



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS
ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA BRYCE,
AREQUIPA, 2020”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:

Jenny Fabiola Rosas Supo

Tesis desarrollada para optar el Título de
Licenciada en Psicología

Docente asesor:

Dra. Juana Marcos Romero

Código Orcid N° 0000-0002-0545-2386

Chincha, Ica, 2021

Asesor

DRA. JUANA MARCOS ROMERO

Miembros del jurado

-Dr. Edmundo Gonzales Zavaleta

-Dr. William Chu Estrada

-Dr. Elio Javier Huaman Flores

DEDICATORIA

Dedico con todo mi corazón el presente estudio primeramente a Dios, a la Santísima Virgen del Rosario, a mis valiosos padres pues sin ellos no lo había logrado, a mi hermano por sus consejos de superación, a mi grupo de oración Amigos de Cristo por ser un canal de bendición en mi vida.

AGRADECIMIENTO

Mi más sincero agradecimiento a la universidad por permitirme graduarme y abrirme las puertas de su honorable casa de estudios. A la Dra. Juana Marcos Romero y Dra. Isabel Colan, quienes compartieron sus conocimientos recibiendo su apoyo incondicionalmente para lograr mis objetivos. A las autoridades y estudiantes de la academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa. A mi asesor Adam Choque de Tesis Coach por el acompañamiento recibido en todo este proceso.

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

El estudio tuvo un diseño básico no experimental transversal correlacional. Se trabajó con una muestra de 130 preuniversitarios de la academia Bryce de Arequipa, en la cual participaron estudiantes con edades entre los 14 a 18 años. Para la recolección de datos se utilizó el Inventario Emocional BarOn ICE: NA – Abreviado, adaptado por la Ps. Nelly Ugarriza y Liz Pajares; y el Inventario SISCO del Estrés Académico, adaptado por el Dr. Arturo Barraza Macías.

Para buscar la asociación entre ambas variables se utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman. Los resultados mostraron que no existe una relación significativa entre las variables inteligencia emocional y estrés académico. Asimismo, si se pudo identificar la existencia relación significativa y positiva entre las dimensiones Interpersonal ($r=.314$; $x=0.000$ $p>0.05$), Adaptabilidad ($r=.176$; $x=0.045$ $p>0.05$) y Manejo de estrés ($r=-.224$; $x=0.010$ $p>0.05$) con la variable Estrés Académico.

Palabras clave: Inteligencia Emocional, Estrés Académico, Estudiantes.

ABSTRACT

The present research aims to identify the relationship between emotional intelligence and academic stress in students of the Bryce Pre-University Academy of Arequipa, 2020.

The study had a correlational cross-sectional non-experimental design. We worked with a sample of 130 pre-university students from the Bryce academy in Arequipa, in which students with ages between 14 and 18 participated. For data collection, the BarOn ICE Emotional Inventory was used: NA - Abbreviated, adapted by Ps. Nelly Ugarriza and Liz Pajares; and the SISCO Inventory of Academic Stress, adapted by Dr. Arturo Barraza Macías.

To find the association between both variables, the Spearman correlation coefficient was used. The results show that there is no significant relationship between the variables emotional intelligence and academic stress. Likewise, if the existence of a significant and positive relationship could be identified between the dimensions Interpersonal ($r = .314$; $x = 0.000$ $p > 0.05$), Adaptability ($r = .176$; $x = 0.045$ $p > 0.05$) and Stress Management ($r = -.224$; $x = 0.010$ $p > 0.05$) with the Academic Stress variable.

Keywords: Emotional Intelligence, Academic Stress, Students.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE GENERAL	vii
Índice de figuras	ix
Índice de tablas.....	x
I. INTRODUCCIÓN	11
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
2.1 Descripción del problema	13
2.2 Pregunta de investigación general.....	15
2.3 Preguntas de investigación específicas.....	15
2.4 Objetivo general.....	16
2.5 Objetivos específicos	16
2.6 Justificación e importancia.....	16
2.7 Alcances y limitaciones.....	17
III. MARCO TEÓRICO	19
3.1 Antecedentes.....	19
3.2 Bases teóricas	23
3.3 Marco conceptual	31
IV. METODOLOGÍA.....	33
4.1. Tipo y nivel de investigación.....	33
4.2. Diseño de la investigación	33
4.3. Población – Muestra	33
4.4. Hipótesis general y específicos	34
4.5 Identificación de las variables	35
4.6. Operacionalización de variables	36
4.7. Recolección de datos	39
4.7. Técnicas de análisis e interpretación de datos	44

V. RESULTADOS	45
5.1 Presentación de resultados	45
5.2 Interpretación de resultados	58
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	63
6.1. Análisis descriptivo de los resultados	63
6.2. Comparación de los resultados con marco teórico	64
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	66
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	70
ANEXOS.....	75
Anexo 1: Matriz de consistencia	76
Anexo 2: Matriz de Operacionalización de variables	78
Anexo 3: Instrumentos de medición.....	81
Anexo 4: Base de datos.....	85
Anexo 5: Informe de Turnitin al 28% de similitud.....	86

Índice de figuras

Figura 1 <i>Porcentaje de los niveles de inteligencia emocional</i>	48
Figura 2 <i>Porcentaje de los niveles de inteligencia intrapersonal</i>	49
Figura 3 <i>Porcentaje de los niveles de inteligencia interpersonal</i>	50
Figura 4 <i>Porcentaje de los niveles de adaptabilidad</i>	51
Figura 5 <i>Porcentaje de los niveles de manejo del estrés</i>	52
Figura 6 <i>Porcentaje de los niveles de estado de ánimo general</i>	53
Figura 7 <i>Porcentaje del nivel de estrés académico</i>	54
Figura 8 <i>Porcentaje de los niveles de la dimensión estresores</i>	55
Figura 9 <i>Porcentaje de los niveles de la dimensión síntomas</i>	56
Figura 10 <i>Porcentaje de los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento</i>	57

Índice de tablas

Tabla 1 Operacionalización de variables.....	36
Tabla 2 Pruebas de normalidad de las variables.....	45
Tabla 3 Correlación entre inteligencia emocional y estrés académico	46
Tabla 4 Correlación entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico	46
Tabla 5 Correlación entre dimensión interpersonal y estrés académico .	46
Tabla 5 Correlación entre adaptabilidad y estrés académico	47
Tabla 6 Correlación entre manejo del estrés y estrés académico	47
Tabla 7 Correlación entre estado de ánimo y estrés académico.....	47
Tabla 8 Frecuencias y porcentajes de los niveles de inteligencia emocional	48
Tabla 9 Frecuencias y porcentajes de la dimensión intrapersonal	49
Tabla 10 Frecuencias y porcentajes de la dimensión interpersonal	50
Tabla 11 Frecuencias y porcentajes de la dimensión adaptabilidad.....	51
Tabla 12 Frecuencias y porcentajes de la dimensión manejo del estrés.	52
Tabla 13 Frecuencias y porcentajes de la dimensión estado de ánimo general.....	53
Tabla 14 Frecuencias y porcentajes de los niveles de estrés académico	54
Tabla 15 Frecuencias y porcentajes de la dimensión estresores	55
Tabla 16 Frecuencias y porcentajes de la dimensión síntomas	56
Tabla 17 Frecuencias y porcentajes de la dimensión estrategias de afrontamiento.....	57

I. INTRODUCCIÓN

El objetivo de este estudio fue investigar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce de Arequipa, actualmente la inteligencia emocional es un tema de gran interés para todos los profesionales de salud en especial para los psicólogos ya que la salud mental es importante en la sociedad por el impacto que tiene en todas las personas especialmente en los estudiantes que han culminado la etapa escolar y están frente a nuevos retos y exigencias que el estudiante preuniversitario tendrá que enfrentar. En los últimos años se ha escuchado el término “alfabetización emocional” el cual hace referencia a la enseñanza que deben aprender los alumnos para reconocer y comprender sus estados emocionales (Anduaga, Picasso, y Lizano 2016).

En este contexto, el presente trabajo de investigación tiene como principales objetivos determinar el grado de relación que existe entre las dimensiones de la inteligencia emocional, las cuales son habilidades emocionales que permiten afrontar situaciones o demandas que se presentan día a día específicamente en el ámbito académico como es el caso del estrés. En efecto, el proceso de preparación de los estudiantes de una academia preuniversitaria es una experiencia de aprendizaje, que con lleva a un episodio de estrés académico.

La presente investigación está conformada por las siguientes secciones:

En el Capítulo I, se visualiza la introducción del tema de la investigación y detalla en que consiste y como se desarrolló el estudio.

En el Capítulo II, corresponde al planteamiento del problema de la investigación; aquí se detalla la realidad del problema de lo general a lo específico y se menciona las preguntas y objetivos del estudio a tratar. Asimismo, se explica las razones justificándolas en el desarrollo del estudio, como la importancia, los alcances y las limitaciones que se presentó durante el desarrollo de la investigación.

En el Capítulo III, se encuentra el marco teórico, luego se detalla los antecedentes que están relacionados a las variables de la investigación, asimismo se redacta los principales conceptos con relación a las variables del estudio y finaliza con el marco conceptual de las variables de investigación.

En el Capítulo IV, corresponde a la metodología, tipo, nivel y el diseño de la investigación; asimismo, el planteamiento de las hipótesis como la identificación y operacionalización de las variables. También encontramos la población y muestra que se estudió, el procedimiento que se utilizó para la recolección de información, como los instrumentos y técnicas que se empleó para recolectar los datos.

