. ....	15
<b>1.5. Limitaciones</b> .....	16
<b>1.6. Formulación de hipótesis generales y específicas</b> .....	16
1.6.1 General.....	16
1.6.2 Específicos .....	17
<b>1.7. Variables</b> .....	18
<b>1.8. Definición teórica y operacionalización de variables</b> .....	18
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO .....	20
<b>2.1. Antecedentes</b> .....	20
2.1.1. A nivel internacional.....	20
2.1.2. A nivel nacional .....	22

2.1.3. A nivel regional .....	25
<b>2.2. Bases teóricas.....</b>	<b>27</b>
2.2.1. Inteligencia emocional.....	27
2.2.2 Estrés académico.....	31
<b>2.3. Bases conceptuales .....</b>	<b>35</b>
<b>2.4. Bases epistemológicas o bases filosóficas o bases antropológicas .....</b>	<b>37</b>
<b>CAPÍTULO III. METODOLOGÍA .....</b>	<b>39</b>
<b>3.1. Ámbito.....</b>	<b>39</b>
<b>3.2. Población.....</b>	<b>40</b>
<b>3.3. Muestra .....</b>	<b>41</b>
<b>3.4. Nivel y tipo de estudio.....</b>	<b>42</b>
<b>3.5. Diseño de investigación.....</b>	<b>43</b>
<b>3.6. Métodos, técnicas e instrumentos .....</b>	<b>45</b>
<b>3.7. Validación y confiabilidad del instrumento.....</b>	<b>49</b>
<b>3.8. Procedimiento.....</b>	<b>53</b>
<b>3.9. Tabulación y análisis de datos .....</b>	<b>54</b>
<b>3.10 Consideraciones éticas .....</b>	<b>56</b>
<b>CAPÍTULO IV. RESULTADOS .....</b>	<b>58</b>
<b>CAPÍTULO V DISCUSION .....</b>	<b>69</b>
<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>73</b>
<b>RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS .....</b>	<b>74</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>76</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>84</b>
Anexo 01. Matriz de consistencia.....	85
Anexo 02. Consentimiento informado.....	87
Anexo 03. Instrumentos.....	91
Anexo 04. Confiabilidad de los instrumentos.....	99
Anexo 05. Validez de los instrumentos .....	100
Nota bibliográfica .....	103

## INTRODUCCIÓN

El estrés se origina en situaciones difíciles y ha sido necesario para la supervivencia humana desde tiempos antiguos. En cierta medida, el estrés puede ser beneficioso ya que nos impulsa a realizar nuestras actividades. Sin embargo, la forma en que cada individuo enfrenta estas situaciones determina su capacidad de resistencia. Si no se logra manejar adecuadamente, el estrés puede volverse excesivo y tener consecuencias negativas tanto físicas como psicológicas

Es por ello que se resalta la importancia de educar a los estudiantes tanto a nivel cognitivo y emocional ya que según estudios la inteligencia emocional no es innato se aprende con el paso del tiempo y las circunstancias. En síntesis, la investigación se centra en el estudio de la inteligencia emocional y su relación con la variable estrés académico el cual se divide en cinco capítulos:

Capítulo I: Presenta el problema de estudio, incluyendo la fundamentación, formulación del problema, objetivos generales y específicos, justificación, limitaciones, hipótesis, variables y su definición y operacionalización.

Capítulo II: Expone el marco teórico, que abarca los antecedentes del problema, bases teóricas, bases conceptuales y bases epistemológicas.

Capítulo III: Describe el marco metodológico, que incluye el ámbito, población, muestra, nivel y tipo de estudio, diseño de investigación, métodos técnicos e instrumentos, validación y confiabilidad del instrumento, procedimiento, tabulación y análisis de datos, y consideraciones éticas.

Capítulo IV: Presenta los resultados obtenidos. y el Capítulo



V: Analiza y discute los resultados. Finalmente, se incluyen las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

## **CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1.Fundamentación del problema de investigación**

La importancia de educar a los estudiantes en aspectos cognitivos y emocionales radica en que la inteligencia emocional no es algo innato, sino que se adquiere a lo largo del tiempo y en diferentes circunstancias. Reconocer las emociones ayuda a identificar, nombrar y manejarlas, lo cual brinda un mayor conocimiento sobre uno mismo. Sin embargo, no todas las personas son capaces de identificar sus emociones, lo cual puede generar problemas como malentendidos, elecciones poco razonadas o acciones perjudiciales. Por tanto, es fundamental desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes para que puedan ser profesionales exitosos, ya que estudios demuestran que aquellos que carecen de esta habilidad son menos exitosos; de acuerdo a un estudio se halló que solo el 36% de las personas pueden lograr reconocer sus emociones, surgiendo de este modo un gran problema y es que las emociones mal entendidas suelen provocar situaciones de malentendidos, elecciones poco razonadas o acciones que nos terminarán haciendo mal (El Club del Emprendimiento, 2020).

Arrabal (2018) refiere que la inteligencia emocional es la capacidad de aceptación y la gestión consciente de las emociones teniendo en cuenta la importancia que tienen en todas las decisiones y pasos que damos durante nuestra vida, aunque no seamos conscientes de ello.

A su vez Goleman (2015) señala que el estudio de Baron es una prueba contundente de que la inteligencia emocional reside en áreas del cerebro diferentes a la del coeficiente intelectual.

Los seres humanos con alta inteligencia emocional enfrentan los problemas cotidianos de una forma activa, buscan apoyo social y son capaces de aceptar mejor sus emociones. Este conjunto de habilidades les permite tener mayor capacidad para enfrentarse al estrés cotidiano. Las personas con poca inteligencia emocional tienen comportamientos menos adaptativos frente al estrés recurren a mecanismos de evitación y negación (Bienestar financiero y Económico, 2023).

En relación a esto, Calderón y Sánchez (2023) señalan que el estrés académico se refiere a la sensación de malestar o tensión que surge debido a las demandas y exigencias presentes en el entorno educativo. Este estrés puede tener un impacto negativo en el rendimiento académico de los estudiantes.

En esta misma línea Yuri Cutipé, director de Salud Mental del Ministerio de Salud y la comunidad universitaria, informo mediante la entrevista de Radio Programas Perú (2018) que una población universitaria bajo constante estrés académico en largos períodos como los ciclos universitarios puede producir trastornos depresivos, de ansiedad y un alza en el consumo de alcohol como placebo. Las afectaciones aumentan en caso la comunidad universitaria no tenga políticas de protección en la salud mental de sus estudiantes.

Asimismo, Ministerio de Salud (2019) informo que la comunidad educativa del 85 % de las universidades peruanas presenta problemas de salud mental y los casos más recurrentes son ansiedad (82 %), estrés (79 %) y violencia (52%).

Recientemente la aparición del COVID-19 originó una serie de cambios en los estudiantes donde algunos perdieron familiares, otros se contagiaron, asimismo se generó mucho miedo y cambios en la modalidad de la educación, causando en ellos muchos problemas en su salud mental y física.

De acuerdo al Gobierno Regional de Huánuco (2020) por la plataforma digital única del estado peruano se informa que la DIRESA atendió un total de 5 mil 635 personas con diagnósticos de ansiedad, depresión, estrés y violencia intrafamiliar, en toda la región de Huánuco.

En base a lo mencionado previamente, podemos concluir que el estrés académico es un problema presente en la sociedad, afectando tanto a educadores como a estudiantes, debido a la carga escolar y la falta de estrategias efectivas para enfrentarlo. Además, es evidente que las personas con una inteligencia emocional deficiente son más propensas a sufrir de este problema. Por lo tanto, consideramos esencial llevar a cabo un estudio sobre la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo en 2021

## **1.2. Formulación de problema de investigación general y específica**

### **1.2.1 General**

¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021?

### **1.2.2 Específicos**

- ¿Cuál es el nivel predominante de la inteligencia emocional en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021?
- ¿Cuál es el nivel predominante del estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021?
- ¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y la dimensión “estresores” del estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021?
- ¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y la dimensión “síntomas” del estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021?
- ¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y la dimensión “estrategias de afrontamiento” del estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021?

### **1.3. Formulación de objetivos generales y específicos**

#### **1.3.1 General**

Determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021

#### **1.3.2 Específicos**

- Identificar el nivel predominante de la inteligencia emocional en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021
- Identificar el nivel predominante del estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021
- Identificar la relación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión “estresores” del estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.
- Identificar la relación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión “síntomas” del estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.
- Identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y la dimensión “estrategias de afrontamiento” del estrés académico en

estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.

## **1.4. Justificación**

### **1.4.1. Justificación teórica**

El desarrollo de esta investigación se justifica a nivel teórico porque las variables investigadas “inteligencia emocional” y “estrés académico”, fueron estudiadas y analizadas a través de bases teóricas y conceptuales y los resultados a obtenerse serán comparados con antecedentes de investigaciones relacionados a este estudio. Estas revisiones fueron plasmadas en una consulta bibliográfica para la revisión y realización de investigaciones a fines a esta investigación.

### **1.4.2. Justificación práctica.**

A nivel práctico, ya que los resultados presentados contribuyen con un conocimiento actualizado sobre la relación que existe entre las variables. Del mismo modo estos datos servirán como referencia para que profesionales interesados, en especial psicólogos, puedan abordar estos temas con fines preventivos y/o de tratamientos psicológicos. Así también, realizar talleres y programas psicológicos encaminados en desarrollar la inteligencia emocional, todo ello en beneficio de la población estudiantil.

### **1.4.3. Justificación metodológica.**

Finalmente existe justificación metodológica porque para la selección de la muestra se contó con criterios de rigor, es por ello que se

podrá tomar la indagación como antecedentes de referencia. También los instrumentos utilizados tienen los estándares de validez y confiabilidad estadística que avalan una correcta medición de las variables, constituyéndose, así como instrumentos metodológicos que puedan ser utilizados en el desarrollo de indagaciones posteriores relacionados al tema.

### **1.5.Limitaciones**

Al momento de realizar el proyecto de investigación, no se han presentado limitaciones en relación al acceso a información primaria ni secundaria. En relación con la accesibilidad en el horario fue una limitación que se superó previa coordinación con algunos docentes pues, nos permitieron aplicar las pruebas. Debido al grupo pequeño de la muestra estudiada los resultados obtenidos se ajustan o se limitan a la muestra que se ha estudiado, consecuentemente, solo se puede generalizar a dichos participantes o muestras similares.

### **1.6.Formulación de hipótesis generales y específicas**

#### **1.6.1 General**

**Hi:** Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.

**Ho:** No existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.



### 1.6.2 Específicos

**Hi<sub>1</sub>:** Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estresores” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.

**Ho<sub>1</sub>:** No existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estresores” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.

**Hi<sub>2</sub>:** Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “síntoma” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.

**Ho<sub>2</sub>:** No existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “síntomas” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.

**Hi<sub>3</sub>:** Existe relación significativa entre los la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estrategias de afrontamiento” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021.

**Ho<sub>3</sub>:** No existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estrategias de afrontamiento” en

estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público  
de Paucartambo - 2021.

### **1.7.Variables**

- **Variable 1:** Inteligencia emocional.
- **Variable 2:** Estrés académico.

### **1.8.Definición teórica y operacionalización de variables**

#### **Tabla 1**

*Operacionalización de variable 1 y variable 2*

<b>Variables</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Instrumentos</b>
<p><b>Variable 1</b></p> <p>Inteligencia emocional</p>	<p>Baron (1997) explica la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades y destrezas individuales, emocionales y sociales.</p> <p>Arrabal (2018) refiere que la inteligencia emocional es la capacidad de aceptación y la gestión consciente de las emociones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Componente intrapersonal.</li> <li>▪ Componente interpersonal.</li> <li>▪ Componente de adaptabilidad.</li> <li>▪ Componente de manejo del estrés.</li> <li>▪ Componente del estado de ánimo en general.</li> </ul>	<p>Respuestas a los ítems del “Inventario de Baron I-CE”</p> <p>Ordinal</p>	<p>“Inventario de Baron I-CE”</p>
<p><b>Variable 2</b></p> <p>Estrés académico</p>	<p>Barraza (2009) el estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estresores</li> <li>• Síntomas</li> <li>• Estrategias de afrontamiento</li> </ul>	<p>Respuestas a los ítems del “Inventario SISCO”</p> <p>Ordinal</p>	<p>“Inventario SISCO”</p>

**Nota:** Elaboración propia

## **CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes**

#### **2.1.1. A nivel internacional**

Ramírez (2022) realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la incidencia de la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato. Metodología: Tipo correlacional y de campo. Instrumentos: Test de Inteligencia Emocional de Weisinger e Inventario SISCO para estrés académico. Población de 65 estudiantes. Resultados: Se halló que si existe una correlación muy fuerte porque se halla en el rango de 0.90 – 1.00 entre la variable Inteligencia Emocional y Estrés Académico; asimismo se obtuvo que la Inteligencia Emocional SI incide en los estudiantes de sexto semestre de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato y sufren mayor estrés académico. En consecuencia, se comprueba que los estudiantes tienen una baja Inteligencia Emocional y Estrés Académico alto.

Duque (2020) realizó un estudio con la finalidad de profundizar en la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional (IE) y su manejo, particularmente en situaciones de estrés académico, lo que se buscó fue determinar si la inteligencia emocional tiene influencia sobre el estrés académico de los estudiantes de una universidad. Para el estudio se hizo uso de una metodología cuantitativa, de nivel correlacional y de tipo transversal; en una población de 134 estudiantes y donde la muestra

constituye el total de la población. Los instrumentos utilizados para la investigación fueron el “test de Inteligencia Emocional de Bar-On” y el “Inventario SISCO Segunda Versión de 21”. Se encontró que no existe relación entre las variables; en cuanto a la Inteligencia Emocional más de la mitad de los participantes cuentan con un nivel promedio, de donde se deduce que cuentan con un estándar desarrollo de aptitudes para el manejo de conflictos, habilidades sociales y manejo de estrategias de afrontamiento. Finalmente, en cuanto al estrés académico, se encontró que cerca del 50% se encuentra un nivel promedio y también se encontró un porcentaje significativo de alumnos que manifiestan no tener estrés y un porcentaje parecido que presentan un nivel severo de estrés.

Villacis (2022) llevó a cabo una investigación con el objetivo de determinar la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de un grupo de estudiantes de universidad, donde se utilizó la metodología cuantitativa de tipo descriptivo y correlacional. En una muestra de 134 estudiantes, a quienes se les evaluó con el “Test de Inteligencia Emocional de Bar-On” y se estableció la relación con el rendimiento académico, de acuerdo a los criterios establecidos por el “Sistema de Evaluación Superior (SES)” y se utilizó el SPSS 25 para el procesamiento de datos. Los resultados mostraron una correlación positiva entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, donde el mayor porcentaje de los estudiantes manifestó tener un nivel medio de la IE, aunque se encontró algunas áreas debilitadas como el optimismo, control de impulsos y tolerancia al estrés, en cuanto a la

dimensión de adaptabilidad se encontró un nivel medio y finalmente en cuanto al rendimiento académico se encontró que el 93.3% de los estudiantes presenta un excelente nivel.