En el Capítulo V, corresponde a los resultados del estudio, en esta sección se presenta la presentación e interpretación de los resultados encontrados

En el Capítulo VI, corresponde al análisis descriptivo de los resultados encontrados y la contrastación de los resultados hallados en los antecedentes del presente estudio.

Por último, se menciona las conclusiones y recomendaciones con relación a los resultados hallados. El estudio finaliza con las referencias bibliográficas, como también los anexos correspondientes.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1 Descripción del problema

La inteligencia emocional a nivel mundial ha generado un amplio interés tanto en el ámbito organizacional, educativo, social. Por lo que, se ha convertido en una tarea primordial en el ámbito educativo donde la mayoría de los psicólogos consideran importante el dominio de habilidades relacionadas con la inteligencia emocional para el desarrollo evolutivo y socioemocional de los estudiantes. Es por ello, que instruir emocionalmente permitirá que el adolescente controle y regule sus emociones.

En la actualidad, la inteligencia emocional no solo afecta el área social sino también el área académica y está asociado con la autorregulación emocional, lo que lleva a una reducción del 20% o 30% en la capacidad de aprendizaje. Es necesario educar en todas las áreas académico, social y emocional (Sordo, 2016).

En Perú, en la ciudad de Lima la mayoría de los estudiantes presentan dificultades en relación a la inteligencia emocional y son las mujeres que poseen un mayor nivel de inteligencia emocional a diferencia de los hombres; además la mayoría de adolescentes les cuesta manejar sus estados emocionales por lo que se hace necesario que aprendan a manejar sus emociones a través de estrategias personales, de tal manera que les permita lidiar de la manera saludable con el estrés (Quispe, 2012).

Actualmente el estrés es una problemática que es ampliamente discutido a nivel mundial ya que 1 de cada 4 personas muestran un alto nivel de estrés, como también en ciudades la mitad de la población presenta algún problema psicológico relacionado al estrés (Caldera, Pulido y Martínez, 2007).

En España se desarrolló una investigación donde identificaron que un 75% de estudiantes que tienen un nivel alto de identificar sus propias emociones y de los demás perciben menos estresante el contexto escolar. Sin embargo, los escolares que presentaron un alto nivel de estrés

académico resultó que tenían un perfil bajo de inteligencia emocional (González, Souto, y Fernández, 2017).

Los adolescentes están inmersos a momentos de estrés, además el cambio del nivel primaria al nivel secundario se puede considerar un evento estresante porque marca eventos importantes en la vida del estudiante y genera un proceso de adaptación y coordinación asociado al nuevo sistema educativo (Sacristán, Psaltis, y Midgley, 2002).

En América Latina la situación es aún más grave ya que los estudiantes de los primeros años del nivel secundario tienen altos niveles de estrés escolar, siendo equivalente al 67%, el cual se evidencia más durante las evaluaciones escolares. Además de la ansiedad por los exámenes, hay factores académicos que generan estrés académico, como el 77% del trabajo y las tareas y el 7% de las calificaciones (Román y Hernández, 2008).

En Psicología se sabe que el mal manejo de las emociones y la dificultad para entablar una relación óptima con las personas están relacionados a tener problemas en la salud mental. Por ello, tener una adecuada inteligencia emocional nos va a permitir comprender e interpretar la influencia en nuestras propias emociones y también de los demás.

Con respecto a la Academia Preuniversitaria Bryce se ha observado que algunos alumnos tienen ciertos rasgos y comportamientos asociados con poca tolerancia al estrés, falta de habilidades suficientes para entablar relaciones con los demás y dificultad para manejar sus emociones adecuadamente. También cada alumno es más vulnerable a múltiples tensiones académicas como evaluaciones constantes, la sobrecarga de tareas escolares, la competitividad grupal, el tiempo limitado por curso.

En general, todo lo mencionado podría generar elevados niveles de estrés, y posiblemente pueda estar relacionado a inconvenientes en la capacidad de manejar y experimentar emociones de sí mismo, pero esto no se puede afirmar al no saber los resultados encontrados.

Dicho esto, el motivo fundamental de este estudio es conocer la relación entre ambas variables ya mencionadas y dimensiones de la variable inteligencia emocional con el estrés académico. Al finalizar, se espera que los resultados hallados sean beneficio para la Academia Preuniversitaria Bryce para su conocimiento, prevención y disminución de indicadores encontrados en dichas variables o dimensiones.

2.2 Pregunta de investigación general

¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020?

2.3 Preguntas de investigación específicas

- ¿Qué relación existe entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión interpersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión manejo del estrés y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión estado de ánimo y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020?

2.4 Objetivo general

Identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

2.5 Objetivos específicos

- Identificar la relación entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.
- Determinar la relación entre la dimensión interpersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.
- Establecer la relación entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.
- Determinar la relación entre la dimensión manejo del estrés y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.
- Establecer la relación entre la dimensión estado de ánimo y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

2.6 Justificación e importancia

El siguiente estudio será importante ya que, aportará de manera significativa a la Academia Preuniversitaria Bryce en la importancia de la inteligencia emocional, en vista de que el propósito educativo de la educación actual es formar de manera integral a los estudiantes en lugares donde puedan ser conscientes de sí mismos, guiar y controlar sus emociones, para más adelante no repercutir de manera negativa en el estrés académico que podría presentar durante el periodo de la universidad. Por tanto, los estudiantes que pueden reconocer y controlar sus emociones enfrentan todos los desafíos académicos y personales

que enfrentan durante la formación de la vida. Por otro lado, cuando se observa un elevado estrés académico generado por la falta de control de las emociones, las diversas dificultades asociadas con la socialización y el aprendizaje es notoria.

Es por ello, se pretende que, con los resultados obtenidos, la institución tendrá dicho conocimiento de la relación de ambas variables en los adolescentes. A partir del análisis de los resultados y conclusiones, se realizarán aportes teóricos para poder comprender la importancia de estas variables en el ámbito académico y se espera aportar en el trabajo con los estudiantes siendo un proyecto de intervención de educación emocional en beneficio de los evaluados.

Por otro lado, este estudio nos permitirá poner en práctica los conocimientos obtenidos en el periodo de estudios de la universidad y lograr ser licenciada en psicología.

2.7 Alcances y limitaciones

Alcances

El estudio fue factible, en recursos humanos se tuvo el permiso por parte de la institución por lo tanto se pudo realizar el estudio sin algún inconveniente para reunir la información, utilizando los instrumentos y datos generales de la institución.

Asimismo, se contó con los recursos materiales como los instrumentos, cuestionarios, computadora, impresora, entre otros que permitió tener disponibilidad en la parte ejecutiva de la investigación, como los resultados estadísticos y las conclusiones.

En cuanto a los recursos financieros, se contó con lo necesario en la parte económica para el estudio, de igual forma se recibió apoyo por parte de la institución y alumnos.

Limitaciones

Una de los obstáculos pudo ser la confidencialidad de las respuestas de los estudiantes, por lo que se garantizó el anonimato de las respuestas.

También, se notó la evidencia de desinterés, apatía, alboroto de alguno de los estudiantes en resolver de manera adecuada cada ítem de los cuestionarios.

Finalmente, el estudio solo será difundido en poblaciones en zonas que muestren realidades y características parecidas en las áreas a evaluar.

III. MARCO TEÓRICO

3.1 Antecedentes

Internacionales

Calero (2016) realizó un estudio en Argentina, en su tesis “Inteligencia emocional y estrés académico en un grupo de estudiantes preuniversitarios”. Fue un estudio cuantitativo no experimental, de tipo descriptivo correlacional. Los participantes fueron un total de 399 adolescentes, donde 263 fueron mujeres y 136 fueron varones; de dos escuelas privadas. Los instrumentos utilizados fueron: Test de inteligencia emocional y cuestionario de estrés escolar. En sus resultados se concluyó lo siguiente, utilizando el Coeficiente de correlación de Pearson ($r=0.240$; $p<0.05$) constatando que existe correlación significativa entre las dimensiones de la inteligencia emocional y el estrés académico.

Sarrionandia y Garaigordobil (2015) realizaron un estudio en España, en su tesis “Efectos de un programa de inteligencia emocional en factores socioemocionales y síntomas psicósomáticos”. En el estudio se tomaron dos grupos, para experimentar la diferenciación de un antes y un después de los resultados de la aplicación del programa de la I.E. La muestra de dicha investigación fue un total de 148 adolescentes entre 13 – 16 años. Se utilizaron los siguientes instrumentos: Inventario de Inteligencia Emocional, Cuestionario de Felicidad, Cuestionario Big Five y el Cuestionario de salud del paciente. En sus resultados se halló que los efectos del programa tuvo un incremento positivo de la inteligencia emocional y hubo una reducción en los síntomas psicósomáticos en cada participante. Asimismo, la felicidad aumento pero no fue estadísticamente significativa. Por otro lado, hubo un seguimiento donde se halló un alto grado de felicidad e I.E, como también la reducción en los síntomas psicósomáticos y en la inestabilidad emocional.

Serrano y Andreu (2016) realizó un estudio en España, titulado “Inteligencia emocional percibida, bienestar subjetivo y estrés académico percibido”. El objetivo de dicha investigación fue determinar la relación entre ambas variables. La metodología utilizada en la investigación fue

correlacional con un enfoque cuantitativo, no experimental y transversal. Los participantes fueron un total de 626 estudiantes adolescentes entre 13 y 18 años, de ambos sexos. Los instrumentos administrados fueron el inventario de BarOn ice para la variable inteligencia emocional y el inventario de estrés las cuales fueron una escala Likert. De acuerdo a la prueba no paramétrica de Spearman ($r=0,030$; $x= 0.03$, $p<0.05$) se concluyó lo siguiente que si hay una correlación significativa, positiva y de intensidad débil entre ambas variables del estudio, la inteligencia emocional se evidencia una relación positiva con el bienestar subjetivo y estrés académico percibido.

Escobedo (2015) realizó un estudio en Guatemala, en su tesis "Relación entre inteligencia emocional y rendimiento escolar de los alumnos del nivel secundario de un colegio particular". Esta investigación es cuantitativa y correlacional. Los participantes fueron un total de 53 alumnos del nivel secundario, ambos sexos entre 14 y 16 años. Las pruebas administradas que utilizó fueron: TMSS y el promedio final de los estudiantes. Encontrándose en sus resultados una correlación débil entre los sub componentes de la I.E y el rendimiento escolar. Sin embargo, existe una correlación fuerte entre el rendimiento académico y la sub escala estrategias para regular emociones. También, en la sub escala Claridad en la Percepción emocional existe una correlación débil. Por último, no existe una correlación fuerte entre la sub escala de Atención entre las dos variables.

Vázquez (2015) realizó un estudio en México, titulado "Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes adolescentes". Su investigación fue cuantitativa, y de tipo descriptiva correlacional. Los participantes fue una población de 507 escolares, donde 348 fueron mujeres y 159 hombres, entre los 16 y 18 años. Las pruebas utilizadas fueron: Perfil de Inteligencia Emocional y también el registro de notas global al finalizar el semestre. En sus resultados se halló en general una correlación positiva pero débil en dicha investigación. En cuanto a sus dimensiones como; autoestima, nobleza, empatía y reconocimiento del logro se encontró también que existe una correlación positiva pero baja; y

en las demás dimensiones se detectó que no hay una relación clara y en la parte estadística no es significativo.

Nacionales

Trujillo (2019) realizó un estudio en Lima, el cual se tituló “Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo en una institución educativa de Puente Piedra”, con el objetivo de analizar la relación entre ambas variables. Se utilizó una metodología correlacional con un enfoque cuantitativo, no experimental y transversal. Los participantes fueron un total de 144 estudiantes, conformado entre 1° y 2° de secundaria, siendo la muestra de tipo censal. Asimismo, se utilizó los siguientes instrumentos: el cuestionario de inteligencia emocional y el cuestionario de estrés académico, siendo una escala Likert. Se concluyó lo siguiente, de acuerdo con la prueba no paramétrica de Spearman ($r=-0,587$; $p<0.05$) existe correlación significativa, inversa y de intensidad moderada entre ambas variables del estudio, asimismo en sus dimensiones se halló que existe correlaciones inversas y altas con las dimensiones de estrés académico.

Domínguez (2019) realizó un estudio en Chiclayo, titulado “Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de educación básica regular”. El objetivo de dicha investigación fue determinar la relación entre ambas variables. La metodología utilizada en la investigación fue correlacional con un enfoque cuantitativo, no experimental y transversal. Los participantes fueron un total de 60 estudiantes, conformado entre 1° y 2° del nivel secundario, siendo la muestra de tipo censal. Se utilizó instrumentos para medir las variables los cuales fueron el inventario de Baron de inteligencia emocional y el inventario de SISCO de estrés académico, siendo una escala Likert. De acuerdo a la prueba no paramétrica de Spearman ($r=-0,020$; $p<0.05$) se concluyó que se evidencia una correlación significativa, positiva y de intensidad débil entre ambas variables del estudio, asimismo se halló que

existe correlaciones no significativas, positivas y bajas con relación a las dimensiones de la variable inteligencia emocional.

Acosta (2018) realizó un estudio en Lima, en su tesis “Agresividad y estrés académico en estudiantes del nivel secundario de dos instituciones educativas”. Su investigación fue cuantitativo y también no hubo manipulación de las variables, asimismo fue descriptivo - correlacional. Los participantes fueron un total de 478 escolares de 4to y 5to del nivel secundario. Para medir las variables empleó el cuestionario de Agresividad de los autores Buss y Perry y el inventario de SISCO de estrés académico adaptado por Barraza. En sus resultados se halló que cuando hay un alto nivel de agresividad, mayor será el estrés académico, en cuanto a sus dimensiones de la variable agresividad las cuales son: física, verbal y hostilidad también hay correlación positiva con el estrés académico.

Nuñez (2018) realizó un estudio en Piura, en su tesis “Inteligencia emocional y su relación con la asertividad en los estudiantes de 3ro y 4to de secundaria de la institución educativa “José Eusebio Merino y Vincas” – Sullana, 2017”. Su investigación fue cuantitativo y también no hubo manipulación de las variables, a la vez fue de tipo correlacional y descriptivo. Los participantes fueron un total de 131 escolares, entre damas y varones. Utilizando el cuestionario de BarOn de inteligencia emocional y la escala de Asertividad. Encontrándose que a mayor grado de inteligencia emocional, mayor será la asertividad en los alumnos del nivel secundario y los que no presentan una adecuada inteligencia emocional muestran un déficit de asertividad.

Pacco (2017) realizó su investigación en, en su tesis “Inteligencia emocional y el estrés académico de los alumnos quinto de secundaria de la Institución educativa Cesar Vallejo de Ccatcca”; con el objetivo de identificar el grado de asociación entre la inteligencia emocional y el estrés académico. Su estudio fue cuantitativa, correlacional y no experimental para conocer el nivel de relación entre ambas variables. Los participantes fueron un total de 80 alumnos del quinto de secundaria; los instrumentos que utilizó fueron el inventario SISCO de estrés académico y la prueba de inteligencia emocional. Para identificar la correlación que existe entre

ambas variables el investigador utilizó una prueba no paramétrica Tau-B de Kendall 0,441, el cual muestra la existencia de una correlación, directa y alta entre las variables de estudio.

3.2 Bases teóricas

Inteligencia Emocional

Para empezar, se revisará algunos conceptos concernientes de la inteligencia emocional, los cuales nos permitirán tener un panorama del tema a tratar.

BarOn (1997) nos hace mención que nuestras capacidades emocionales, personales e interpersonales están vinculados con la inteligencia emocional y que actúan en nuestra competencia frecuente donde la persona pueda hacer frente la realidad y amenazas de la sociedad.

Salovey y Mayer (1990) mencionan que será la facultad de examinar cada sentimiento como las emociones de uno mismo y también de las demás personas, a la vez diferenciar los pensamientos de uno mismo en dirección de la acción.

Mayer y Salovey (1997) nos refieren, es la capacidad para entender y a la vez regular cada emoción, sentimiento, pensamiento que se va dando durante el crecimiento emocional y cognitivo.

Goleman (1998) precisa que es una capacidad del ser humano para que pueda reconocer sus propias emociones y también de los demás, manejando de forma adecuada las relaciones interpersonales e intrapersonales.

Shapiro (1997) refiere que para lograr el éxito se necesita de cualidades emocionales como: empatía, expresión, independencia, simpatía, resolución de problemas, respeto, amabilidad, etc.

Simmons y Simmons (1997) define que engloba los valores, las necesidades, impulsos emocionales de un ser humano que dirige todo su comportamiento observable.

A) Componentes de la inteligencia emocional, según BarOn

Ugarriza (2001) hace mención de la base teórica de Baron el cual creó el inventario de I.E y nos menciona una perspectiva sistémica, el cual serán las habilidades dividiéndose en cinco componentes y quince subcomponentes.

Vamos a ver ahora los cinco componentes principales de la inteligencia emocional y sus respectivos quince subcomponentes:

a) Componente intrapersonal

- **Comprensión de sí mismo:** Es la habilidad para comprender, diferenciar y conocer los propios sentimientos y emociones.
- **Asertividad:** Es la habilidad para expresar sentimientos y pensamientos sin dañar a los demás, además defienden sus derechos y de los demás de manera adecuada.
- **Autoconcepto:** Es la capacidad para aprender, aceptarnos y respetarnos a nosotros mismos, nuestros aspectos positivos y negativos, nuestras debilidades y fortalezas.
- **Autorrealización:** Es la capacidad de hacer lo que realmente queremos hacer y disfrutar.
- **Independencia:** Se trata de autoliderazgo, autoconfianza y toma de decisiones emocionalmente independiente.

b) Componente Interpersonal

- **Empatía:** Es la capacidad de ponerse en el lugar del otro comprendiendo sus sentimientos y emociones.
- **Relaciones Interpersonales:** Es la capacidad de establecer y mantener una relación confortable, que además de recibir y

transmitir afecto, es característica de la cercanía e intimidad emocional.