Anaguano y Velasco (2022) realizaron un estudio con el objetivo de describir los niveles de estrés académico experimentados por los estudiantes de un Bachillerato, para ello se hizo uso de una metodología de estudio de campo y descriptiva, de enfoque cuantitativa, donde la población estuvo conformada por 172 estudiantes, a quienes se le aplicó el “Inventario SISCO de Estrés Académico”, que cuenta con un nivel de confiabilidad obtenido por el coeficiente alfa de Cronbach del 90%. Los resultados muestran que el 93% de los alumnos presentan síntomas de estrés. De la misma manera se encontró que el estrés percibido es mayor que lo esperado en casos donde los alumnos tenían dificultades para seguir el ritmo del profesor y que además se sentían estresado por la sobrecarga de trabajos y el limitado tiempo con el que contaban.

### **2.1.2. A nivel nacional**

Quiliano y Quiliano (2020) en su tesis tuvieron como objetivo: “Determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y estrés académico de los estudiantes de enfermería”. Metodología: Estudio ex post facto, de tipo descriptivo y transversal. Instrumentos: Inteligencia Emocional (BarOn) y el Inventario SISCO para Estrés académico. Población de 320 estudiantes de Enfermería, matriculados en VII semestre, para ello, se obtuvo una muestra no probabilística de 30

estudiantes que consintieron informadamente a participar en el estudio. Para medidas psicométricas se empleó el alfa de Cronbach y análisis descriptivo en tablas de distribución de frecuencias, medidas de tendencia central y dispersión. Como resultados principales obtuvieron que en las dimensiones inteligencia intrapersonal, el manejo de estrés y la adaptabilidad, en promedio la muestra se encuentra en un nivel bajo-muy bajo. Por otro lado, el 63% de la muestra de estudio presentó alguna vez este tipo de estrés. Concluyeron que no existen asociaciones significativas entre las dimensiones de la variable inteligencia emocional y el estrés académico.

Toro (2022) en su indagación tuvo por objetivo: “Determinar la correlación de inteligencia emocional, estrategias de aprendizaje y estrés académico en los estudiantes universitarios de Psicología de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa – Perú”. La muestra estuvo conformada por 249 estudiantes universitarios de entre 18 y 24 años, de los cuales 203 (82.73%) fueron mujeres y 43 (17.27%) fueron hombres. El diseño fue no experimental, de corte transversal y de tipo correlacional. Se utilizó el Inventario de coeficiente emocional de Bar-On (ICE Bar-On), el Learning and study strategies inventory (LASSI) y el Inventario SISCO SV-21 de Estrés Académico. Se encontró correlación significativa baja negativa de inteligencia emocional con estrategias de aprendizaje (-.323); se encontró correlación significativa moderada positiva de inteligencia emocional con estrés académico (.353)

y se encontró correlación significativa moderada negativa de estrategias de aprendizaje con estrés académico (-.393).

Ocoruro (2021) el objetivo de su investigación fue: “Determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la escuela profesional de psicología de la Universidad Alas Peruanas Juliaca en el año 2019”. Metodología: Básica de diseño no experimental de corte transversal, de nivel correlacional. Muestra estuvo constituida Por 83 estudiantes tanto como mujeres y varones del 1ro al 8vo ciclo de la carrera profesional de psicología seleccionado por muestreo probabilístico estratificado, los instrumentos aplicados para la recolección de datos fueron inventario de inteligencia emocional de Ice de BarOn y el inventario SISCO de estrés académico de Arturo Barraza, así mismo los resultados fueron procesados mediante el programa de SPSS versión 25 en donde se evidencia en los resultados una correlación estadísticamente significativa positiva moderada de  $r = ,644$  así mismo el valor  $p ,000$  es menor  $0,05$  entre la inteligencia emocional y el estrés académico, es por ello que se concluye que existe relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico, lo que significa que a mayor desarrollo de la inteligencia emocional del estudiante, mejor será la habilidad para el manejo emocional, frente las situaciones estresantes que perciban los estudiantes debido a las exigencias académicos a los que se enfrentan dentro de sus instituciones de formación como también fuera de ella.



Torres (2021) el objetivo de su indagación fue: “Analizar la influencia de las dimensiones de la inteligencia emocional (IE) sobre el Estrés Académico (EA). Muestra a 197 educandos de género femenino entre edades de 18 a 34 años. Instrumento: Inventarios Breve de Inteligencia Emocional para Mayores (EQ-I-M20) y el Estrés Académico (SISCO). Resultados: Se determinó que existe una influencia baja de algunas dimensiones de IE sobre los factores estresantes (manejo de estrés, adaptabilidad) y sobre el afrontamiento (intrapersonal e interpersonal); y una influencia moderada sobre los síntomas (estado de ánimo y manejo del estrés). Finalmente, se concluyó que las dimensiones Intrapersonal e Interpersonal tiene una influencia positiva en la dimensión afrontamiento, infiriendo que el individuo presenta un adecuado afrontamiento frente a situaciones estresantes, es decir cuando comienza a sentir emociones desagradables.

### **2.1.3. A nivel regional**

Coletti (2015) en su tesis de posgrado “El estrés académico de los estudiantes universitarios de la universidad nacional Hermilio Valdizán – Huánuco” que tuvo el propósito de identificar la prevalencia del estrés académico y sus niveles, así como sus posibles síntomas de estrés reportados por los estudiantes de la Facultad de Psicología, Tipo de investigación descriptiva, usando el diseño transeccional descriptivo ; utilizó el Inventario SISCO del estrés académico elaborado por Barraza (2007), para lo cual se empleó una muestra aleatoria de 109 estudiantes de la Facultad de Psicología, en la UNHEVAL; teniendo como resultado

que el 98% de los estudiantes de la Facultad de Psicología perciben tener un nivel de estrés medianamente alto, teniendo como principales agentes estresores “las evaluaciones de los profesores” con un 78%, seguidos de la “sobrecarga de tareas y trabajos escolares”, con 77%, el “tiempo limitado para hacer el trabajo” (74%) y “el tipo de trabajo que piden los profesores” (72%), con una prevalencia de frecuencia de “Casi siempre”, provocando en los estudiantes reacciones como somnolencia o mayor necesidad de dormir, inquietud, ansiedad, angustia o desesperación, y problemas de concentración.

Picoy (2015) en su tesis su objetivo fue: Determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del 1° al 5° año de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan-Huánuco, 2014; El tipo y diseño de investigación fue descriptiva Correlacional, con una población general de 344 estudiantes, donde su muestra fue 72 educandos elegidos por muestreo aleatorio. Instrumentos: Inventario de Bar-On-ICE (adaptación de Nelly Ugarriza Chávez) y el Inventario SISCO del estrés académico (Barraza, 2007). Resultados: Se halló que la Inteligencia Emocional obtuvo un puntaje de 91.35 que pertenece al nivel de "capacidad emocional adecuado". En cuanto al Estrés Académico el puntaje es de 85.28 que pertenece al nivel "promedio alto". Concluyó que existe una relación inversa entre la inteligencia emocional y el estrés académico.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Inteligencia emocional**

Baron (1997) explica la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades y destrezas individuales, emocionales y sociales que repercuten en nuestra capacidad para adaptarnos y gestionar las peticiones y presiones del entorno. Por tanto, nuestra inteligencia no cognitiva es un factor importante a la hora de decidir nuestra capacidad para tener éxito en la vida, lo que afecta directamente a nuestro bienestar general y a nuestra salud emocional.

Norabuena (2022) refiere que la inteligencia emocional se entiende como una habilidad para reconocer, percibir y valorar las propias emociones, así como para regularlas y expresarlas en los momentos adecuados y en las formas pertinentes.

Mayer y Salovey (citado por Fernández y Cabello, 2021) la inteligencia emocional implica la habilidad para percibir, valorar y expresar las emociones con exactitud; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender la emoción y el conocimiento emocional, y la habilidad para regular las emociones que promueven el crecimiento emocional e intelectual.

Bettoni (2006) sugiere que la inteligencia emocional es la utilización prudente y consciente de los sentimientos. En

consecuencia, es esencial comprender nuestras emociones y cómo pueden influir en nosotros.

### **A. Aptitudes de la inteligencia emocional**

Según Goleman (2018) son:

- **Conciencia de uno mismo:** Conocer nuestras virtudes, flaquezas, impulsos, valores e impacto en los demás.
- **Autogestión:** Controlar o redirigir impulsos y estados de ánimo perturbadores.
- **Motivación:** Disfrutar de los logros por sí mismos.
- **Empatía:** Comprender la configuración emocional de los demás.
- **Habilidad social:** Generar entendimiento con los demás para guiarlos en la dirección deseada.

### **B. Los 15 subcomponentes de la inteligencia emocional y social del I-CE de BarOn**

BarOn (1997) esboza además de los 5 componentes, quince facetas de la inteligencia personal, emocional y social que se miden mediante el inventario del cociente emocional:

1. **Componente intrapersonal:** Los componentes que integran esta área son el reconocimiento de emociones, ser asertivo, la autoimagen, la autorrealización y la autonomía.

- **Comprensión emocional de sí mismo:** La habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos y conocer el porqué de éstos.
  - **Asertividad:** La habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás y defender nuestros derechos de una manera no destructiva.
  - **Autoconcepto:** La habilidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, así como también nuestras limitaciones y posibilidades.
  - **Autorrealización:** La habilidad para realizar lo que realmente podemos, queremos y disfrutamos de hacerlo.
  - **Independencia:** Es la habilidad para autodirigirse, sentirse seguro de sí mismo en nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones.
- 2. Componente interpersonal:** Una región que incorpora la empatía, la responsabilidad social y las conexiones interpersonales.
- **Empatía:** La capacidad de observar, comprender y valorar las emociones de los demás.
  - **Relaciones interpersonales:** La capacidad de formar y mantener asociaciones equilibradas que se distinguen por la familiaridad emocional y la intimidad.

- **Responsabilidad social:** La capacidad de demostrar que uno es un miembro cooperativo, beneficioso y constructivo del grupo social.

**3. Componente de adaptabilidad:** Una región que une la evaluación de la realidad, la flexibilidad y la resolución de dificultades.

- **Solución de problemas:** La capacidad de reconocer y definir los problemas, además de crear y ejecutar soluciones eficaces.
- **Prueba de la realidad:** La capacidad de evaluar la concordancia entre lo que vivimos (subjetivo) y lo que es tangible en el mundo real (objetivo).
- **Flexibilidad:** La capacidad de realizar un ajuste ideal de nuestros sentimientos, pensamientos y conducta a los acontecimientos y condiciones cambiantes.

**4. Componente del manejo del estrés:** Un área que abarca la tolerancia al estrés y el control de los impulsos.

- **Tolerancia al estrés:** implica la capacidad de gestionar circunstancias negativas, escenarios extenuantes y sentimientos intensos sin "perder los nervios", y de afrontar el estrés con una actitud constructiva.
- **Control de los impulsos:** Implica la habilidad para negar o posponer un impulso o tentaciones de pasar a la acción y regular nuestras emociones.

**5. Componente del estado de ánimo en general:** Área que reúne los siguientes componentes:

- **Felicidad:** Sentirse satisfecho con la propia vida, obtener placer de uno mismo y de los demás, encontrar alegría en las actividades y expresar emociones positivas se denomina felicidad.
- **Optimismo:** implica tener una visión positiva de la vida sin dejar de reconocer las dificultades y las emociones negativas.

### **C. Teoría de la inteligencia emocional**

#### **El modelo de las 4 habilidades de Mayer y Salovey (1997)**

Mayer y Salovey (como se citó en Fernández y Extremera, 2005) propusieron que la inteligencia emocional implica cuatro habilidades: ser capaz de reconocer, evaluar y expresar emociones con precisión; tener la capacidad de generar o acceder a emociones que faciliten los procesos cognitivos; tener una comprensión de las emociones y de los conocimientos relacionados con las emociones; y gestionar las emociones para fomentar el desarrollo personal e intelectual.

#### **2.2.2 Estrés académico**

Barraza (2009) el estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos:

- **Primero:** El alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas estresores (input).
- **Segundo:** Esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio).
- **Tercero:** Ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento (output) para restaurar el equilibrio sistémico.

Calderón y Sánchez (2023) refiere que el estrés académico es el estado de malestar o tensión que se genera por las demandas o exigencias que están presentes en el contexto escolar, el cual se produce en todos los niveles educativos cuando el estudiante está expuesto a períodos de aprendizaje. Asimismo el estrés académico incluye a los estresores que las diferentes situaciones que los estudiantes perciben como una amenaza, los mismos que desencadenan reacciones físicas en respuesta a los estímulos percibidos como estresores, reacciones psicológicas determinando si el estímulo es o no una amenaza y reacciones comportamentales presentando cambios de comportamientos generados en respuesta hacia un estímulo lo que obliga al o la estudiante a ejecutar acciones de afrontamiento que permitan restaurar el equilibrio.



## A. Síntomas del estrés académico

Según Valadez, B. (2021) refiere que cuando un estudiante está bajo estrés académico puede presentar síntomas tanto físicos como psicológicos.

- **Síntomas físicos:** Se pueden enumerar los dolores de cabeza y espalda, fatiga, cansancio e impotencia.
- **Síntomas psicológicos:** Es muy común ver la ansiedad e inquietud. Asimismo, los cambios también pueden ser sociales ya que pueden ocurrir conflictos entre las personas, e incluso, aislamiento.

## B. Tipos de estrés

Navarro (2023) refiere que el estrés es bidimensional ya que tiene dos caras que son:

1. **Eustrés:** Viene a ser el denominado estrés positivo, el que ayuda a interpretar correctamente el mundo exterior y sus desafíos y a su vez adaptarse correctamente al mismo. Facilita la toma de decisiones, fomenta nuestra creatividad, nos da ese plus de agilidad física y mental que necesitamos a veces para alcanzar los objetivos que nos hemos fijado, ayudando además a hacer frente a los nuevos retos.
2. **Distrés:** Viene a ser el estrés negativo, el cual conlleva un exceso de esfuerzo con respecto a la acción que se va a realizar, nos bloquea mentalmente, reduce la creatividad, nos frustra, nos mantiene en un estado de alerta y crispación permanente a la espera de un enemigo que no termina de llegar. Esta situación mantenida a la larga tiene

serias consecuencias sobre el organismo y sobre nuestras capacidades.

### C. Aspectos implicados en la respuesta de estrés

Consuegra (2010) señala 3 aspectos:

- 1. Aspectos cognitivos:** Forma en que el sujeto percibe su medio o, en otros términos, filtra y procesa la información de éste y evalúa si las situaciones deben ser consideradas como relevantes o irrelevantes, agradables, aterrizantes, inocuas, etc., determinará la forma en que la persona se verá afectada por el estrés;
- 2. Aspectos motores:** respuestas básicas ante situaciones de estrés pueden ser bien de enfrentamiento (ataque), huida o evitación y, menos frecuentemente, pasividad (colapso). Disponer de habilidades adecuadas para hacer frente a las situaciones de estrés depende de si se han podido aprender las conductas pertinentes y de si la emisión de estas ha sido reforzada en ocasiones precedentes. Así mismo, la utilidad de las respuestas de afrontamiento vendrá determinada por sus consecuencias.
- 3. Aspectos fisiológicos:** las situaciones producen un aumento general de la activación del organismo. Se distinguen ejes de actuación de la respuesta de estrés a nivel fisiológico: el eje neural (sistema nervioso autónomo y sistema nervioso periférico) que se activa de manera inmediata e incluye respuestas como el aumento del ritmo cardíaco y de la presión arterial; el eje neuroendocrino, que es más lento en su activación e incluye respuestas como el aumento de ácidos grasos y

colesterol en la sangre, y la secreción de opiáceos endógenos; y el eje endocrino, que incluye respuestas como el aumento en la producción de glucosa, de área y la exacerbación de la irritación gástrica.

### 2.3. Bases conceptuales

- **Estresores:** Estos estresores se constituyen en el input que entra al sistema y provoca un desequilibrio sistémico en la relación de la persona con su entorno (Barraza, 2009).
- **Síntomas:** El desequilibrio sistémico da paso a un segundo proceso de valoración de la situación estresante, lo que determina la mejor manera de enfrentar esa situación (Barraza, 2009).
- **Estrategias de afrontamiento:** El sistema responde con estrategias de afrontamiento (output) a las demandas del entorno (Barraza, 2009).
- **Intrapersonal:** Esto incluye evaluar el conocimiento que uno tiene de sí mismo, su capacidad para ser asertivo y su capacidad para pensar en sí mismo de forma positiva (Pajares y Ugarriza, 2005).
- **Interpersonal:** Tener la capacidad de simpatizar con otras personas, ser responsable ante la sociedad, mantener relaciones positivas con quienes te rodean, ser un buen auditorio y comprender y apreciar las emociones de los demás son algunas de las habilidades que esto conlleva (Pajares y Ugarriza, 2005).
- **Adaptabilidad:** Implica ser capaz de pensar de forma crítica, ser adaptable y práctico ante el cambio, y ser capaz de gestionar los asuntos cotidianos con éxito. (Pajares y Ugarriza, 2005).

- **Manejo del estrés:** Tener la capacidad de soportar el estrés, así como la habilidad de contenerse ante reacciones impulsivas, estar habitualmente tranquilo y conseguir llevar a cabo tareas en escenarios de alta presión, rara vez actuar impulsivamente y permanecer emocionalmente estable en un entorno estresante (Pajares y Ugarriza, 2005).
- **Estado de ánimo general:** Consiste en la alegría y la confianza, en tener una visión afirmativa de las cosas o los acontecimientos, y en ser especialmente agradable. Una interpretación más contemporánea de la lista sugiere que el estado de ánimo general funciona como estimulador de la inteligencia emocional antes de incorporarse a ella (Pajares y Ugarriza, 2005).

#### **D. Teoría del estrés**

Barraza (2006) introdujo un modelo cognitivista del estrés académico basado en el enfoque transaccional y la teoría general de sistemas. Este modelo fue desarrollado específicamente para comprender el estrés académico y plantea dos supuestos fundamentales:

**Supuesto sistémico:** Según este supuesto, los seres humanos se relacionan constantemente con su entorno en un ciclo continuo de interacción, buscando alcanzar un equilibrio adecuado. Es decir, la persona interactúa con el ambiente a través de un flujo constante de entradas y salidas con el fin de lograr un equilibrio óptimo en su vida académica.

**Supuesto cognitivista:** Este supuesto se refiere a que la relación entre la persona y su entorno está mediada por un proceso de evaluación de las demandas del ambiente y los recursos necesarios para hacer frente a dichas demandas. Es decir,

el individuo evalúa cognitivamente las situaciones académicas y determina cómo enfrentarlas.

En su modelo, Barraza plantea que el estrés académico se produce cuando el individuo percibe que las demandas del entorno académico superan sus recursos de afrontamiento. El modelo busca comprender cómo el individuo evalúa y se adapta a estas demandas, con el objetivo de restaurar el equilibrio en su vida académica.

## **2.4. Bases epistemológicas o bases filosóficas o bases antropológicas**

### **2.4.1 Inteligencia emocional**

Goleman (2010) el grado de desarrollo de la inteligencia emocional no está determinado genéticamente y tampoco se desarrolla exclusivamente en nuestra infancia a diferencia de lo que ocurre con el CI, que apenas varía después de cumplir los 10 años, la inteligencia emocional constituyó un proceso de aprendizaje mucho más lento que prosigue durante toda la vida y que nos permite ir aprendiendo de nuestras experiencias. De hecho, los estudios que han tratado de rastrear el proceso evolutivo de la inteligencia emocional a lo largo de los años parecen señalar que las personas desarrollan progresivamente mejor este tipo de aptitudes en la medida en que se vuelven más capaces de manejar sus propias emociones e impulsos, de motivarse a sí mismos y de perfeccionar su empatía y sus habilidades sociales. Asimismo, cabe resaltar que madurez es la palabra con la que tradicionalmente se han referido al desarrollo de la inteligencia emocional.

### 2.4.2 Estrés académico

La teoría del estrés de Lazarus y Folkman sostiene que el estrés es una respuesta emocional y fisiológica que surge cuando una persona percibe que las demandas del entorno superan sus recursos para hacerles frente (Lazarus & Folkman, 1984). Según esta teoría, el estrés académico puede surgir cuando los estudiantes perciben que las exigencias académicas son demasiado altas y no cuentan con los recursos necesarios, como habilidades de estudio o apoyo emocional, para enfrentarlas

La teoría del apoyo social argumenta que el estrés académico puede ser mitigado por el apoyo emocional y práctico que se recibe de personas significativas, como amigos, familiares o profesores (Cohen & Wills, 1985). El apoyo social puede ayudar a reducir la percepción de amenaza y aumentar la sensación de control y seguridad, lo que a su vez disminuye el estrés académico.

La teoría del coping se centra en las estrategias que las personas utilizan para hacer frente al estrés (Folkman & Lazarus, 1988). Según esta teoría, los estudiantes pueden utilizar diferentes estrategias de afrontamiento, como el afrontamiento activo (buscar soluciones), el afrontamiento emocional (expresar emociones) o el afrontamiento evitativo (ignorar el problema). El tipo de estrategia de afrontamiento utilizado puede influir en la forma en que los estudiantes enfrentan el estrés académico.

## **CAPÍTULO III. METODOLOGÍA**

### **3.1. Ámbito**

#### **3.1.1. Región Pasco**

Pasco es un departamento del Perú se encuentra ubicada en la zona céntrica del país, su capital es Cerro de Pasco. Cuenta con una zona andina en su parte oeste y una amazónica en la oriental. Limitando al norte con Huánuco, al este con Ucayali, al sur con Junín y al oeste con Lima. Su extensión es de 25 320 km<sup>2</sup> y una densidad de 11,1 hab/km<sup>2</sup>. Fue creado el 27 de noviembre de 1944, escindido de Junín.

La parte occidental corresponde al Nudo de Pasco, zona de mesetas eminentes y puna, asiento de mineras, mientras que la porción oriental corresponde a la Selva Alta o yunga amazónica residida por colonos e indígenas de la familia arahuaca.

#### **3.1.2. Distrito de Paucartambo**

El Distrito de Paucartambo es uno de los trece que conforman la provincia de Pasco, ubicada en la parte suroeste del departamento homónimo; limita por el norte con el Distrito de Huachón; al sur con el Distrito de Ulcumayo (Junín); al este con el Distrito de Ulcumayo (Junín) y el Distrito de Chontabamba (Oxapamapa); y, al oeste con el Distrito de Ninacaca (Pasco) y con el Distrito de Carhuamayo (Junín).

El distrito de Paucartambo, llamada también valle agrícola e hidro energético, se ubica en la parte Oriental de la provincia de Pasco, en las regiones Yunga, quechua, Suni y Puna (jalca). Su capital, Paucartambo, se

localiza a 96 km de Cerro de Pasco. Cuenta con una extensión de 704,33 km<sup>2</sup>. Altitud: 2880 m s. n. m. (metros sobre el nivel del mar) latitud sur 10° 46' 13", longitud oeste 75° 48' 39" en la capital del distrito. Los pobladores se dedican a actividades agrícolas

Teniendo variedades de maíz, papa, legumbres, hortalizas, etc.; existe también actividad ganadera crianza de vacunos, ovinos, porcinos, equinos, alpacas y llamas. Y por último destaca también la producción hidro energética. La represa de Yuncán es su principal aporte a nivel energético en la región Pasco y a nivel del centro del Perú.

### **3.1.3. Instituto de Educación Superior Tecnológico Público - Paucartambo**

Dicha institución fue aperturada por la gestión de las autoridades distritales con Resolución Ministerial N.º 133-88-ED el 9 de febrero de 1988. Dando inicio a sus labores académicas el 10 de mayo de 1988, hasta el día de hoy; ofrece las carreras técnicas de Arquitectura de Plataformas y Servicios Tecnológicos, Enfermería técnica y Mecatrónica Automotriz.

### **3.2. Población**

Según Carrasco (2005), la población es la totalidad de elementos o unidades de análisis que conforman parte del ámbito espacial donde se realizara la investigación. Para nuestro estudio la población estuvo conformado por 132 estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo.



**Tabla 2**

*Alumnos repartidos en segmento de Instituto Superior Tecnológico Público Paucartambo-2023.*

<b>Participantes</b>	<b>Población</b>	<b>%</b>
Enfermería técnica	47	35.6%
Mecatrónica automotriz	45	34.1%
Arquitectura de Plataformas y Servicios TI	40	30.3%
<b>Total</b>	<b>132</b>	<b>100%</b>

Nota: Elaboración propia, a partir de la lista de matriculados en el año 2023

### **3.2.1. Criterios de inclusión**

- Alumnos matriculados en Ciclo 2021-1.
- Alumnos regulares.

### **3.2.2. Criterios de exclusión**

- Alumnos mayores de 40 años.
- Alumnos menores de 17 años.
- Alumnos que no firmen el consentimiento informado.

### **3.3. Muestra**

La muestra se conceptualiza como un fragmento o parte representativa de la población y que tiene como objetivo principal y representar de manera precisa a la población en su totalidad. Es importante que los resultados obtenidos a partir del estudio de la muestra puedan generalizarse a todos los elementos de la población estudiada. Además, la muestra fue estratificada ya

que la población se encontraba dividida en segmentos, lo que implicó obtener una muestra representativa de cada uno de esos segmentos.

### 3.3.1. Muestreo no probabilístico

Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) lo define como una selección de muestra que está condicionado por el contexto y las particularidades del estudio, en lugar de basarse en criterios estadísticos que permitan la generalización. Esta muestra también es denominada como muestra dirigida. Por lo tanto, nuestro estudio tomó como muestra a 112 participantes.

**Tabla 3**

*Alumnos repartidos en segmento de Instituto Superior Tecnológico Público Paucartambo-2023.*

<b>Participantes</b>	<b>Muestra</b>	<b>%</b>
Enfermería técnica	40	35.7%
Mecatrónica automotriz	37	33.0%
Arquitectura de Plataformas y Servicios TI	35	31.3%
<b>Total</b>	<b>112</b>	<b>100%</b>

Nota: Elaboración propia, a partir de la lista de matriculados en el año 2023.

### 3.4. Nivel y tipo de estudio

#### 3.4.1. Nivel de estudio

La investigación tiene un alcance o nivel correlacional, ya que, a partir de los resultados de cada una de las variables de estudio, se

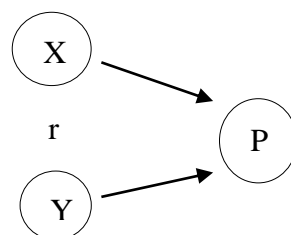
determina el coeficiente de correlación para el logro de los objetivos (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

### 3.4.2. Tipo de estudio

La investigación fue de tipo cuantitativo porque se utilizaron procesos estadísticos para sustentar la hipótesis de investigación y además el proceso metodológico de este enfoque deductivo parte de hechos generales para llegar a conclusiones específicas. Así mismo, la investigación fue de tipo aplicada porque se utilizó bases teóricas validadas para probar supuestos en el contexto de estudio (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

### 3.5. Diseño de investigación

El diseño de investigación fue no experimental debido ya que no se realizaron cambios en las variables ni se aplicaron tratamientos a los participantes. Es correlacional-transversal porque se buscó hallar la relación entre dos variables cuya recolección de datos se realizará en un solo momento. El esquema del diseño no experimental transversal correlacional se muestra a continuación:



Donde:

P: es la población de estudio, estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo – 2021

X: es la primera variable de estudio: inteligencia emocional

Y: es la segunda variable de estudio: estrés académico

r: es el coeficiente de correlación

**La ejecución del diseño implica lo siguiente:**

- Primero se recolectó los resultados de la inteligencia emocional y sus dimensiones en la población de estudio,
- Se interpretó y/o presentarán los resultados de la inteligencia emocional y sus dimensiones a través de tablas de frecuencias absolutas y relativas
- Luego se recolectó los resultados del estrés académico y sus dimensiones en la población de estudio,
- Se interpretaron y/o presentaron los resultados del estrés académico y sus dimensiones a través de tablas de frecuencias absolutas y relativas,
- Finalmente, a partir de los resultados de cada variable y sus dimensiones, se determinó los coeficientes de correlación para el logro los objetivos de investigación.

### **3.6. Métodos, técnicas e instrumentos**

#### **3.6.1. Método**

Se utilizó en método inductivo, el cual, según Pimienta y de la Orden (2017), se refiere a que el investigador formule conclusiones generales a partir del análisis y la observación de los fenómenos específicos. Tales conclusiones son consideradas verídicas ya están respaldadas por la experiencia empírica, el desarrollo de este método consiste en cuatro pasos: Primero, se lleva a cabo la observación y el registro de hechos relevantes, luego, se procede a analizar y clasificar tales hechos, buscando identificar relaciones y patrones, después, se presentan evidencias amplias que se sustentan en la evidencia, para ser generalizados, y finalmente, las conclusiones encontradas son contrastadas e integradas.

#### **3.6.2. Técnica**

La técnica que se utilizó fue la encuesta (evaluación psicométrica) ya que permitirá recolectar los datos directamente de la fuente primaria a través de preguntas (Hernández y Mendoza, 2018).