- Responsabilidad Social: Es la capacidad de cooperar, de contribuir a la sociedad de manera fructífera y positiva, es un desarrollo en un grupo social.

c) Componente Adaptabilidad

- Solución de problemas: Es la capacidad para identificar y encontrar soluciones efectivas a las dificultades.
- Prueba de la realidad: Es la capacidad de evaluar la reacción entre lo que estamos experimentando y o que realmente existe.
- Flexibilidad: La capacidad de regular racionalmente las emociones, pensamientos y comportamientos en respuesta a momentos de cambio.

d) Componente del manejo del estrés

- Tolerancia al estrés: Capacidad para soportar situaciones adversas, eventos estresantes y emociones fuertes sin caer y afrontar el estrés de forma optimista y positiva.
- Control de impulsos: Capacidad de retrasar o resistir los impulsos ante los estímulos externos que los guía a actuar controlando sus emociones.

e) Componente del estado de ánimo en general

- Felicidad: La habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros para divertirse y expresar sentimientos positivos.
- Optimismo: La habilidad para ver aspectos más brillantes de la vida y mantener una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos.

Estrés Académico

La definición de estrés académico es conceptualizado en diversas posiciones por varios autores, a continuación se revisaran dichos conceptos:

Orlandini (1999) refiere que una persona cuando se encuentra en una etapa de aprendizaje siente angustia, esto lo experimenta entre la etapa de preescolar hasta los estudios de postgrado.

Asimismo, Martínez y Díaz (2007) nos mencionan que los estudiantes presentan estrés académico a causa de factores: biológicos, psicológicos, sociales, siendo malestares que generan una presión en las habilidades individuales para desafiar en el contexto escolar como es el caso del rendimiento académico, presentación de exámenes, búsqueda de reconocimiento, búsqueda de identidad.

Caldera, Pulido y Martínez (2007) refieren que el estrés escolar se genera a raíz de las exigencias del centro educativo y por consecuencia los alumnos y docentes se ven perjudicados por este conflicto.

Barraza (2006), menciona que el estudiante se encuentra inmerso a una variedad de estresores que provocan una situación estresante y a la vez experimentará varios síntomas el cual le provocará un desequilibrio total en el estudiante y a consecuencia de ello el estudiante desarrollará estrategias de afrontamiento para recuperar el equilibrio en su totalidad.

A) Causas del estrés académico

Vargas (2017) nos indica que al ver un desequilibrio total a causa del estrés académico es a consecuencia de varios factores como; la exigencia social, la presión de los padres, la presión de la institución y la presión del estudiante hacia el mismo. El primero, menciona que hay una valoración positiva o negativa que le hacen al estudiante. El segundo, los padres exigen que sus hijos cumplan con cada exigencia de su escuela y también del mundo. El tercero, la presión que hay en la institución hacia los estudiantes en relación a su buen rendimiento. Finalmente, existe una

presión hacia si mismo en el estudiante para lograr las exigencias escolares, sociales y familiares.

B) Componentes del estrés académico

Según Vargas (2017) nos dice que existen tres componentes del estrés académico los cuales son; estímulo estresor, signos y síntomas, estrategias de afrontamiento.

A continuación, vamos a detallar cada componente del estrés escolar, los cuales nos permitirán tener un panorama del tema a tratar.

a) Estímulos estresores

Dentro de los principales estresores se encuentra la exigencia que reciben los estudiantes en su centro de estudio, ya que es fundamental para el ministerio de educación ya que demuestra la calidad de la institución, asimismo depende de la dinámica y técnicas de enseñanza del docente.

En general dicha exigencia tiene como principal objetivo el logro positivo del estudiante a través de su perseverancia y rendimiento escolar excelente de los alumnos. Según Flores (2008) nos dice que la exigencia escolar principalmente es por parte de la institución y el docente, ya que ambos determinan la exigencia que hay en sus tareas educativas.

b) Signos y síntomas del estrés académico

Vargas (2017) nos menciona que el segundo componente serán los signos y síntomas estos se dividen en: reacciones físicas, psicológicas y emocionales los cuales influyen en el estudiante ante la diversa presión por parte de la institución educativa el cual no son enfrentadas de la manera correcta y en consecuencia hay un desequilibrio del estudiante oprimido ante tal exigencia, por consecuencia perjudica su desarrollo interpersonal e intrapersonal.

En cuanto a los síntomas físicos son: dolores de espalda, dolor de la mandíbula, contractura muscular, diarrea, estreñimiento, taquicardia. hiperdrosis, palpitaciones, mareos, vértigos, insomnio,

fatiga, etc. Luego los síntomas psicológicos son: desconcentración, aislamiento, impaciencia, inquietud, problemas de memoria, etc. Por último, tenemos los síntomas emocionales los cuales son: irritabilidad, ansiedad, hostilidad, miedo, ira, etc.

c) Estrategias de afrontamiento ante el estrés académico

Vargas (2017) refiere que existen diferentes estrategias de afrontamiento siendo un mecanismo de defensa que utiliza el ser humano cuando se encuentra en una circunstancia de peligro, estas estrategias pueden ser positivas o negativas para el estudiante. Las estrategias de afrontamiento aparecen ante una exigencia académica o también llamado estímulo estresor que el ser humano lo emplea para poder manejar la situación en la que se encuentre.

Reynoso y Seligson (2005) nos mencionan estrategias de afrontamiento cuando se presenta el estrés académico, las cuales son: afrontamiento directo, catarsis, autocontrol, aceptación, la búsqueda de apoyo de sus pares, distractores, religión, planear y buscar una solución al problema, etc.

C) Dimensiones y/o estresores del estrés académico

En general los estudiantes están sometidos a varios estresores durante las labores escolares, como por ejemplo; las evaluaciones, exposiciones, competencia grupal, entre otros.

Barraza (2005) menciona que los estresores son situaciones originadas por el estrés siendo cualquier estímulo que provoque el desequilibrio en el organismo, en el ser humano se origina una respuesta imprecisa y/o ajustada, siendo un cambio enorme para la persona. Estos estresores son: competitividad entre compañeros, sobrecargas de tareas, exceso de responsabilidades, ambiente desagradable, falta de incentivos, problemas con los compañeros y/o docentes, las evaluaciones, etc.

Asimismo, Núñez (2011) nos menciona que estos estresores se encuentran en nuestro medio que nos rodea, como también en nosotros mismos como los pensamientos, sentimientos y emociones.

Adolescentes

A) Concepto

A continuación, se revisará la definición concerniente a la adolescencia, el cuales nos permitirá tener una visión del tema a tratar.

Wilson y Larson (2004) mencionan que el adolescente pasará por una etapa que involucra varios cambios; físicos, afectivos, intelectuales y sociales que serán asumidas de diferente manera en cada entorno del adolescente.

OMS (2019) nos refiere que esta etapa es una fase que se da entre el rango de edad de diez y diecinueve años, por lo que se clasifica en dos; adolescencia precoz que se da entre los diez y catorce años y adolescencia tardía que se da entre los quince y diecinueve años, también es un cambio de la infancia a la adultez siendo una etapa complicada para el adolescente ya que hay cambios: físicos, cognitivos, afectivos y sociales.

B) Etapas

A continuación, se mencionará la clasificación de las etapas de la adolescencia las cuales son; temprana, intermedia y tardía.

a) Adolescencia temprana

La adolescencia temprana comienza entre 10 y 12 años, en este periodo se muestran los primeros cambios llamado “crisis de entrada” y también empieza el proceso de maduración emocional, donde el adolescente crea sus propias opiniones, también quiere que lo dejen de relacionar con los niños y a la vez alejarse socialmente. Este periodo puede causar en el adolescente alteraciones emocionales como la depresión y la ansiedad las cuales van a influir en la conducta del menor. Aquí la familia es un factor primordial para estar acompañando en los cambios que se enfrenta el adolescente (Papalia, Duskin, y Martorell, 2012).

b) Adolescencia intermedia.

En este periodo de la adolescencia empieza a partir de los 14 hasta los 15 años, donde se evidencia que hay una aceptación y amoldamiento

del adolescente, también tiene un mayor grado de ideas y su apreciación es parcial. Asimismo, al relacionarse y establecer amistades le da seguridad, por lo que el adolescente empieza a integrar grupos, entonces la admiración al padre lo va dejando de lado (Papalia, Duskin y Martorell, 2012).

c) Adolescencia tardía

En este periodo la adolescencia tardía comienza entre 17 y 18 años de edad, aquí se empieza a disminuir el crecimiento y hay una proporción en su cuerpo, asimismo va superando las dudas que tenía sobre si mismo, va empezando tener más control de sus emociones y volviéndose independiente a elegir sus propias opciones por iniciativa propia. También el adolescente comienza a sentir las presiones de su alrededor o de él mismo lo cual experimenta una sensación de ansiedad. (Papalia, Duskin y Martorell, 2012).

C) Madurez emocional

A lo largo del proceso de la búsqueda de identidad del adolescente, este va a experimentar inconvenientes emocionales siendo capaces de observar las dificultades de lo que los demás realizan y de ellos mismos. Esta madurez emocional está influido por varios factores siendo las expectativas sociales, imagen personal, entre otros (Papalia, Duskin y Martorell, 2012).

D) Desarrollo cognitivo

El psicólogo Piaget nos hace mención que el desarrollo cognitivo también llamado operaciones formales será la última fase de la adolescencia donde se evidencia un mejor manejo del pensamiento abstracto. Orengo (2015) menciona que en esta etapa se caracteriza por el pensamiento abstracto y el pensamiento deductivo; el pensamiento abstracto, se desarrolla en esta etapa, el cual puede hacer representaciones que son simbólicas en situaciones, el pensamiento deductivo puede desarrollar y comprender una hipótesis, tiempo y espacio considerando diversos criterios. Por otro lado, se presenta cambios en la

memoria y ejecución, ya que los adolescentes son más conscientes de su capacidad de memoria incrementando el procesamiento de la información de manera rápida y por consecuencia hay un desarrollo en la parte ejecutiva.