#### **3.6.3. Instrumentos**

##### **3.6.3.1 Cuestionario de la variable Inteligencia emocional**

**Nombre original:** EQ-ICE BarOn Emotional Quotient Inventory

**Nombre en su versión española:** Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn (I-CE -NA)

**Autor:** Reuven Bar-On

**Año:** 2004

**Procedencia:** Toronto – Canadá

**Adaptación peruana:** Nelly Ugarriza Chávez

**Objetivo:** Evaluación de la Inteligencia Emocional.

**Forma de Aplicación:** Individual y grupal

**Elecciones de respuestas:** Nunca (1), Casi nunca (2), A veces (3), Casi siempre (4) y Siempre (5).

**Tiempo de aplicación:** Sin límite de tiempo.  
Aproximadamente de 30 a 40 Minutos

**Población:** Sujetos de 16 y más. Nivel lector de 6º grado de Primaria.

**Ítems:** 133

**Dimensiones:**

**a) Componente intrapersonal (CIA)**

- Conocimiento emocional de sí mismo (CM)
- Asertividad (AS)
- Autoconcepto (AC)

- Autorrealización (AR)
- Independencia (IN)

**b) Componente interpersonal (CIE)**

- Empatía (EM)
- Relaciones interpersonales (RI)
- Responsabilidad social (RS)

**c) Componente de adaptabilidad (CAD)**

- Solución de problemas (SP)
- Prueba de la realidad (PR)
- Flexibilidad (FL)

**d) Componente manejo de tensión (CMT)**

- Tolerancia al estrés (TE)
- Control de impulsos (CI)

**e) Componente del estado de ánimo en general (CAG)**

- Felicidad (FE)
- Optimismo (OP)

**Tabla 4**

*Baremos del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn (I-CE -NA).*

		Puntaje
Nivel	Por mejorar	84 y menos
	Bueno	85 - 115
	Desarrollado	116 y más

**Nota:** Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn (I-CE -NA).

### **3.6.3.1 Cuestionario de la variable Estrés Académico**

**Nombre:** Inventario de Estrés Académico SISCO SV

**Autores:** Arturo Barraza Macias

**Año:** 2007

**País:** México

**Objetivo:** Se trata de una escala independiente que evalúa los estresores, síntomas y estrategias de Afrontamiento

**Forma de Aplicación:** Individual y colectiva

**Elecciones de respuestas:** Los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Licker de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre).

**Tiempo de aplicación:** De 10 a 15 minutos aproximadamente

**Población:** Estudiantes de Nivel Superior.



**Ítems:** 47

**Dimensiones:** Estresores; Síntomas; estrategias de afrontamiento

**Tabla 5**

*Baremos del Inventario de Estrés Académico SISCO SV.*

		Puntaje
Nivel	Bajo	0 - 78
	Medio	79 - 157
	Alto	158 - 235

**Nota:** *Inventario de Estrés Académico SISCO SV*

### 3.7. Validación y confiabilidad del instrumento

#### 3.7.1 Validez del instrumento

##### **Validez del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn (I-CE)**

En relación a la validez, se realizó una validez de constructo en base a correlaciones. Las correlaciones son moderadas y van desde coeficientes de correlación aproximadamente de .30 a coeficientes de .70. Los resultados sugieren que los subcomponentes del I-CE, a pesar de que existen pruebas que se superponen razonablemente con otras, las mismas aún muestran una clara distinción (Ugarriza, 2001)

Es importante mencionar, que también se determinó la validez y confiabilidad del Inventario de BarOn (I-CE) en la población de estudio de esta investigación, la validez fue a través de un juicio de expertos para

el cálculo del V de Aiken, y la confiabilidad se determinó a través de una prueba piloto que consiste en aplicar el instrumento al menos a un tercio de la población para luego calcular el coeficiente de alfa de Cronbach.

A nivel local: se obtuvo un promedio total del 100 equivalente al 100% de pertinencia lo que indicaría que según los expertos el instrumento si cuenta con el rigor científico para la recolección de datos, indicando la validez en su claridad, suficiencia, coherencia, y relevancia.

**Tabla 6**

*Decisión de los jueces expertos sobre el cuestionario de la variable inteligencia emocional.*

Indicadores		Jueces expertos			Promedio
		Jurado 1	Jurado 2	Jurado 3	
1	Claridad	100	100	100	100
2	Coherencia	100	100	100	100
3	Relevancia	100	100	100	100
4	Suficiencia	100	100	100	100
<b>Total, promedio</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

**Nota:** Elaboración propia

### **Validez del Inventario de Estrés Académico SISCO SV**

Para la variable estrés académico, se utilizó el instrumento del Inventario SISCO del estrés académico de Barraza.

En relación a la validez, el coeficiente de concordancia V de Aiken, el instrumento presenta validez genérica de contenido, ya que los coeficientes de todos los indicadores son superiores a 0.8 ( $p < 0.01$ ). De igual forma, según el coeficiente V de Aiken, el instrumento presenta validez específica de contenido, puesto que los coeficientes de todos los ítems superan a 0.75 ( $p < 0.01$ ). Con estos resultados, se afirma que el instrumento es válido con la opinión expertos. (Zea, 2021).

A nivel local: se obtuvo un promedio total del 99.5 equivalente al 99% de pertinencia lo que indicaría que según los expertos el instrumento si cuenta con el rigor científico para la recolección de datos, indicando la validez en su claridad, suficiencia, coherencia, y relevancia.

### **Tabla 7**

*Decisión de los jueces expertos sobre el cuestionario de la variable estrés académico.*

Indicadores		Jueces expertos			Promedio
		Jurado 1	Jurado 2	Jurado 3	
1	Claridad	100	100	100	100
2	Coherencia	100	100	100	100
3	Relevancia	100	100	100	100
4	Suficiencia	100	100	95	98
<b>Total, promedio</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>99</b>

**Nota:** Elaboración propia

### 3.7.2. Confiabilidad de los instrumentos

#### **Confiabilidad del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn (I-CE)**

Para la muestra extranjera los estudios de confiabilidad ejecutados sobre el I-CE en el extranjero se han centrado en la consistencia interna y la confiabilidad re-test. Los coeficientes alfa promedio de Cronbach son altos para casi todos los subcomponentes, el más bajo 0.69 fue Responsabilidad Social y el más alto 0.86 para Compresión de sí mismo.

A nivel nacional: Este instrumento fue estandarizado para poblaciones peruanas por Nelly Ugarriza Chávez cuya evidencia de validez de consistencia interna fue determinada por el coeficiente de alfa, teniendo como resultado total muy alto 0.93. (Ugarriza, 2021).

A nivel local: Se obtuvo un valor de alfa de Cronbach = 0.948 el cual indica que el instrumento tiene una fiabilidad alta, siendo este confiable y aceptable (ver tabla 5).

**Tabla 8**

*Confiabilidad del cuestionario de la variable inteligencia emocional.*

<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Ítems</b>
0,948	133

### **Confiabilidad del Inventario de Estrés Académico SISCO SV**

A nivel nacional: La confiabilidad del instrumento alcanzó el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach de 0.9248 para la dimensión estresores, 0.9518 para la dimensión síntomas y 0.8837 para la dimensión estrategias de afrontamiento. El inventario de SISCO es confiable, con coeficientes de consistencia interna alfa de Cronbach superiores a 0.88. Llegando a la conclusión que es válido y confiable. (Alania, et al. 2020)

A nivel local: Se obtuvo un valor de alfa de Cronbach = 0.896 el cual indica que el instrumento tiene una fiabilidad alta, siendo este confiable y aceptable (Ver tabla 6).

**Tabla 9**

*Confiabilidad del cuestionario de la variable estrés académico.*

<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Ítems</b>
0.896	47

### **3.8. Procedimiento**

Para alcanzar los fines y objetivos propuestos se tuvo en cuenta los siguientes procedimientos; con respecto a la variable inteligencia emocional se ha efectuado los siguientes procedimientos:

- Coordinación con el director y jefe de unidad académica del Instituto de Educación superior tecnológico público de Paucartambo para la

aplicación del cuestionario de Bar-On ICE NA, cuya duración será de 30 minutos por cada sección.

- Preparación e implementación del Cuestionario.
- Aplicación del Cuestionario.

Para la variable estrés académico,

- Coordinación con el director y jefe de unidad académica del Instituto de Educación superior tecnológico público de Paucartambo para autorizar la aplicación del instrumento del Inventario SISCO del estrés académico de Barraza.
- Preparación e implementación del Cuestionario.
- Aplicación del Cuestionario.
- A continuación
- Procesamiento y/o registro de datos.
- Análisis e interpretación de datos estadísticos.
- Elaboración del Informe final.

### **3.9. Tabulación y análisis de datos**

#### **3.9.1. Para la presentación de datos**

Los resultados obtenidos de la aplicación de cada instrumento que mide las variables de estudio (inteligencia emocional y estrés académico) se tabularon en números de acuerdo a la escala ordinal utilizada, cada pregunta de los cuestionarios se codificó con la letra P acompañado de un número correspondiente, por ejemplo, P1, P2, P3, .... Estos datos fueron procesados en el software IBM SPSS con la estadística descriptiva para obtener tablas de

frecuencias absolutas y relativas, luego con la estadística inferencial para obtener los resultados del supuesto de normalidad para cada de la variable y sus dimensiones, y finalmente las pruebas de correlación de Pearson o Spearman.

Para la presentación de los datos, se realizó el análisis a través de la estadística descriptiva. Las técnicas de procesamiento en relación a las medidas estadísticas que se utilizarán son:

- Construcción de Tabla de distribución de frecuencia.
- Construcción de Figuras
- Cálculo e interpretación de la media aritmética.

### **3.9.2. Análisis de datos**

Luego de recopilar los datos mediante la aplicación de los instrumentos de investigación, se procedió a calificar a cada uno de ellos. Luego, se ingresaron los resultados a los programas estadísticos para su procesamiento con el Microsoft Excel y el SPSS, teniendo en cuenta sus dimensiones y puntajes generales de las variables inteligencia emocional y estrés académico

Posteriormente, se procedió a verificar el supuesto de: que los datos sigan su distribución normal; de ello depende el coeficiente a utilizar. Si se comprueba la normalidad de los datos se utiliza para el análisis el Coeficiente de Correlación de Pearson. De no comprobarse la normalidad de los datos se utiliza el coeficiente de Spearman Una vez obtenido el coeficiente adecuado,

se interpretan los resultados donde los valores próximos a 1 indicarán fuerte asociación lineal positiva. Valores próximos a -1 indican fuerte asociación lineal negativa. Valores próximos a 0 indicarán no asociación lineal, lo que no significa que no puede existir otro tipo de asociación. Para determinar si una relación es significativa, se tomará en cuenta el valor de significancia ( $p \leq 0.05$ ).

Al realizar el análisis descriptivo, se utilizó tablas y gráficos para representar los datos en términos de porcentajes y frecuencias.

### 3.10 Consideraciones éticas

En el estudio se tuvo en cuenta los principios éticos según el Instituto Nacional de Salud – Perú (2010):

- **Principio de Autonomía:** Se asegura la protección confidencial de los datos y se brinda las pautas a seguir en caso de una revelación accidental de la información, se explica el proceso necesario a seguir para obtener el consentimiento informado, incluyendo situaciones en donde se requieran el consentimiento de sustitutos legales o representantes en caso de ser menores de edad o personas con discapacidad.
- **Principios de Beneficencia:** Se busca honrar la autonomía de los participantes, asegurando que los beneficios superen a los posibles riesgos, o que se hayan tomado medidas para maximizar los beneficios y minimizar los riesgos al máximo. También, es importante destacar que los beneficios no se limiten a los participantes, sino que también deben abarcar beneficios para la sociedad en general.



- **Principio de No maleficencia:** Es fundamental llevar a cabo una evaluación ética previa a cualquier consideración, lo cual implica realizar una revisión exhaustiva de la metodología que se va utilizar, así como se deben considerar otros aspectos relevantes, como justificar la prescripción aleatoria, el uso de placebos, evaluar la idoneidad de las instalaciones y capacidad de los investigadores, tomando en consideración su formación y experiencia.
- **Principio de Justicia:** Es fundamental que los beneficios y los riesgos sean distribuidos de manera equitativa entre todos los participantes del estudio, para lo cual se debe analizar los siguientes puntos: La muestra debe ser seleccionada de manera equitativa entre todos los participantes, y evaluar la utilidad de los resultados para la sociedad en general. En caso de existir conflictos éticos, se analiza la jerarquía de las mismas y se evalúa las consecuencias, lo que puede llevar a realizar excepciones de si se incumple o no un principio.

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS

### 4.1. Análisis descriptivo

**Tabla 10**

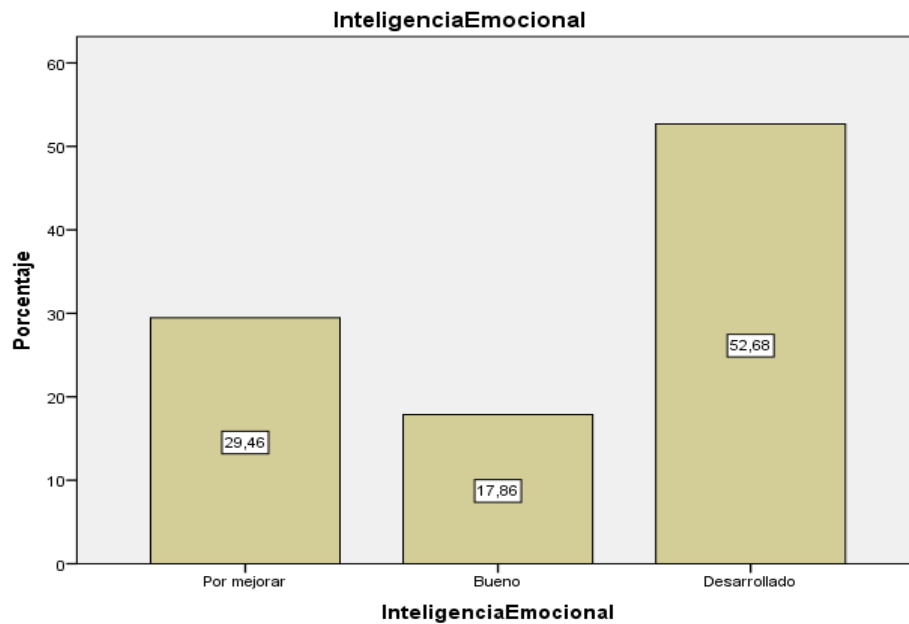
*Niveles de Inteligencia emocional predominante*

	Frecuencia	Porcentaje	
Válidos	Por mejorar	33	29,5
	Bueno	20	17,9
	Desarrollado	59	52,7
Total		112	100,0

**Nota:** Elaboración propia

**Figura 1**

*Niveles de la variable Inteligencia Emocional*



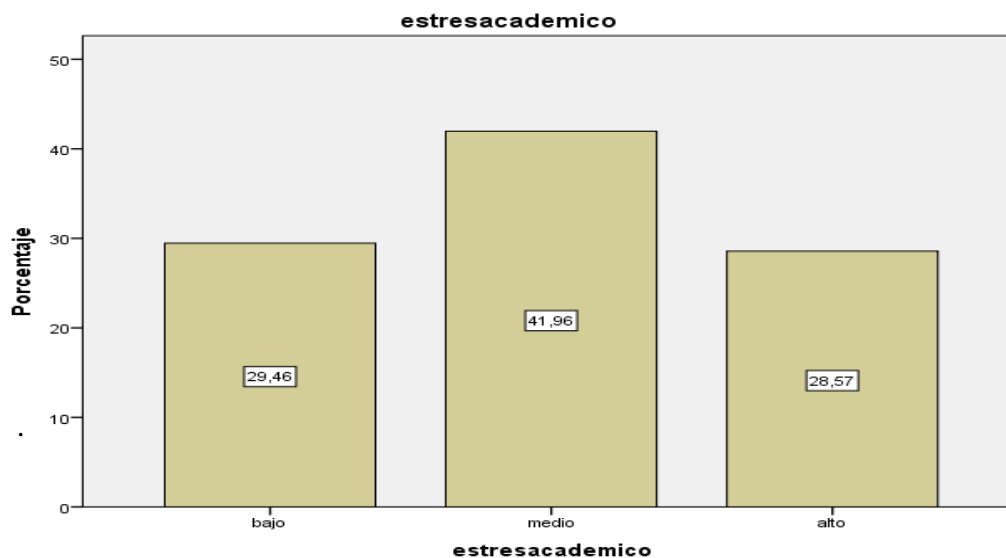
Luego de haber procesado los resultados de los 112 participantes de la muestra, se observa que un 52,7% de estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021 se encuentran en un nivel desarrollado de la inteligencia emocional. Seguido del 29,5% por mejorar y el 17,9% en el nivel bueno. Lo que son indicadores de que la mayoría de participantes muestran habilidades solidas en el reconocimiento y manejo de sus emociones, así como la comprensión de las emociones de los demás. Además, le sigue un grupo de estudiantes que tiene dificultades para regular sus emociones, así como limitaciones para relacionarse empáticamente con los demás.

**Tabla 11**

*Niveles de estrés académico predominante*

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	bajo	33	29,5
	medio	47	42,0
	alto	32	28,6
	Total	112	100,0

**Nota:** Elaboración propia

**Figura 2***Niveles de las dimensiones de estrés académico*

Luego de haber procesado los resultados de los 112 participantes de la muestra, se observa que un 41,9% de estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021 se encuentran en un nivel medio en el estrés académico, es decir que en mayor porcentaje puede haber implicaciones donde estos participantes experimentan cierto grado de estrés relacionado con las demandas y presiones del entorno académico. Seguido del 29,4% En el nivel debajo de estrés académico, es decir que estos participantes tienen una menor percepción de estrés en comparación con otros estudiantes. Finalmente, el 28.5% muestran altos niveles de estrés académico. Es importante considerar estrategias de manejo del estrés y apoyo emocional para ayudarles a gestionar sus preocupaciones y mejorar su bienestar durante sus estudios.

## 4.2. Análisis inferencial

**Tabla 12**

*Prueba de normalidad de las variables*

Prueba de normalidad	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia emocional	,130	112	,000
Estrés académico	,073	112	,198

**Nota:** Elaboración propia

Después de haber procesado todos los datos de la muestra del estudio, se realizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov ( $n > 50$ ), donde se obtuvo un valor de significancia de 0.000 para la variable inteligencia emocional y 0.198 para la variable estrés académico, por lo tanto, se debe utilizar la prueba no paramétrica de Rho de Spearman para la contrastación de hipótesis.

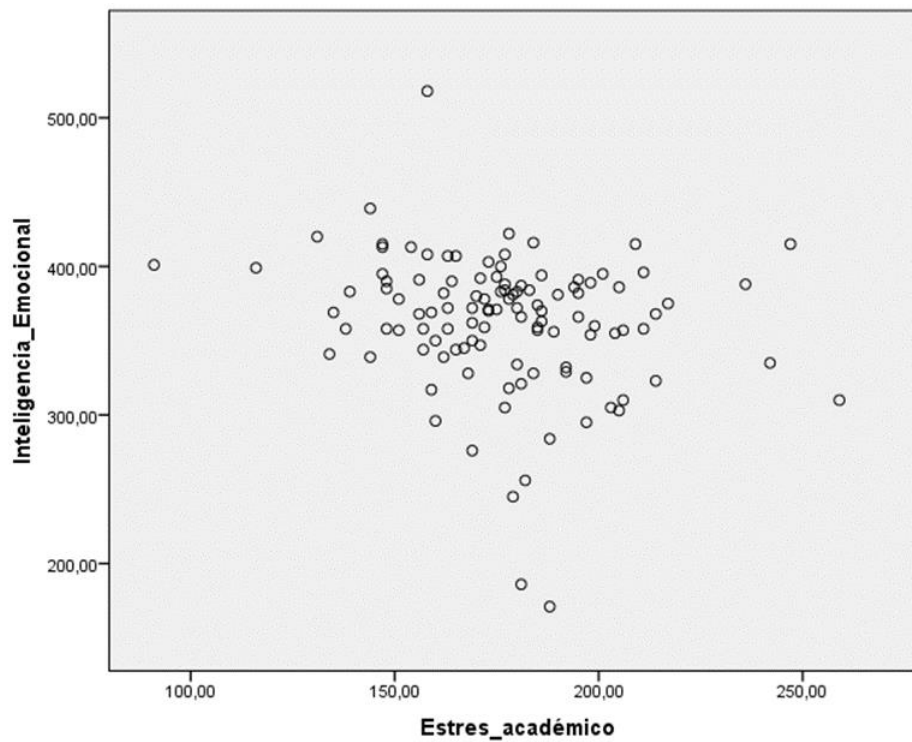
### **Se formuló la hipótesis general.**

**Hi:** Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021.

**Ho:** No existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021.

**Tabla 13***Contrastación de hipótesis general*

<b>Rho de Spearman</b>	<b>Estrés académico</b>
Coeficiente de correlación	-,222
Inteligencia emocional Sig. (bilateral)	,019
N	112

**Nota:** Elaboración propia**Figura 3***Contrastación de hipótesis general*

Después de realizarse la no-paramétrica de Rho de Spearman, se obtuvo un valor de significancia bilateral de  $0.019 < 0.05$ , lo que nos indica que se acepta

la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, que nos dice que “Existe relación significativa entre los la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021”. Donde, además se obtuvo un coeficiente de correlación de  $-0.222$ , lo que nos indica que existe una correlación negativa baja.

**Se formula la hipótesis específica 1:**

**Hi:** Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estresores” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021.

**Ho:** No existe relación significativa entre los la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estresores” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Paucartambo - 2021.

**Tabla 14**

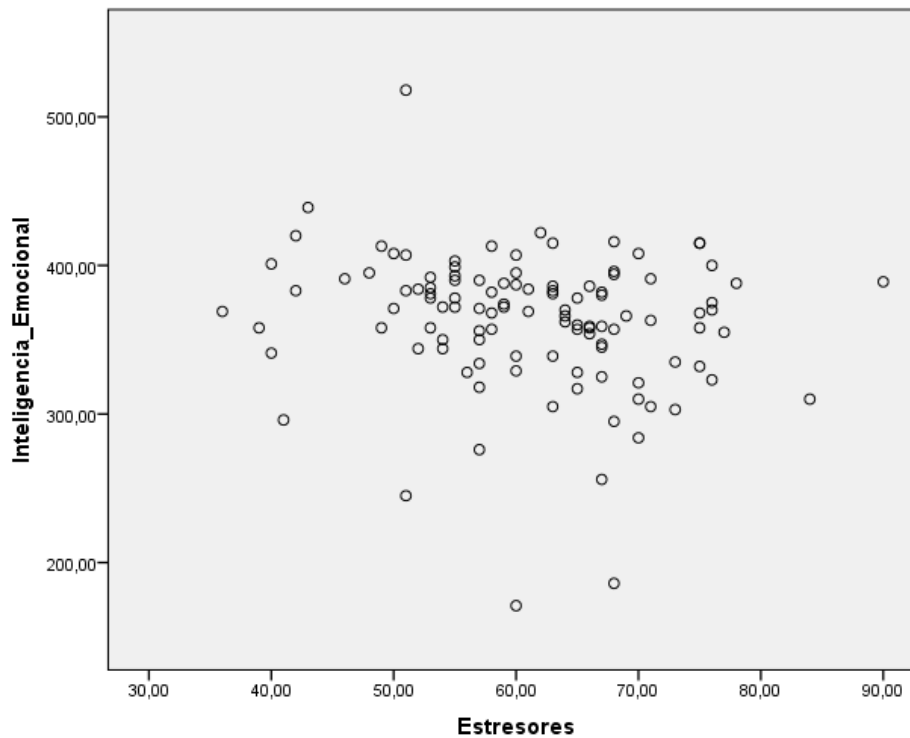
*Contrastación de hipótesis específica 1*

<b>Rho de Spearman</b>	<b>Estresores</b>
Coeficiente de correlación	-,211
Inteligencia Emocional Sig. (bilateral)	,025
N	112

**Nota:** Elaboración propia

**Figura 4**

*Contrastación de hipótesis específica 1*



Después de realizarse la prueba no-paramétrica de Rho de Spearman, entre la primera variable y una dimensión de la segunda variable, se obtuvo un valor de  $\text{sig. (bilateral)} = 0.025 < 0.05$ , lo que nos indica que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, que nos dice que “Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estresores” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021”. A demás, se obtuvo un coeficiente de correlación = -0.211, que nos indica que existe una correlación negativa baja.



**Se formula la hipótesis específica 2:**

**Hi:** Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “síntomas” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021.

**Ho:** No existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “síntomas” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021.

**Tabla 15**

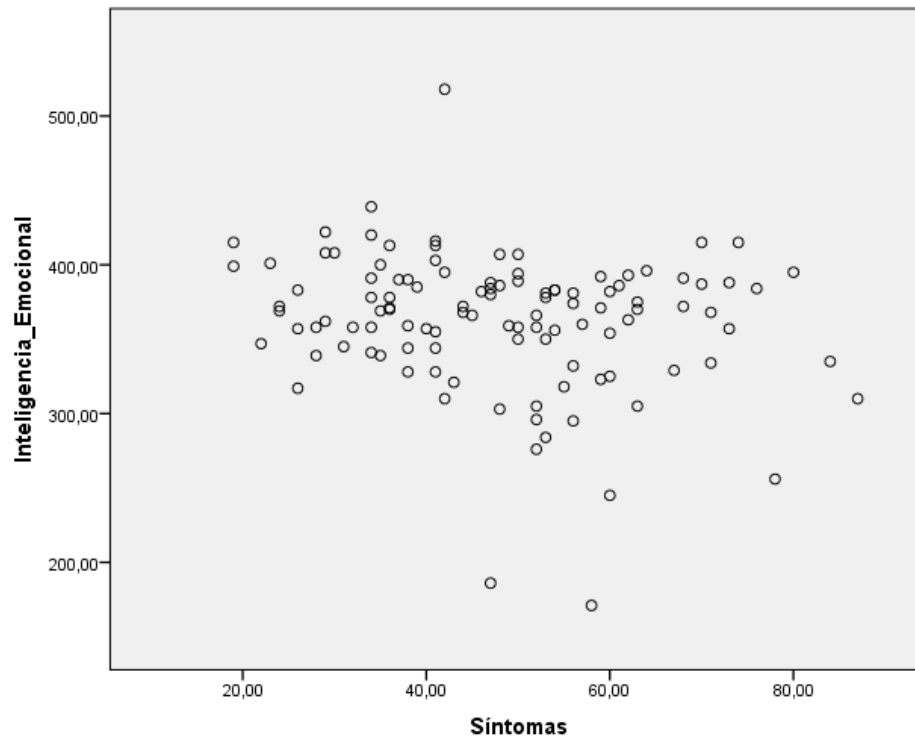
*Contrastación de hipótesis específica 2*

<b>Rho de Spearman</b>	<b>Síntomas</b>
Coefficiente de correlación	-,163
Inteligencia Emocional Sig. (bilateral)	,086
N	112

**Nota:** Elaboración propia

**Figura 5**

*Contrastación de hipótesis específica 2*



Después de realizarse la prueba no-paramétrica de Rho de Spearman, entre la primera variable y una dimensión de la segunda variable, se obtuvo un valor de  $\text{sig. (bilateral)} = 0.086 < 0.05$ , lo que nos indica que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, que nos dice que “No existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “síntomas” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021”. A demás, se obtuvo un coeficiente de correlación =  $-0.163$ , que nos indica que existe una correlación negativa muy baja o nula.

**Se formula la hipótesis específica 3:**

**Hi:** Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estrategias de afrontamiento” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021.

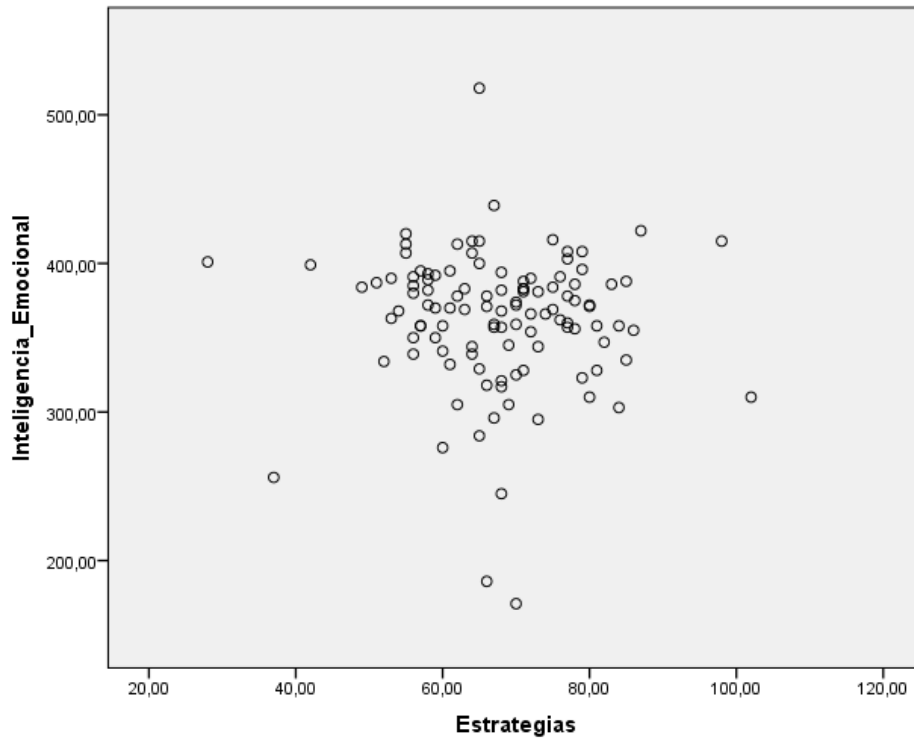
**Ho:** No existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estrategias de afrontamiento” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021.

**Tabla 16**

*Contrastación de hipótesis específica 3*

<b>Rho de Spearman</b>	<b>Estrategias</b>
Coeficiente de correlación	-,110
Inteligencia Emocional Sig. (bilateral)	,246
N	112

**Nota:** Elaboración propia

**Figura 6***Contrastación de hipótesis específica 3*

Después de realizarse la prueba no-paramétrica de Rho de Spearman, entre la primera variable y una dimensión de la segunda variable, se obtuvo un valor de  $\text{sig. (bilateral)} = 0.246 < 0.05$ , lo que nos indica que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, que nos dice que “No existe relación significativa entre los la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “estrategias de afrontamiento” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo - 2021”. A demás, se obtuvo un coeficiente de correlación=  $-0.110$ , que nos indica que existe una correlación negativa muy baja o nula.