3.3 Marco conceptual

Inteligencia.- Destreza mental que permite comprender, retener, construir nuevos conocimiento en una situación determinada.

Inteligencia emocional.- Habilidad humana de sentir, comprender las emociones de uno mismo y de los demás para adaptarse y afrontar la realidad de su alrededor.

Intrapersonal.- Es la habilidad que permite a una persona conocerse a sí misma y comprender su propia manera de actuar, sentir y pensar.

Interpersonal.- Es aquello que se establece o se lleva a cabo entre, al menos, dos personas.

Autoconcepto.- Es la opinión, creencias, ideas positivas y negativas que la persona tiene de sí misma.

Asertividad.- Es un estilo de comunicación para expresar lo que uno piensa y siente respetando los sentimientos de los demás, reclamando los propios derechos.

Autorrealización.- Es el crecimiento y desarrollo de uno mismo, sintiendo una satisfacción al cumplir las necesidades, metas, logros propios.

Independencia.- Es la capacidad de ser independiente y autónomo sintiéndose seguro de uno mismo de manera general para tomar decisiones propias

Estrés.- Son una variedad de reacciones internas biológicas y psicológicas provocadas por una situación o pensamiento.

Estrés académico.- Es el estado de desequilibrio y malestar experimentado por un estudiante, asociado a estímulos físicos y emocionales de carácter intrínseco y extrínseco, los cuales generan déficit

en la capacidad personal de afrontar a las dificultades propias del contexto escolar.

Estresores.- Son factores estresantes, condiciones o circunstancias desencadenantes del estrés. Se pueden encontrar muchas situaciones estresantes y también muchas clasificaciones de estas.

Adolescencia.- Es un estadio del proceso de desarrollo de la persona donde experimenta diversos cambios; físicos, psicológicos, cognitivos, sociales.

Madurez emocional.- Es un proceso de la persona para la comprensión de las propias emociones y la de los demás.

Desarrollo cognitivo.- Procesos mentales innatos como la percepción, memoria, atención y aprendizaje que el ser humano va adquiriendo a través de la maduración y las experiencias.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de investigación

La presente investigación es de tipo aplicada y tiene una metodología cuantitativa porque los instrumentos levantan la información con la escala de Likert lo cual te dan puntajes que te permiten realizar estadística inferencial. De igual forma posee un nivel de alcance correlacional ya que se buscó identificar el grado de asociación que existe en dos o más variables, en este caso inteligencia emocional y estrés académico.

4.2. Diseño de la investigación

El diseño de la investigación es no experimental transversal, ya que no se manipuló las variables y se recolectó la información en un tiempo único, por ende fue una investigación transversal no experimental.

4.3. Población – Muestra

Población

La población estuvo conformada por todos los estudiantes del área de Ciencias de la Academia Bryce Preuniversitaria de Arequipa, los que son 300 alumnos quienes son hombres y mujeres entre 14 y 18 años.

Muestra

La muestra fue no probabilística por conveniencia, lo conformaron damas y varones de 14 hasta los 18 años quienes son un total de 150 alumnos.

Criterios de inclusión

- Alumnos entre catorce y diecisiete años
- Alumnos que participen de manera voluntaria en el estudio
- Alumnos que llenen de manera correcta los instrumentos
- Alumnos que puedan llenar los instrumentos
- Alumnos que asistan todos los días

Criterios de exclusión

- Alumnos que no cumplan en el rango de edad
- Alumnos no dispuestos a ser parte del estudio
- Alumnos que no completen todo el cuestionario
- Alumnos que no puedan llenar los instrumentos
- Alumnos que faltan al dictado de clases
- Alumnos que no llenaron correctamente los cuestionarios o estaban incompletos

4.4. Hipótesis general y específicos

Hipótesis general

Hi: Existe relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

H0: No existe relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

Hipótesis específicas

H1: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

H2: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión interpersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

H3: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

H4: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión manejo del estrés y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

H5: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión estado de ánimo y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

4.5 Identificación de las variables

Variable 1: Inteligencia Emocional

Es la habilidad de reconocer, entender y expresar las propias emociones, como también de otras personas y la capacidad de afrontar eficientemente los desafíos y demandas de la sociedad (BarOn, 1997).

Dimensiones

Interpersonal, Intrapersonal, Adaptabilidad, Manejo del estrés, Estado de ánimo general.

Variable 2: Estrés Académico

Es una reacción de nuestro organismo que genera inestabilidad y malestar en los estudiantes ante las exigencias o demandas que enfrentan día a día, provocando un desequilibrio en el ámbito académico. (Barraza, 2006).

Dimensiones

Síntomas, Estresores y Estrategias de afrontamiento.

4.6. Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Inteligencia Emocional	Es la habilidad de reconocer, entender y expresar las propias emociones, como también de otras personas y la capacidad de afrontar eficientemente los desafíos y demandas de la sociedad (BarOn, 1997).	La variable X del estudio se medirá mediante el Inventario de inteligencia emocional de Baron ICE de N - A, a través de sus 5 dimensiones: Interpersonal, Intrapersonal, Manejo de estrés, Estado de ánimo, Adaptabilidad o Ajuste	Intrapersonal	-Nivel de empatía. -Relaciones con los demás. -Relaciones interpersonales. -Responsabilidad social. - Manejo social.	Ordinal • Por mejorar • Adecuado • Muy desarrollado
			Interpersonal	-Comprensión emocional de sí mismo. - Asertividad. - Autoconcepto. - Autorrealización. - Independencia.	
			Adaptabilidad	- Solución de problemas. - Plantea solución ante situaciones	

				adversas. - Experimentación con la realidad. - Contrasta sus soluciones. - Nivel de flexibilidad.	
			Manejo del estrés	- Tolerancia al estrés. - Manejo del estrés. - Soportar actitudes de beligerancia. - Control de los impulsos. - Autocontrol excesivo.	
			Estado de ánimo	- Imagen personal que proyecta de sí mismo. - Autoconocimiento. - Imagen que los demás perciben. - Acepta la opinión de los demás con respecto a su persona	
Estrés Académico	Es una reacción de nuestro organismo que genera inestabilidad y malestar en los estudiantes ante las exigencias o demandas que enfrentan día a	La variable Y del estudio se evaluará a través de la prueba de SISCO de Estrés Académico, el cual está conformado a través de sus cuatro dimensiones: Físicas,	Estresores	Situaciones originadas por el estrés siendo cualquier estímulo que provoque el	Ordinal Nivel: • Bajo

día, provocando un desequilibrio en el ámbito académico. (Barraza, 2006).

Comportamentales, Psicológicas y Estresores.

desequilibrio en el organismo, en el ser humano se origina una respuesta imprecisa y/o ajustada

- Medio
- Alto

Síntomas

Dolores de espalda, dolor de la mandíbula, contractura muscular, diarrea, estreñimiento, taquicardia, hiperdrosis, Desconcentración, aislamiento, impaciencia, inquietud, problemas de memoria, Irritabilidad, ansiedad, hostilidad, miedo, ira

Estrategias de afrontamiento

Mecanismo de defensa que utiliza el ser humano cuando se encuentra en una circunstancia de peligro,

4.7. Recolección de datos

Técnica

Se utilizó el método de la encuesta para la recolección de datos de ambas variables, donde los instrumentos utilizados son dos cuestionarios, para la variable inteligencia emocional se utilizó el Inventario de Inteligencia Emocional de Baron y para la variable estrés académico se utilizó el Inventario SISCO del Estrés Académico.

Instrumentos

A) Inventario de Inteligencia emocional de BarOn ICE: NA

Ficha Técnica

Nombre Original: EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory.

Autor: Reuven Bar-On

Procedencia: Toronto – Canadá

Adaptación Peruana: Nelly Ugarriza Chávez

Administración: Individual o colectiva.

Formas: Abreviada y completa

Duración: Sin límite de tiempo. (Forma completa: 20 a 25 minutos abreviada de 10-15 minutos)

Aproximadamente: de 30 a 40 Minutos.

Aplicación: Niños y adolescentes entre 7 y 18 años.

Puntuación: Calificación computarizada

Significación: Evaluación de las habilidades emocionales y sociales

Tipificación: Baremos Peruanos.

Descripción

La prueba está conformada por 30 ítems con respuestas de escala Likert. Este instrumento evalúa cinco dimensiones de la inteligencia emocional basados en las puntuaciones de 15 subcomponentes.