## CAPÍTULO V DISCUSION

De acuerdo con la investigación realizada por Ramírez (2022) sobre la incidencia de la inteligencia emocional y el estrés académico, se encontró que la inteligencia emocional influye en estrés académico, ya que se encontró una correlación muy fuerte que se encuentra dentro del rango de 0.90 – 1.00, donde se comprobó que a menor inteligencia emocional tendrán mayor estrés académico, lo cual respaldaría la idea de que existe una relación directa entre estas dos variables. Por otra parte, nuestro estudio encontró que entre las variables existe una correlación negativa baja de -0.222, y se obtuvo una sig. (bilateral) de 0.019 siendo esto menor que 0.05, lo que respaldaría la idea de que existe una correlación inversamente proporcional; si bien la correlación encontrada es más baja que la de Ramírez (2022), siendo significativa y apoya la noción de que la inteligencia emocional si desempeñaría un papel importante en la disminución del estrés académico. Adicionalmente, otro estudio realizado por Ocoruro (2021) que buscó determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico en un grupo de estudiantes, también respalda la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico, pues encontró que existe una correlación estadística moderada  $r=0.644$ , así como el valor de  $p=0.00$  es menor que 0.05. Estos resultados concuerdan con lo hallado por Ramirez (2022) y nuestro estudio, y proporcionaría más evidencia de que la inteligencia emocional afecta el nivel del estrés académico experimentado por estudiantes. También Picoy (2015), encontró la existencia de una correlación inversa entre las variables. Lo que significa que la inteligencia emocional tiene una gran influencia en la presencia de estrés académico de los

estudiantes. Estos resultados nos dan la idea de que la inteligencia emocional también estaría asociada con habilidades como la autorregulación emocional, la empatía y la resolución de problemas. Y estas habilidades son fundamentales para afrontar los desafíos académicos y lidiar con situaciones estresantes. Por lo tanto, los estudiantes con un nivel más alto de inteligencia emocional pueden ser capaces de manejar el estrés de manera más efectiva, lo que se refleja en una menor incidencia de estrés académico. Además, las emociones también desempeñan un papel importante en el proceso de aprendizaje. Cuando los estudiantes experimentan altos niveles de estrés, sus capacidades cognitivas pueden verse afectadas negativamente. El estrés excesivo puede dificultar la concentración, la memoria y el rendimiento académico en general. Por lo tanto, es posible que los estudiantes con menor inteligencia emocional sean más propensos a experimentar un mayor estrés académico, lo que a su vez puede afectar negativamente su desempeño en los estudios.

Sin embargo, es importante considerar otros estudios como el de Duque (2020) que encontró que no existe relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico, en cambio encontró que más del 50% de los participantes se encuentra en el nivel promedio de inteligencia emocional, a diferencia de los hallazgos de nuestros resultados que el 52.68% se encuentra en el nivel desarrollado. Estas diferencias en los resultados podrían deberse a variaciones en las muestras estudiadas y en las mediciones utilizadas para evaluar la inteligencia emocional y el estrés académico. Asimismo, en cuanto al estrés académico, Duque (2020) encontró que cerca del 50% se encuentra en un nivel promedio, este

resultado concuerda con los de nuestro estudio donde 41.96% se encuentra en el nivel medio. Estos resultados sugieren que existe una proporción considerable de estudiantes que experimentan niveles moderados de estrés académico, independientemente de su nivel de inteligencia emocional. Por otro lado, un estudio realizado por Picoy (2015), encontró que la inteligencia emocional obtuvo un puntaje de 91.35 que pertenece al nivel de “capacidad emocional adecuado” y en cuanto al estrés académico obtuvo un puntaje de 85.28 que pertenece al nivel (promedio alto). Podemos observar que en cuanto al nivel de inteligencia emocional encontrado por Picoy, se observa que coincide con los hallazgos de nuestro estudio donde el 52.68% de los participantes se encuentran en el nivel “desarrollado”. Aunque los autores no encontraron resultados similares en cuanto a la relación entre las variables, los tres estudios demostraron que más de la mitad de los participantes cuentan con aptitudes para el manejo de conflictos, habilidades sociales y manejo de afrontamiento de estrés; de la misma manera que la presencia de estrés académico en la mayoría de los estudiantes se encuentra en un nivel intermedio.

En otro estudio realizado por Torres (2021) con la finalidad de analizar las influencias de las dimensiones de la inteligencia emocional sobre el estrés académico, se encontraron resultados que difieren de nuestros hallazgos. Torres (2021) encontró que algunas dimensiones de la inteligencia emocional tienen una influencia baja sobre los factores estresantes (manejo de estrés y adaptabilidad) de la misma manera que en los factores de afrontamiento (interpersonal e intrapersonal) y una influencia moderada sobre los síntomas (estado de ánimo y manejo del estrés). En contraste, en nuestro estudio se encontró que no existe

correlación entre la inteligencia emocional y la dimensión de estrategias y síntomas. Lo que significa que la inteligencia emocional no influye en los factores de estrategias ni síntomas, por lo tanto, el manejo del estrés no depende la inteligencia emocional, ni tampoco los síntomas que puedan presentarse. Estas diferencias pueden deberse a las características de las muestras, como características sociodemográficas, edad, género, nivel educativo, entre otros. Ya que las diferencias en los estudiantes pueden experimentar el estrés académico y manifestar su inteligencia emocional de manera diferente entre ellos.



## CONCLUSIONES

Luego de la recolección, calificación, análisis y discusión de los resultados, se llegó a las siguientes conclusiones:

- Que más del 52.68% de los participantes se encuentran en un nivel “desarrollado” de la inteligencia emocional, seguido por un 29.5% en el nivel “por mejorar” y en el nivel “bueno” solamente un 17.9%.
- En cuanto al nivel de estrés académico, se encontró que el 41.9% de los participantes se encuentra en un nivel “medio”, seguido de 29% de los participantes que se encuentran en el nivel “bajo” y finalmente el 28.5% muestran el nivel “alto”.
- En cuanto a la correlación de las variables se encontró una significancia de 0.019 menor al 0.005, por lo que se aceptó la hipótesis alterna.
- En cuanto a la correlación de la inteligencia emocional y la dimensión “estresores” del estrés académico, se obtuvo un valor de sig. (bilateral) de 0.025 menor que 0.05, por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna.
- En cuanto a la correlación de la inteligencia emocional y la dimensión de “síntomas” del estrés académico, se obtuvo un valor de significaría de 0.085, que es superior a 0.05, por lo que se acepta la hipótesis nula.
- En cuanto a la correlación de la inteligencia emocional y la dimensión “estrategias” del estrés académico se obtuvo un valor de 0.246, mayor a 0.05, por lo que se acepta la hipótesis nula.

## RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS

- Enfocarse en el desarrollo de la inteligencia emocional. Estas intervenciones podrían incluir actividades prácticas, talleres o entrenamientos que fomenten el autoconocimiento emocional, la regulación emocional y las habilidades de empatía.
- Se sugiere implementar programas de entrenamiento específicos para fortalecer las habilidades emocionales de los estudiantes. Estos programas pueden incluir actividades prácticas, técnicas de relajación, ejercicios de mindfulness y estrategias de manejo del estrés. Esto ayudará a los estudiantes a desarrollar un mayor autoconocimiento emocional y a adquirir herramientas efectivas para hacer frente al estrés académico.
- Brindar apoyo para el estrés académico, es fundamental implementar estrategias de apoyo para ayudar a los estudiantes a manejar y reducir el estrés relacionado con sus actividades académicas.
- Incluir programas de educación sobre técnicas de manejo del estrés, fomentar un ambiente de apoyo y comprensión, y promover prácticas de autocuidado como el ejercicio regular, la alimentación saludable y el descanso adecuado.
- Fomentar la conciencia y el autocuidado: Dado que el estrés académico es una preocupación común entre los estudiantes, es importante educar sobre la importancia de la conciencia personal y el autocuidado, como la práctica de

técnicas de relajación, la organización del tiempo y la búsqueda de equilibrio entre el estudio y el tiempo libre.

- Incluir talleres, sesiones de orientación o recursos online que brinden a los estudiantes herramientas prácticas para lidiar con el estrés, como técnicas de relajación, planificación efectiva, estrategias de estudio y manejo de expectativas.
- Continuar investigando la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico. Se sugiere realizar estudios adicionales con muestras más amplias y diversificadas, así como utilizar diferentes herramientas de medición para obtener resultados más robustos y generalizables. Esto contribuirá a una comprensión más completa de cómo la inteligencia emocional influye en el estrés académico y permitirá desarrollar estrategias más efectivas de intervención.
- Replicar y contrastar los hallazgos: Dado que algunos de los resultados obtenidos en el estudio presentaron correlaciones significativas y otros no, se recomienda replicar el estudio en diferentes contextos y con muestras más grandes para verificar la consistencia de los hallazgos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alania, R., Llancari, R., De la Cruz, M. y Ortega, D. (2020). Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Revista científica de Ciencias Sociales SOCIALIUM*. Vol. 4. N° 2. Pp 111-130.  
<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669/867>
- Anaguano, M. y Velasco, Y. (2022). *Niveles de estrés académico generado en los estudiantes de segundo año de Bachillerato Técnico de la Institución Educativa Fiscal "Benito Juárez", del cantón Quito en el periodo 2021-2022*. Universidad Central del Ecuador.  
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/28226/1/UCE-FIL-PEO-ANAGUANO%20MAYRA-VELASCO%20YOMALY.pdf>
- Arrabal, E. M. (2018). *Inteligencia emocional*. Elearning, SL.
- BarOn, R. (1997). Development of the BarOn EQ-I: A measure of emotional and social intelligence. *105th Annual Convention of the American Psychological Association in Chicago*.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica de psicología iztacala*, 9(3), 110-129.
- Barraza, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 12(22), 1.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3265008>.

- Bettoni, M. (2006) *La armonía emocional. La clave para ser feliz*. Robinbook
- Bienestar económico y financiero. (2023). La inteligencia emocional, una herramienta para mejorar el bienestar y el rendimiento. <https://www.bbva.com/es/salud-financiera/la-inteligencia-emocional-una-herramienta-para-mejorar-el-bienestar-y-el-rendimiento/>
- Calderón y Sánchez (2023). *El estrés académico en los estudiantes de bachillerato intensivo en el Colegio Unidad Educativa Tarqui de Calderón periodo 2022- 2022*. [Tesis de pregrado]. Archivo digital. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/29328/1/UCE-FIL-PEO-CALDERON%20LUIS-SANCHEZ%20JESSICA.pdf>
- Carrasco, S. (2005). *Metodologías de la investigación científica*. Editorial San Marcos. Lima-Perú
- Coletti, G. (2015). *El estrés académico de los estudiantes universitarios de la Universidad Nacional "Hermilio Valdizán"—Huánuco*. Tesis de posgrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Archivo digital. <https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/1961>
- Consuegra (2010). *Diccionario de psicología* (2ª ed). Ecoe .
- Duque, N. (2020). *Inteligencia emocional y su influencia en el estrés académico de los estudiantes matriculados en titulación de la modalidad presencial de la Universidad Tecnológica Indoamérica Matriz Ambato*. Universidad Tecnológica Indoamérica.

<https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/2089/1/DUQUE%20M OYA%20NADYA%20SOLEDAD.pdf>

El club del Emprendimiento. (2020). ¿Te falta inteligencia emocional? Aprende a reconocer cuando la tienes baja. RRHHDigital <https://www.rrhhdigital.com/secciones/coaching/139819/Te-falta-inteligencia-emocional-Aprende-a-reconocer-cuando-la-tienes-baja#:~:text=Las%20personas%20que%20tienen%20una,como%20tensi%C3%B3n%20estr%C3%A9s%20y%20ansiedad.>

Fernández Berrocal, P., & Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, (1) pp. 31-46. [https://ri.iberomex.mx/bitstream/handle/iberomex/6043/RiEEB\\_01\\_01\\_31.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://ri.iberomex.mx/bitstream/handle/iberomex/6043/RiEEB_01_01_31.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Fernández, P., y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del profesorado*. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/35428/01420073000724.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gobierno regional de Huánuco (2020 9 de octubre). Huánuco: la Diresa atendió un total de, 5 mil 600 personas con diagnóstico de ansiedad, depresión, estrés y violencia intrafamiliar [Nota de prensa]. <https://www.gob.pe/institucion/regionhuanuco/noticias/306601-huanuco->

[la-%09diresa-atendio-un-total-de-5-mil-600-personas-con-diagnostico-de-%09ansiedad-depresion-estres-y-violencia-intrafamiliar](#)

Goleman, D. (2010). *La práctica de la inteligencia emocional*. Kairós.

Goleman, D. (2015). *El cerebro y la inteligencia emocional: nuevos descubrimientos*. B de Books.

Goleman, D. (2018). *Inteligencia emocional en la empresa*. Penguin Random House

Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. McGRAW-HILL.

Instituto Nacional de Salud – Perú (2010). Aspectos Éticos, Legales y Metodológicos de los Ensayos Clínicos para su uso por los Comités de Ética. Lima. [www.ins.gob.pe](http://www.ins.gob.pe)

Ministerio de Salud. (2019). Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental. Plataforma digital única del estado. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>

Navarro, F. (2023). La verdad del estrés: síntomas, origen y cómo combatirlo. Inesem Business School. <https://www.inesem.es/revistadigital/gestion-integrada/como-se-origina-el->

[estres/#:~:text=Comenz%C3%B3%20a%20utilizarse%20en%20Fisiolog%C3%ADa,presentes%20en%20el%20medio%20ambiente%E2%80%9D.](#)

Norabuena, L. E. (2022). *Relación entre la inteligencia emocional y el desempeño docente en la institución educativa no 20341 “Madre Teresa De Calcuta”- Santa Maria–Huaura-2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Archivo digital.  
<http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/5735/Luis%20Enrique%20Norabuena%20Obreg%C3%B3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ocoruro, D. N. (2021). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de la escuela profesional de psicología de la universidad Alas Peruanas Juliaca-2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Archivo digital.  
<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/885/1/Dalila%20Noemi%20Ocoruro%20Quico.pdf>

Pajares, L. y Ugarriza, N. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, (8), 11-58.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147112816001>

Picoy Barzola, J. V. (2015). *Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de la facultad de Psicología de la universidad nacional Hermilio Valdizán-Huánuco, 2014*. [Tesis de pregrado, Universidad



Nacional Hermilio Valdizan]. Archivo

digital.<https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/776/TPS%2000180%20P53.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pimienta, J. y De la Orden, A. (2017). Metodología de la investigación. (3ª ed). Pearson.

Quiliano, M., & Quiliano, M. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Ciencia y enfermería*, 26. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071795532020000100203&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071795532020000100203&script=sci_arttext)

Radio Programas Perú (2018). Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica. <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-peru-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia-1151266>

Ramírez, V. L. (2022). *La inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de Sexto semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato*. [Tesis de pregrad, Universidad Tecnica de Ambata]. Archivo digital. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/34864/1/EST.%20VALERIA%20LIZBETH%20RAM%c3%8dREZ%20VALAREZO%20TESIS%20%282%29.pdf>

- Toro, J. A. (2022). *Inteligencia Emocional, estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Archivo digital. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/11530>
- Torres, I. V. (2021). *Influencia de la inteligencia emocional sobre el estrés académico en estudiantes de universidades privadas de Lima en tiempos de pandemia*. [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Archivo digital. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/7d4e380c-e7ab-4af4-9e85-2d43b9bf0262/content>
- Ugarriza, N. (2001). La Evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima metropolitana. *Revista Persona*, 4, 129-160.
- Valadez, B. (2021). Consejos para manejar el estrés académico. Universidad del Norte. <https://www.un.edu.mx/consejos-para-manejar-estres-academico/#:~:text=Para%20la%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de,ante%20est%C3%ADmulos%20y%20eventos%20acad%C3%A9micos%E2%80%9D>.
- Villacis, B. (2022). *Influencia de la Inteligencia Emocional en el Rendimiento Académico de los estudiantes de segundo y tercer semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Central del Ecuador en el periodo 2021-2021*. Universidad central del Ecuador.

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/28236/1/UCE-FIL-PEO-VILLACIS%20BRYAN.pdf>

Zarcovich, (2005). Metodología de la investigación. Mc Graw-Hill.

Zea-Bastidas, MN. (2021). *Estrés académico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Cocachacra - Arequipa*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Archivo digital. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/12814?show=full>

**ANEXOS**

### Anexo 01. Matriz de consistencia

#### INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO DE PAUCARTAMBO - 2021

Pregunta problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
<p><b>General:</b> ¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo - 2021?</p>	<p><b>General:</b> Determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021</p>	<p><b>General:</b> <b>HI:</b> Existe relación significativa entre inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo - 2021 <b>Ho:</b> No existe relación significativa entre inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo - 2021</p>	Inteligencia emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Componente intrapersonal</li> <li>- Componente interpersonal</li> <li>- Componente de adaptabilidad</li> <li>- Componente del manejo del estrés</li> <li>- Componente del estado de ánimo en general</li> </ul>	<p>Tipo de investigación: Cuantitativa y aplicada</p> <p>Nivel de investigación: Descriptiva</p> <p>Diseño de investigación: correlacional</p>
<p><b>Específicas:</b> ¿Cuál es el nivel predominante de la inteligencia emocional en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo-2021? ¿Cuál es el nivel predominante del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo-2021? ¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y la dimensión “estresores” del estrés</p>	<p><b>Específicas:</b> Identificar el nivel predominante de la inteligencia emocional en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo-2021. Identificar el nivel predominante del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo-2021. Identificar la relación que existe entre inteligencia emocional y la</p>	<p><b>Específicas</b> <b>HI:</b> Existe relación significativa entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en su dimensión “síntoma” en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo - 2021. <b>Ho:</b> No existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión “estresores” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021</p>	Estrés académico	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estresores</li> <li>- Síntomas</li> <li>- Estrategias de afrontamiento</li> </ul>	<p>Población: 132 y muestra: 112 estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico público de Paucartambo</p> <p>Técnicas: Encuesta Instrumentos: Inventario de BarOn (I-CE)</p>

<p>académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo-2021?</p> <p>¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y la dimensión “síntomas” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo-2021?</p> <p>¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y la dimensión “estrategias de afrontamiento” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo-2021?</p>	<p>dimensión “estresores” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021</p> <p>Identificar la relación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión “síntomas” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021</p> <p>Identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y la dimensión “estrategias de afrontamiento” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021</p>	<p><b>H2:</b> Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión “síntomas” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021</p> <p><b>Ho:</b> No existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión “síntomas” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021</p> <p><b>H3:</b> Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión “estrategias de afrontamiento” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021.</p> <p><b>Ho:</b> No existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión “estrategias de afrontamiento” del estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021</p>			<p>Inventario SISCO</p>
--	---	--	--	--	-------------------------

## Anexo 02. Consentimiento informado

TÍTULO DEL PROYECTO:  
DE TESIS

“Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021”

RESPONSABLES DE LA  
INVESTIGACIÓN:

Bach. Godoy Lama, Yacquelin Sofia  
Bach. Rojas Guerra, Sarith Esteffany

Este oficio de consentimiento informado tiene 2 partes:

- Información (proporcionar información sobre el estudio).
- Formulario de consentimiento (para firmar si está de acuerdo que todos los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021, participe en este estudio de investigación).

### PARTE I: INFORMACIÓN

**a) Introducción:** El presente formulario de consentimiento informado le permitirá evaluar juzgar y decidir, si desea el estudiante del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021, participar en esta investigación.

**b) Objetivo:** Este estudio tiene como objetivo Determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del Instituto de educación superior tecnológico público de Paucartambo- 2021

- c) Diseño de estudio:** El estudio al que se le invita es de tipo descriptivo correlacional, en la cual se busca analizar e interpretar y evaluar el grado de relación entre las dos variables sin manipularlas de manera intencional.
- d) Instrumentos de estudio a aplicar:** Se aplicará dos cuestionarios: “Inventario de Baron I- CE” y el “Inventario SISCO”.
- e) Procedimientos:** Ambos instrumentos de estudio, serán aplicados de manera presencial con una duración de 15 minutos por cada instrumento. Este proceso de recolección de datos será ejecutado respetando todos los protocolos de bioseguridad.
- f) Duración:** La aplicación de instrumentos tendrá una duración aproximada de 30 minutos por cada estudiante participante de la recolección de datos.
- g) Participación:** Participarán educandos del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021”. La participación es LIBRE Y VOLUNTARIA, los estudiantes pueden elegir participar o no, ellos no serán afectados de ninguna forma por esta decisión; así también, pueden dejar de participar en cualquier momento sin que esto implique alguna sanción o reproche.
- h) Incentivos:** Los participantes no recibirán retribución económica ni académica por su participación.
- i) Riesgos:** En esta investigación no se identifican riesgos físicos ni ninguna consecuencia desfavorable para los participantes.
- j) Beneficios:** Los resultados finales de esta investigación serán participados a la Institución Educativa para que mediante la realidad evidenciada se




planteen medidas de afrontamiento de esta problemática en el contexto familiar y educativo.

**k) Confidencialidad de información:** La información obtenida en esta investigación será archivada de manera confidencial en los registros documentarios y repositorio de la Universidad Nacional “Hermilio Valdizán”. La identidad de los participantes no será considerada durante el procesamiento de datos ni en ningún otro momento. Garantizando así el anonimato de los estudiantes.



## **PARTE II: FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO**

Antes de firmar este consentimiento declaro que:

- Mis preguntas han sido respondidas a mi entera satisfacción y considero que entiendo toda la información proporcionada a cerca del estudio.
- Acepto que la información proporcionada será recopilada, utilizada y divulgada conforme a lo descrito en este formulario de consentimiento informado.
- He decidido voluntariamente que los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021, del cual soy Director, participen en el estudio de investigación “Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021”.
- He recibido una copia fiel de este documento.

Fecha	1 de julio del 2022
Apellido(s) y nombre(s) del Director de la Institución Educativa participante en el estudio de investigación.	ING. Jhon Franklin, CABELLO HIDALGO
Firma y sello del Director de la Institución Educativa participante en el estudio de investigación.	

Los aspectos antes señalados han sido comprometidos por los responsables de la investigación, Godoy Lama, Yacquelin Sofía y Rojas Guerra, Sarith Esteffany., egresados de la Facultad de Psicología de la “Universidad Nacional Hermilio Valdizán” – Huánuco, quienes confirman que han entregado la información necesaria a cerca de la indagación, que han contestado toda duda adicional y que no ejercieron presión alguna para que los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Paucartambo – 2021.

Responsables de la investigación	Firma
Bach. Godoy Lama, Yacquelin Sofía	
Bach. Rojas Guerra, Sarith Esteffany.	

### Anexo 03. Instrumentos

#### Inventario de Estrés Académico SISCO SV

(Adaptado de Barraza, 2018)

##### INFORMACION PERSONAL:

Edad: .....

Sexo: .....

Fecha: .....

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

Si

No

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "si", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho. (Marca con una X)

1	2	3	4	5

##### 3. Dimensiones estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Responde, señalando con una X.

¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Responde, tomando en consideración la siguiente escala de valores

¿Con que frecuencia te estresa?

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
------------	---	----	----	----	----	---

1. La competitividad con o entre mis compañeros de clases.						
2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.						
3. La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases.						
4. La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.						
5. El nivel de exigencia de mis profesores/as.						
6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)						
7. Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as.						
8. Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.)						
9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as.						
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación.						
11. Exposición de un tema ante la clase.						
12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.						
13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología).						
14. Asistir o conectarse a clases aburridas o monótonas.						
15. No entender los temas que se abordan en la clase.						

#### 4. Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos estudiantes cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
16. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).						
17. Fatiga crónica (cansancio permanente).						
18. Dolores de cabeza o migrañas.						
19. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.						
20. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc						
21. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
22. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
23. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
24. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.						
25. Dificultades para concentrarse.						
26. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						
27. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear.						
28. Aislamiento de los demás.						
29. Desgano para realizar las labores académicas.						
30. Aumento o reducción del consumo de alimentos.						

##### 5. Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos estudiantes para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior:

¿Con qué frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
31. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).						
32. Escuchar música o distraerme viendo televisión.						
33. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						



34. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa.						
34. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).						
35. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.						
37. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.						
38. Contar lo que me pasa a otros. (Verbalización de la situación que preocupa).						
39. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						
40. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.						
41. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
42. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione.						
43. Hacer ejercicio físico						
44. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
45. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que Preocupa.						
46. Navegar en internet.						
47. Jugar videojuegos.						

*Evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE)*

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_  
 Ocupación: \_\_\_\_\_ Especialidad: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Inventario de inteligencia emocional (BarOn)**

Introducción

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces. Hay cinco respuestas por cada frase.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

Instrucciones

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

Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta cómo te sentirías, pensarías o actuarías si estuvieras en esa situación. Notarás que algunas frases no te proporcionan toda la información necesaria; aunque no estés seguro(a) selecciona la respuesta más adecuada para ti. No hay respuestas "correctas" o "incorrectas", ni respuestas "buenas" o "malas". Responde honesta y sinceramente de acuerdo a cómo eres, NO como te gustaría ser, no como te gustaría que otros te vieran. NO hay límite de tiempo, pero, por favor, trabaja con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las oraciones.

1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.
2. Es duro para mí disfrutar de la vida.
3. Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.
4. Sé como enfrentar los problemas más desagradables.
5. Me agradan las personas que conozco.
6. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.
7. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.
8. Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).
9. Reconozco con facilidad mis emociones.
10. Soy incapaz de demostrar afecto.
11. Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones.
12. Tengo la sensación de que algo no está bien en mi cabeza.
13. Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.
14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.

15. Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.
16. Me gusta ayudar a la gente.
17. Me es difícil sonreír.
18. Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.
19. Cuando trabajo con otros tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.
20. Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.
21. Realmente no sé para que soy bueno(a).
22. No soy capaz de expresar mis ideas.
23. Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.
24. No tengo confianza en mí mismo(a).
25. Creo que he perdido la cabeza.
26. Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.
27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.
28. En general, me resulta difícil adaptarme.
29. Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.
32. Prefiero que otros tomen decisiones por mí.
33. Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.
34. Pienso bien de las personas.
35. Me es difícil entender cómo me siento.
36. He logrado muy poco en los últimos años.
37. Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.
38. He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.
39. Me resulta fácil hacer amigos(as).
40. Me tengo mucho respeto.
41. Hago cosas muy raras.
42. Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.
43. Me resulta difícil cambiar de opinión.
44. Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.
45. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.
46. A la gente le resulta difícil confiar en mí.
47. Estoy contento(a) con mi vida.
48. Me resulta difícil tomar decisiones por mi mismo(a).
49. No puedo soportar el estrés.
50. En mi vida no hago nada malo.
51. No disfruto lo que hago.
52. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.
53. La gente no comprende mi manera de pensar.
54. Generalmente espero lo mejor.
55. Mis amigos me confían sus intimidades.
56. No me siento bien conmigo mismo(a).
57. Percibo cosas extrañas que los demás no ven.
58. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.
59. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.
60. Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.



*Evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE)*

61. Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.
62. Soy una persona divertida.
63. Soy consciente de cómo me siento.
64. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.
65. Nada me perturba.
66. No me entusiasman mucho mis intereses.
67. Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decirselo.
68. Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.
69. Me es difícil llevarme con los demás.
70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.
71. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.
73. Soy impaciente.
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.
77. Me deprimó.
78. Sé como mantener la calma en situaciones difíciles.
79. Nunca he mentado.
80. En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.
81. Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.
82. Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo.
83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.
84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.
85. Me siento feliz con el tipo de persona que soy
86. Tengo reacciones fuertes, intensas, que son difíciles de controlar.
87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.
88. Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).
89. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.
90. Soy capaz de respetar a los demás.
91. No estoy muy contento(a) con mi vida.
92. Prefiero seguir a otros a ser líder.
93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.
94. Nunca he violado la ley.
95. Disfruto de las cosas que me interesan.
96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.
97. Tiendo a exagerar.
98. Soy sensible ante los sentimientos de las otras personas.
99. Mantengo buenas relaciones con los demás.
100. Estoy contento(a) con mi cuerpo
101. Soy una persona muy extraña.
102. Soy impulsivo(a).
103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres.
104. Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.
105. Disfruto las vacaciones y los fines de semana.
106. En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.

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

### Anexo 04. Confiabilidad de los instrumentos

#### Confiabilidad de la Inteligencia emocional aplicados a la muestra

**Resumen del procesamiento de los casos**

		N	%
Casos	Válidos	112	100,0
	Excluidos <sup>a</sup>	0	,0
	Total	112	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

**Estadísticos de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,948	133

#### Confiabilidad del SISCO-Estrés académico aplicados a la muestra

**Resumen del procesamiento de los casos**

		N	%
Casos	Válidos	112	100,0
	Excluidos <sup>a</sup>	0	,0
	Total	112	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

**Estadísticos de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,896	48

**Anexo 05. Validez de los instrumentos  
“Inteligencia emocional” y “Estrés académico”**



**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA  
FACULTAD DE PSICOLOGIA**



**CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, Mg. GABRIEL L. COLETTI ESCOBAR, con DNI N° \_07130417, de profesión PSICOLOGO, ejerciendo actualmente como DOCENTE, en la Institución \_UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN – HUÁNUCO.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación del instrumento: **Inventario de Estrés Académico SISCO SV** y el instrumento: **Inventario de Inteligencia Emocional de Barón (I-CE)**. Que será utilizados en la investigación denominada: **“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO DE PAUCARTAMBO – 2021”**. A los efectos de su aplicación. Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones.