- Intrapersonal: Dimensión que incorpora los siguientes componentes son: comprensión de sí mismo, asertividad, autoconcepto, autorrealización, independencia. Conformado por los siguientes ítems 1,4,7,23,28,30

- Comprensión de sí mismo: Es la habilidad para comprender, diferenciar y conocer los propios sentimientos y emociones.
- Asertividad: Es la capacidad para expresar pensamientos y emociones sin herir a los demás, y la capacidad de defender los derechos de uno mismo y de los demás de forma adecuada.
- Autoconcepto: Es la capacidad de aprender, aceptarnos y respetarnos, aceptar nuestras fortalezas y debilidades; nuestras habilidades y límites.
- Autorrealización: Es la capacidad de hacer lo que realmente queremos y disfrutamos.
- Independencia: Es la capacidad de guiar, tener confianza y ser emocionalmente independiente al tomar sus propias decisiones.
- Interpersonal: Dimensión que incorpora diversos componentes como: la empatía, relaciones interpersonales, responsabilidad social. Conformado por los siguientes ítems 2,3,6,12,14,15,20,21,26
 - Empatía: Es la capacidad de comprender y empatizar con los sentimientos de las personas.
 - Relaciones Interpersonales: Es la destreza para establecer y mantener una relación cómoda, así como recibir y dar afecto, el cual es un signo de cercanía e intimidad emocional.
 - Responsabilidad Social: Es la capacidad de cooperar, de contribuir a la sociedad de manera fructífera y positiva, es un desarrollo en un grupo social.
- Adaptabilidad: Dimensión que incorpora los siguientes componentes son: solución de problemas, prueba de la realidad, flexibilidad. Conformado por los siguientes ítems 8,10,13,16,19,22,24
 - Solución de problemas: Capacidad para buscar y encontrar soluciones efectivas a las dificultades.
 - Prueba de la realidad: Es la capacidad de evaluar la respuesta entre lo que estamos experimentando y lo que realmente existe.
 - Flexibilidad: Es la capacidad de adaptar completamente las emociones, pensamientos y comportamientos a circunstancias y condiciones cambiantes.

- Manejo de estrés: Dimensión que incorpora componentes como: tolerancia al estrés, control de impulsos. Conformado por los siguientes ítems 5,9,17,27,29
 - Tolerancia al estrés: La habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentándose activa y positivamente al estrés.
 - Control de impulsos: La habilidad para resistir o postergar un impulso frente a estímulos externos que nos llevan a actuar controlando nuestras emociones.
- Estado de ánimo en general: Dimensión que incorpora los siguientes componentes son: felicidad, optimismo. Conformado por los siguientes ítems 11,18,25
 - Felicidad: La habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros para divertirse y expresar sentimientos positivos.
 - Optimismo: La habilidad para ver aspectos más brillantes de la vida y mantener una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos.

Validez y confiabilidad

Se realizó la validez de constructo, el cual se dio en una muestra de 3374 niños y adolescente de Lima Metropolitana, dicha validez se dio por análisis factorial exploratorio, también se empleó un análisis en los componentes principales con una rotación Varimax.

En el caso de la confiabilidad de la prueba, se utilizó el estadístico Alfa de Cronbach con el método de la consistencia interna, el cual reportó que el instrumento es consistente ya que se encuentra entre 0.77 y 0.88 en su forma completa y abreviada.

B) Inventario SISCO del Estrés académico

Ficha técnica:

Autor : Arturo Barraza Macías

Administración : Individual y colectiva

Duración : sin tiempo límite, entre 10 a 15 minutos aprox.

Objetivo : se trata de una escala independiente que evalúa las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.

Tiempo de respuesta : los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)

Aplicación : Es auto administrado y se puede requerir completar de forma individual o grupal

Descripción : La escala consta de 31 ítems. Está constituida por tres dimensiones: Estresores, Síntomas, Estrategias de afrontamiento

Estructura : consta de 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro, dicotómico que consiente establecer si el evaluado es candidato o no a contestar el inventario.
- Un ítem que, tipo Lickert de valores numéricos (del 1 al 5 donde uno es poco y cinco mucho) admite reconocer el nivel de estrés académico.
- Ocho ítems que, tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) consisten en conocer la frecuencia en que las demandas del ambiente son juzgadas como estímulos estresores
- 15 ítems que, de tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) facilitan reconocer la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- 6 ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento.

Descripción

Este inventario consta de 31 ítems tiene una estructura sistémico-procesuales del estrés académico, integrado por dos apartados y 31 ítems centrales los cuales evalúan 3 dimensiones del estrés académico.

- **Estresores:** consta de nueve ítems con un tipo de respuesta Likert de cinco valores, los cuales analizan en escalamiento tipo Likert de cinco valores categoriales, para hallar con qué frecuencia se evalúan las necesidades ambientales como factores estresantes para el estudiante.
- **Síntomas:** consta de quince ítems con un tipo de respuesta Likert de valores categoriales, nos hace referencia con qué frecuencia se muestran los síntomas físicos, psicológicos y comportamentales a las situaciones que generan estrés.
- **Estrategias de Afrontamiento:** Se compone por ocho ítems con un tipo de respuesta Likert de valores categoriales el cual determina con qué frecuencia habitualmente se utiliza las estrategias de afrontamiento.

Validez y confiabilidad

Para la validez y confiabilidad del instrumento fue aplicado a 152 estudiantes de México, la prueba reportó una confiabilidad en Alfa de Cronbach de 0.90; asimismo se obtuvo la confiabilidad por mitades reportó un índice de correlación de 0.87 con relación a las dimensiones de forma general.

Respecto a la validez, se dio a través del análisis factorial y análisis de grupos contrastados. El análisis factorial fue de tipo exploratorio por medio del método de componentes con rotación varimax, donde el 46 % de los componentes explicaron la varianza total. En el análisis de grupos contrastados fue mediante el estadístico T de Student, hallando que algunos ítems no presentaban discriminación significativa.

Posteriormente, en el Perú se llevó a cabo la adaptación del instrumento en una muestra de 845 universitarios en Trujillo. Se reportó una confiabilidad en Alfa de Cronbach que fluctuaba entre 0.74 y 0.94. También,

se realizó la validez del instrumento entre 0.90 y 0.95, siendo índices satisfactorios.

4.7. Técnicas de análisis e interpretación de datos

Se procesó la base de datos en el paquete estadístico SPSS V.22.0 el cual permitió analizar la información, ordenar, resumir estadística inferencial. Además, se utilizó una prueba no paramétrica que es el Coeficiente de correlación de Spearman para determinar el tipo de relación que existe entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico.

V. RESULTADOS

5.1 Presentación de resultados

Tabla 2

Pruebas de normalidad de las variables

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	GI	Sig.
Inteligencia Emocional	0.082	130	0.034
Intrapersonal	0.118	130	0.000
Interpersonal	0.110	130	0.001
Adaptabilidad	0.101	130	0.002
Manejo Del Estrés	0.104	130	0.002
Estado De Ánimo	0.124	130	0.000
Estrés Académico	0.080	130	0.042
Estresores	0.076	130	0.062
Sintomas	0.093	130	0.008
E.Afrontamiento	0.077	130	0.056

Contrastación de hipótesis

Hipótesis General

H0: No existe relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

H1: Existe relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

Tabla 3*Correlación entre inteligencia emocional y estrés académico*

		Estrés Académico	
		Coeficiente de correlación	Sig. (bilateral)
Rho de Spearman	Inteligencia Emocional	0.070	0.430

Hipótesis específicas

H0: No existe relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

H1: Existe relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.

Tabla 4*Correlación entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico*

		Dimensión Intrapersonal	
		Coeficiente de correlación	Sig. (bilateral)
Rho de Spearman	Estrés Académico	0.055	0.533

Tabla 5*Correlación entre dimensión interpersonal y estrés académico*

		Dimensión Interpersonal	
		Coeficiente de correlación	Sig. (bilateral)
Rho de Spearman	Estrés Académico	,314**	0.000

Tabla 6*Correlación entre adaptabilidad y estrés académico*

		Adaptabilidad	
		Coeficiente de correlación	Sig. (bilateral)
Rho de Spearman	Estrés Académico	,176*	0.045

Tabla 7*Correlación entre manejo del estrés y estrés académico*

		Manejo Del Estrés	
		Coeficiente de correlación	Sig. (bilateral)
Rho de Spearman	Estrés Académico	-,224*	0.010

Tabla 8*Correlación entre estado de ánimo y estrés académico*

		Estado De Ánimo	
		Coeficiente de correlación	Sig. (bilateral)
Rho de Spearman	Estrés Académico	-0.048	0.585

Tabla 9

Frecuencias y porcentajes de los niveles de inteligencia emocional

		N	%
Niveles	Por mejorar	19	14.6
	Adecuado	90	69.2
	Muy desarrollado	21	16.2
Total		130	100.0

Fuente: Elaboración propia

Figura 1

Porcentaje de los niveles de inteligencia emocional

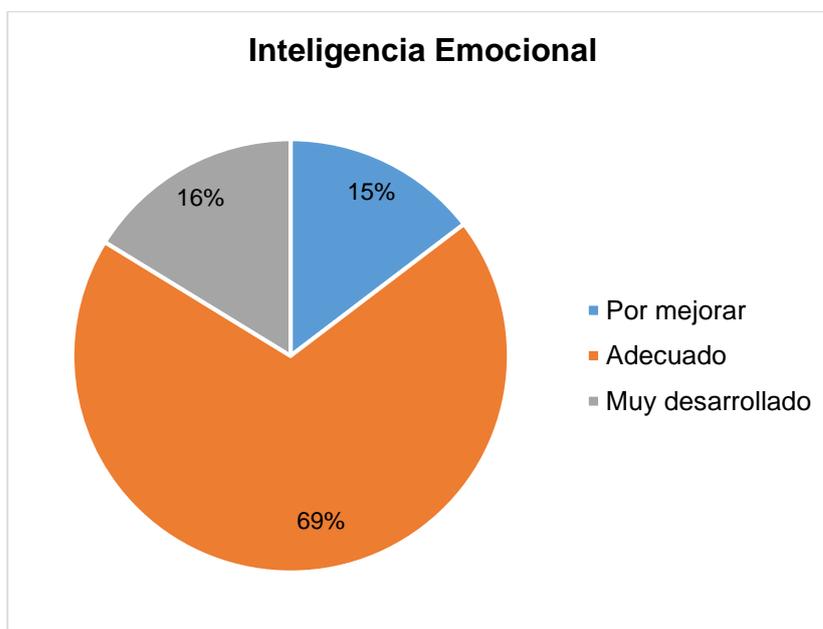


Tabla 10

Frecuencias y porcentajes de la dimensión intrapersonal

		N	%
Niveles	Por mejorar	26	20.0
	Adecuado	89	68.5
	Muy desarrollado	15	11.5
Total		130	100.0