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de Ítems				x
Amplitud de contenido				x
Redacción de los Ítems				x
Claridad y precisión				x
Pertinencia				x

Por lo tanto, los instrumentos deben ser aplicados.

Huánuco, 18 de abril del 2022.

**Firma y sello del Experto:  
DNI: 07130417**



**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA  
FACULTAD DE PSICOLOGIA**



**CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, Mg. LAURA M. CRISTOBAL VALDEZ, con DNI N° 71539186, de profesión PSICOLOGA, ejerciendo actualmente como PSICOLOGA SOCIAL, en la Institución CSMC. UNIVERSITARIO Dr. JESÚS VIRGILIO LÓPEZ CALDERÓN.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación del instrumento: **Inventario de Estrés Académico SISCO SV** y el instrumento: **Inventario de Inteligencia Emocional de Barón (I-CE)**. Que será utilizados en la investigación denominada: **"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO DE PAUCARTAMBO – 2021"**. A los efectos de su aplicación. Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones.

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de Ítems				x
Amplitud de contenido				x
Redacción de los Ítems				x
Claridad y precisión				x
Pertinencia				x

Por lo tanto, los instrumentos deben ser aplicados.

Huánuco, 18 de abril del 2022.

 Mg. Laura M. Cristobal Valdez  
 PSICÓLOGA  
 CPSP. 30083  
**Firma y sello del Experto:**  
**DNI: 71539186**



UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN  
 ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA  
 FACULTAD DE PSICOLOGIA



### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN


Yo, Mg. Marroquín Yika Marilyn Elizabeth, con DNI Nº 48024671, de profesión Psicóloga, ejerciendo actualmente como Consultora en M.Y. VITAL SOLUTIONS

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación del instrumento: **Inventario de Estrés Académico SISCO 5V** y el instrumento: **Inventario de Inteligencia Emocional de Barón (I-CE)**. Que será utilizados en la investigación denominada: **"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO DE PAUCARTAMBO – 2021"**. A los efectos de su aplicación. Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones.

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de ítems				x
Amplitud de contenido				x
Redacción de los ítems				x
Claridad y precisión				x
Pertinencia				x

Por lo tanto, los instrumentos deben ser aplicados.

Huánuco, 18 de abril del 2022.

  
 Firma y sello del Experto:  
 DNI: 46024671

## NOTA BIBLIOGRÁFICA



Bachiller Godoy Lama, Yacquelin Sofía, nació en el distrito de Yacus, Provincia Huánuco, Región Huánuco, el 10 de enero de 1993; en sus primeros años curso sus estudios básicos en la Institución Educativa, José Carlos Mariátegui, “El Amauta” de la ciudad de Huánuco; al concluir sus estudios, optó por postular en la que ahora es su alma mater, UNHEVAL, llegando a estudiar en la Escuela Profesional de Psicología; de la Universidad ya mencionada. Inició sus estudios superiores el año 2013 hasta finales del 2019, toda su experiencia académica le llevo a plantearse temas referidos a la salud mental en estudiantes, llevándola a investigar la inteligencia emocional y su relación con el estrés académico, los cuales fueron de impacto significativo de todo lo que aprendió gracias a la guía de los catedráticos universitarios.



## NOTA BIBLIOGRÁFICA



Bachiller Rojas Guerra, Sarith Esteffany, nació en el distrito de Paucartambo, Provincia Pasco, Región Pasco, el 14 de mayo de 1995; en sus primeros años curso sus estudios básicos en la Institución Educativa Agro Industrial N.º 34024, al concluir sus estudios, optó por postular en la que ahora es su alma mater, UNHEVAL, llegando a estudiar en la Escuela Profesional de Psicología; de la Universidad ya mencionada. Sus estudios superiores fueron realizados en el periodo 2013 – 2018, toda su vivencia y experiencia académica la llevo a prestar interés a la importancia de la inteligencia emocional en el manejo del estrés académico, los cuales fueron de impacto significativo de todo lo aprendido gracias a la guía de los catedráticos universitarios.





**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN -HUANUCO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
DECANATO**

**ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS PARA OPTAR EL TITULO  
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

A los 25 días del mes de setiembre del 2023, siendo las 11:20 a.m, se reunieron en forma presencial, los Miembros integrantes del Jurado Examinador de la Tesis, titulada: **"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PUBLICO DE PAUCARTAMBO – 2021"**, de las Bachilleres YACQUELIN SOFÍA GODOY LAMA y SARITH ESTEFFANY ROJAS GUERRA, teniendo como Asesor de tesis al Mg. Gabriel Coletti Escobar, procedieron a dar inicio al acto de sustentación de tesis para el otorgamiento del título de Licenciada en Psicología, siendo los Miembros del Jurado los siguientes:

- **Dr. REYNALDO MARCIAL OSTOS MIRAVAL** **PRESIDENTE**
- **Mg. YESSICA MARIA RIVERA MANSILLA** **SECRETARIA**
- **Mg. JESUS AURELIO CALLE ILIZARBE** **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
GODOY LAMA, YACQUELIN SOFIA	16	16	16	16
ROJAS GUERRA, SARITH ESTEFFANY	16	16	16	16

OBSERVACIONES:

.....

Se da por concluido, el Acto de Sustentación de la Tesis a horas 12:50 p.m, en fe de lo cual firmamos.

.....  
PRESIDENTE

.....  
SECRETARIO

.....  
VOCAL



Universidad Nacional "Hermilio Valdizán" de Huánuco



Facultad de Psicología

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

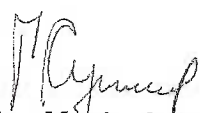
**CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TEMA N° 036-2023-DUI-  
FAPSIC-UNHEVAL**

Que en atención a lo solicitado por el asesor de tesis y en virtud del informe presentado de Conformidad y Originalidad del tema de investigación, se hace Constar que:

La investigación titulada: "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO DE PAUCARTAMBO – 2021"; presentado por los Bachs.; Godoy Lama, Yacquelin Sofia y Bach. Rojas Guerra, Sarith Esteffany, presenta **ORIGINALIDAD** respecto al tema de investigación.

Se expide la presente **CONSTANCIA** a solicitud de los interesados para los fines pertinentes.

Huánuco, 18 de setiembre de 2023.

  
**Dra. Flor María Ayala Albites**  
**Directora de la Unidad de**  
**Investigación**  
**Facultad de Psicología**

c.c UIPsic.



Universidad Nacional "Hermilio Valdizán" de Huánuco



Facultad de Psicología

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

## CONSTANCIA DE CONTROL ANTIPLAGIO N° 036-2023-DUI-FAPSIC-UNHEVAL

Que en atención a lo solicitado por el asesor de tesis y en virtud del informe de Conformidad y Control Anti plagio se hace constar que:

La investigación titulada : **"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO DE PAUCARTAMBO – 2021"** presentada por las Bachilleres: **Godoy Lama, Yacquelin Sofia y Bach. Rojas Guerra, Sarith Esteffany**; presenta un índice de similitud de **18%** según lo verificado en el reporte del análisis del Software Turnitin (informe anexo).

Por lo anterior, se concluye que las coincidencias no exceden el máximo de porcentaje permitido establecido en el Reglamento general de Grados y Títulos vigente de la UNHEVAL. (Art. 10°, segunda parte, inciso "e").

Se expide la presente CONSTANCIA a solicitud de los interesados para los fines pertinentes (se adjunta informe).

Huánuco, 18 de setiembre de 2023

**DRA. FLOR MARÍA AYALA ALBITES**  
**DIRECTORA DE LA UNIDAD INVESTIGACIÓN**  
**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

c.c UIPsic.

NOMBRE DEL TRABAJO

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS A  
CADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL INSTI  
TUTO DE EDUCACION SUPERIOR TECNO  
LÓGICO PÚBLICO DE PAUCARTAMBO - 2  
021**

AUTOR

**Yacquelin Sofia Godoy Lama Sarith Estef  
fany Rojas Guerra**

RECuento DE PALABRAS

**15246 Words**

RECuento DE CARACTERES

**90163 Characters**

RECuento DE PÁGINAS

**115 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**1018.2KB**

FECHA DE ENTREGA

**Sep 15, 2023 5:49 PM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Sep 15, 2023 5:50 PM GMT-5**

● **18% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada ba

- 16% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 10% Base de datos de trabajos entregados
- 4% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crc

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)
- Material citado



## AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DIGITAL Y DECLARACIÓN JURADA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR UN GRADO ACADÉMICO O TÍTULO PROFESIONAL

### 1. Autorización de Publicación: (Marque con una "X")

Pregrado	<input checked="" type="checkbox"/>	Segunda Especialidad		Posgrado:	Maestría		Doctorado	
----------	-------------------------------------	----------------------	--	-----------	----------	--	-----------	--

Pregrado (tal y como está registrado en SUNEDU)

Facultad	Psicología
Escuela Profesional	Psicología
Carrera Profesional	Psicología
Grado que otorga	Bachiller en psicología
Título que otorga	Licenciada en psicología

Segunda especialidad (tal y como está registrado en SUNEDU)

Facultad	
Nombre del programa	
Título que Otorga	

Posgrado (tal y como está registrado en SUNEDU)

Nombre del Programa de estudio	
Grado que otorga	

### 2. Datos del Autor(es): (Ingrese todos los datos requeridos completos)

Apellidos y Nombres:	Godoy Lama, Yacquelin Sofía								
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	961745364	
Nro. de Documento:	47674186				Correo Electrónico:				Ysofiagl10@gmail.com

Apellidos y Nombres:	Rojas Guerra, Sarith Esteffany								
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	928673488	
Nro. de Documento:	70804672				Correo Electrónico:				sarfith345@gmail.com

Apellidos y Nombres:									
Tipo de Documento:	DNI	<input type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:		
Nro. de Documento:					Correo Electrónico:				

### 3. Datos del Asesor: (Ingrese todos los datos requeridos completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Asesor)

¿El Trabajo de Investigación cuenta con un Asesor?: (marque con una "X" en el recuadro del costado, según corresponda)	SI	<input checked="" type="checkbox"/>	NO	<input type="checkbox"/>				
Apellidos y Nombres:	Coletti Escobar, Gabriel Leonardo			ORCID ID:	0000-0003-2413-9405			
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de documento:	07130417

### 4. Datos del Jurado calificador: (Ingrese solamente los Apellidos y Nombres completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Jurado)

Presidente:	Ostos Miraval, Reynaldo Marcial
Secretario:	Rivera Mansilla, Yessica María
Vocal:	Calle Ilizarbe, Jesús Aurelio
Vocal:	
Vocal:	
Accesitario	



**5. Declaración Jurada:** (Ingrese todos los datos requeridos completos)

a) Soy Autor (a) (es) del Trabajo de Investigación Titulado: (Ingrese el título tal y como está registrado en el Acta de Sustentación)
"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO DE PAUCARTAMBO - 2021"
b) El Trabajo de Investigación fue sustentado para optar el Grado Académico ó Título Profesional de: (tal y como está registrado en SUNEDU)
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
c) El Trabajo de investigación no contiene plagio (ninguna frase completa o párrafo del documento corresponde a otro autor sin haber sido citado previamente), ni total ni parcial, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias.
d) El trabajo de investigación presentado no atenta contra derechos de terceros.
e) El trabajo de investigación no ha sido publicado, ni presentado anteriormente para obtener algún Grado Académico o Título profesional.
f) Los datos presentados en los resultados (tablas, gráficos, textos) no han sido falsificados, ni presentados sin citar la fuente.
g) Los archivos digitales que entrego contienen la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado.
h) Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a la Universidad Nacional Hermilio Valdizan (en adelante LA UNIVERSIDAD), cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del Trabajo de Investigación, así como por los derechos de la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y frente a terceros de cualquier daño que pudiera ocasionar a LA UNIVERSIDAD o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causas en la tesis presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para LA UNIVERSIDAD en favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación. De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan.

**6. Datos del Documento Digital a Publicar:** (Ingrese todos los datos requeridos completos)

Ingrese solo el año en el que sustentó su Trabajo de Investigación: (Verifique la Información en el Acta de Sustentación)		2023	
Modalidad de obtención del Grado Académico o Título Profesional: (Marque con X según Ley Universitaria con la que inició sus estudios)	Tesis	<input checked="" type="checkbox"/>	Tesis Formato Artículo
	Trabajo de Investigación	<input type="checkbox"/>	Trabajo de Suficiencia Profesional
	Trabajo Académico	<input type="checkbox"/>	Otros (especifique modalidad)
Palabras Clave: (solo se requieren 3 palabras)	Inteligencia Emocional	Estrés Académico	Educación Superior
Tipo de Acceso: (Marque con X según corresponda)	Acceso Abierto	<input checked="" type="checkbox"/>	Condición Cerrada (*)
	Con Periodo de Embargo (*)	<input type="checkbox"/>	Fecha de Fin de Embargo:
¿El Trabajo de Investigación, fue realizado en el marco de una Agencia Patrocinadora? (ya sea por financiamientos de proyectos, esquema financiero, beca, subvención u otras; marcar con una "X" en el recuadro del costado según corresponda):	SI	<input type="checkbox"/>	NO
Información de la Agencia Patrocinadora:	<input type="checkbox"/>		

El trabajo de investigación en digital y físico tienen los mismos registros del presente documento como son: Denominación del programa Académico, Denominación del Grado Académico o Título profesional, Nombres y Apellidos del autor, Asesor y Jurado calificador tal y como figura en el Documento de Identidad, Título completo del Trabajo de Investigación y Modalidad de Obtención del Grado Académico o Título Profesional según la Ley Universitaria con la que se inició los estudios.



**7. Autorización de Publicación Digital:**

A través de la presente. Autorizo de manera gratuita a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán a publicar la versión electrónica de este Trabajo de Investigación en su Biblioteca Virtual, Portal Web, Repositorio Institucional y Base de Datos académica, por 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. Se autoriza cambiar el contenido de forma, más no de fondo, para propósitos de estandarización de formatos, como también establecer los metadatos correspondientes.

Firma:			
Apellidos y Nombres:	Godoy Lama, Yacquelin Sofía		Huella Digital
DNI:	47674186		
Firma:			
Apellidos y Nombres:	Rojas Guerra, Sarith Esteffany		Huella Digital
DNI:	70804672		
Firma:			
Apellidos y Nombres:			Huella Digital
DNI:			
Fecha:			

**Nota:**

- ✓ No modificar los textos preestablecidos, conservar la estructura del documento.
- ✓ Marque con una X en el recuadro que corresponde.
- ✓ Llenar este formato de forma digital, con tipo de letra **calibri**, **tamaño de fuente 09**, manteniendo la alineación del texto que observa en el modelo, sin errores gramaticales (*recuerde las mayúsculas también se tildan si corresponde*).
- ✓ La información que escriba en este formato debe coincidir con la información registrada en los demás archivos y/o formatos que presente, tales como: DNI, Acta de Sustentación, Trabajo de Investigación (PDF) y Declaración Jurada.
- ✓ Cada uno de los datos requeridos en este formato, es de carácter obligatorio según corresponda.