Fuente: Elaboración propia

Figura 2

Porcentaje de los niveles de inteligencia intrapersonal

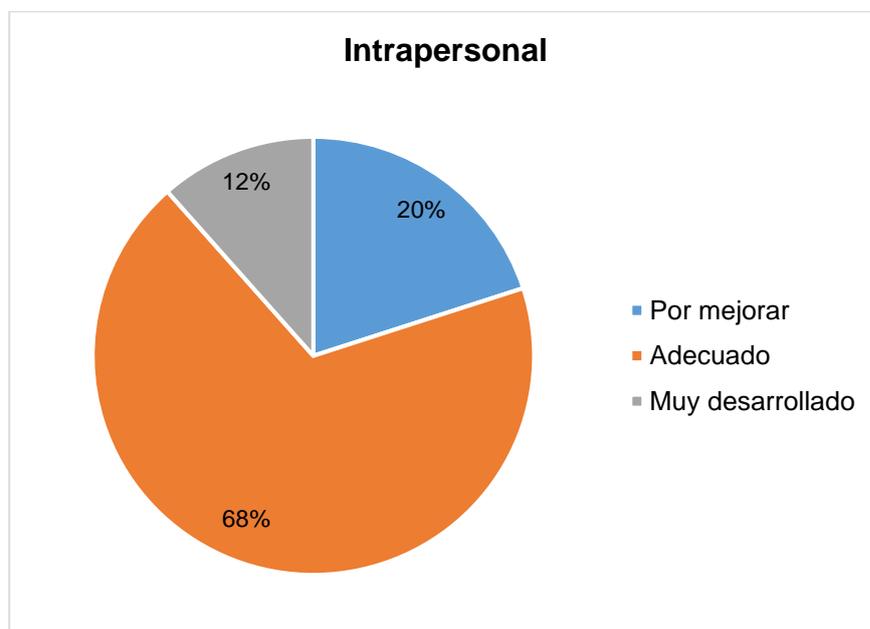


Tabla 11

Frecuencias y porcentajes de la dimensión interpersonal

		N	%
Niveles	Por mejorar	35	26.9
	Adecuado	74	56.9
	Muy desarrollado	21	16.2
Total		130	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura 3

Porcentaje de los niveles de inteligencia interpersonal

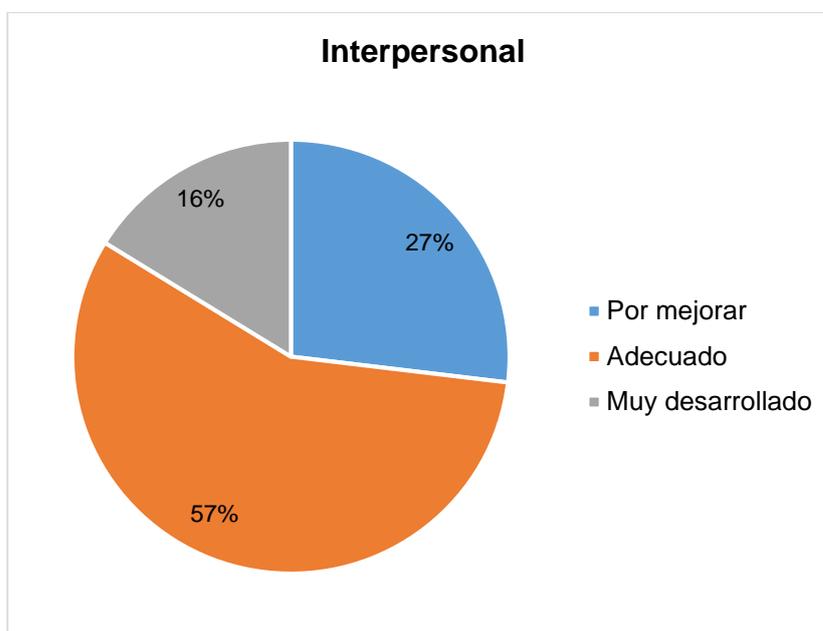


Tabla 12

Frecuencias y porcentajes de la dimensión adaptabilidad

		N	%
Niveles	Por mejorar	30	23.1
	Adecuado	85	65.4
	Muy desarrollado	15	11.5
Total		130	100.0

Fuente: Elaboración propia

Figura 4

Porcentaje de los niveles de adaptabilidad

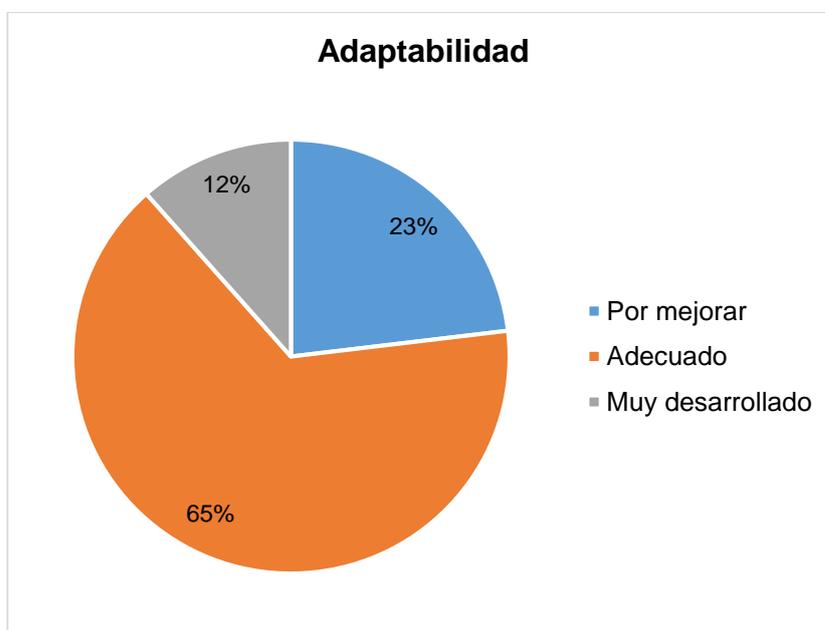


Tabla 13

Frecuencias y porcentajes de la dimensión manejo del estrés

	N	%
Niveles		
Por mejorar	22	16.9
Adecuado	94	72.3
Muy desarrollado	14	10.8
Total	130	100.0

Fuente: Elaboración propia

Figura 5

Porcentaje de los niveles de manejo del estrés

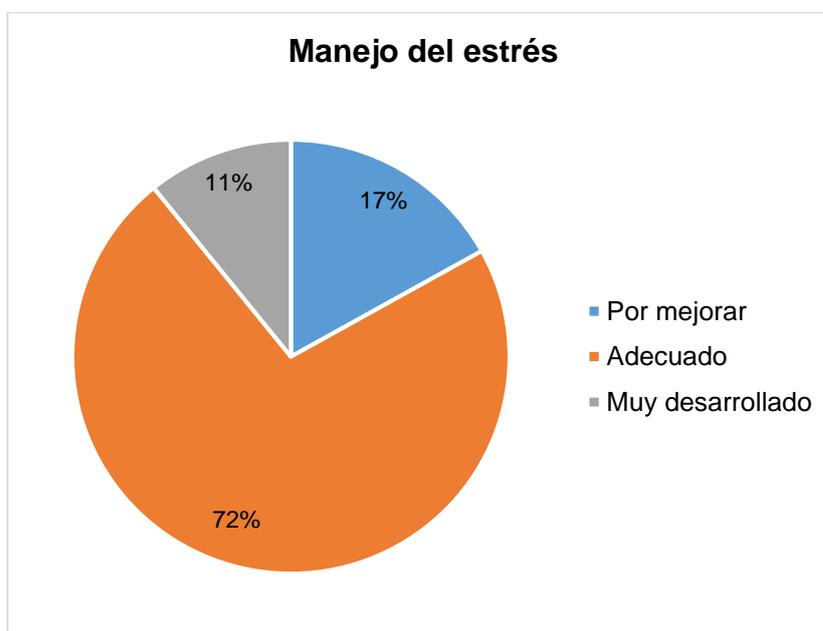


Tabla 14

Frecuencias y porcentajes de la dimensión estado de ánimo general

		N	%
Niveles	Por mejorar	26	20.0
	Adecuado	98	75.4
	Muy desarrollado	6	4.6
Total		130	100.0

Fuente: Elaboración propia

Figura 6

Porcentaje de los niveles de estado de ánimo general

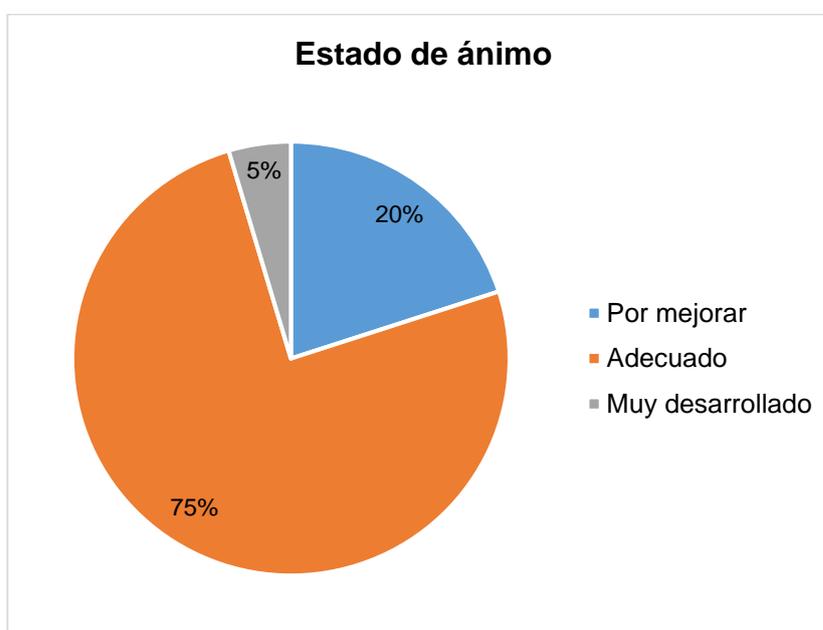


Tabla 15

Frecuencias y porcentajes de los niveles de estrés académico

		N	%
Niveles	Bajo	17	13.1%
	Medio	88	67.7%
	Alto	25	19.2%
Total		130	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 7

Porcentaje del nivel de estrés académico

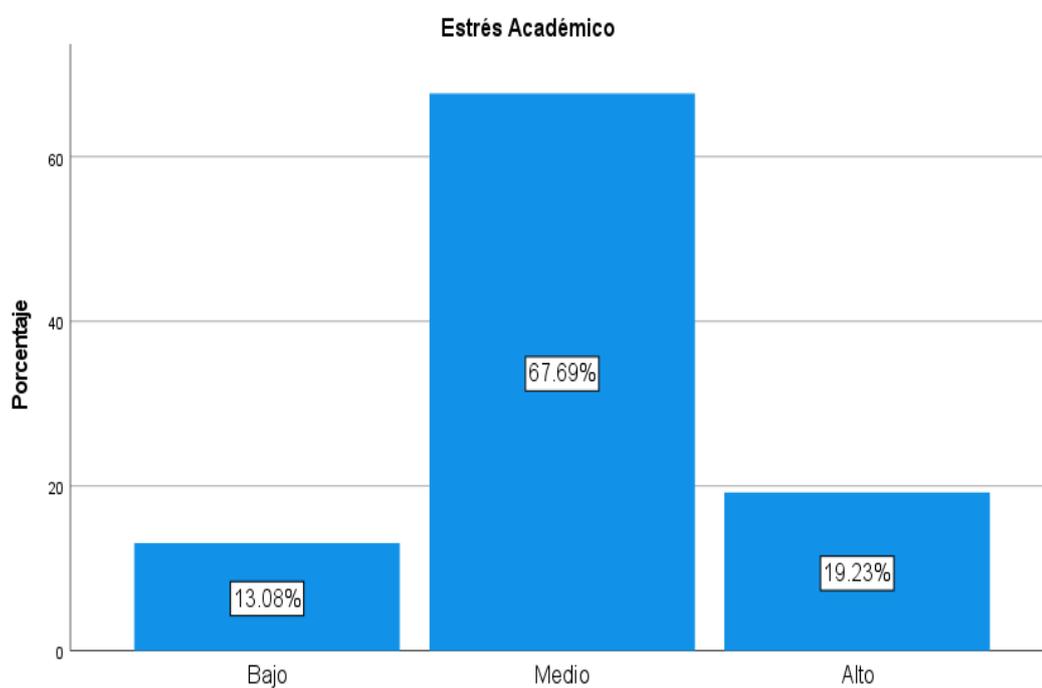


Tabla 16

Frecuencias y porcentajes de la dimensión estresores

		N	%
Niveles	Bajo	21	16.2%
	Medio	88	67.7%
	Alto	21	16.2%
Total		130	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 8

Porcentaje de los niveles de la dimensión estresores

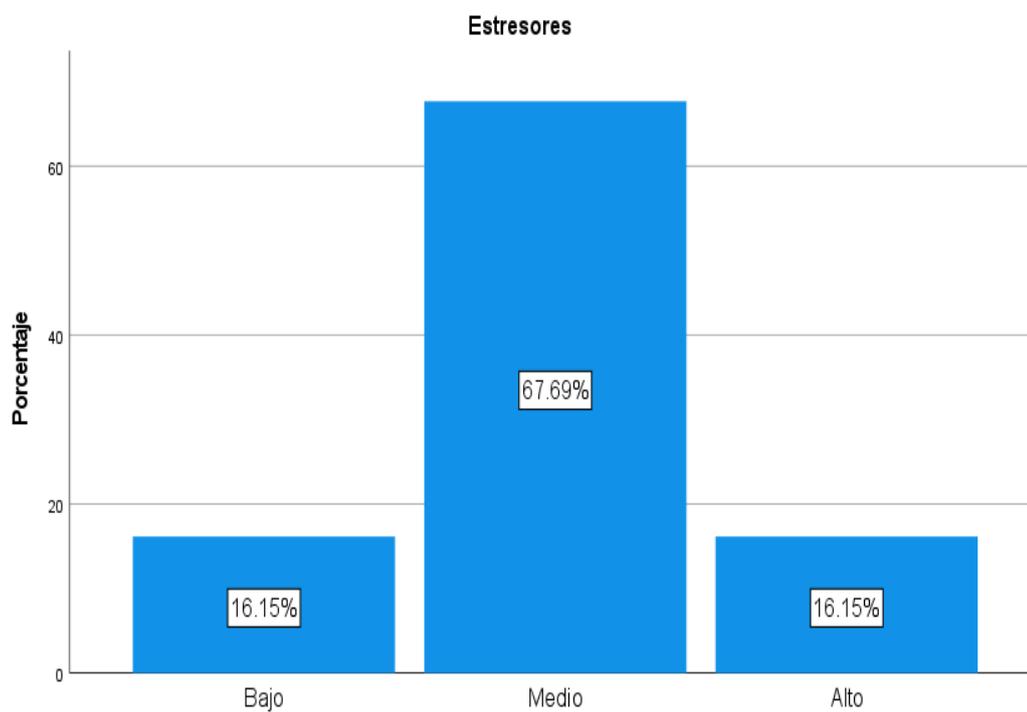


Tabla 17

Frecuencias y porcentajes de la dimensión síntomas

		N	%
Niveles	Bajo	25	19.2%
	Medio	85	65.4%
	Alto	20	15.4%
Total		130	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 9

Porcentaje de los niveles de la dimensión síntomas

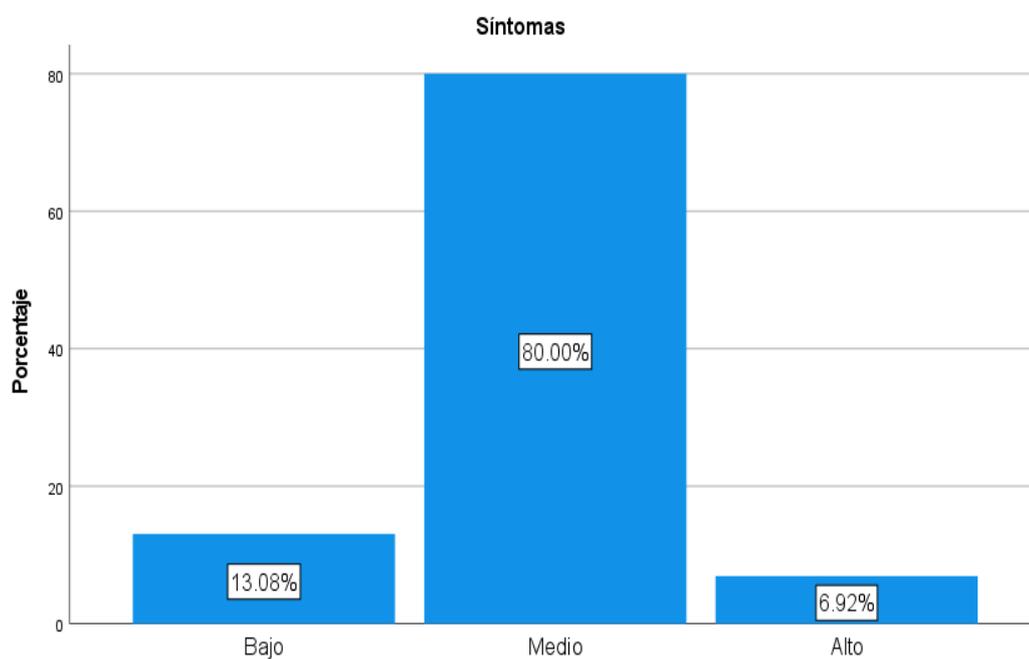


Tabla 18

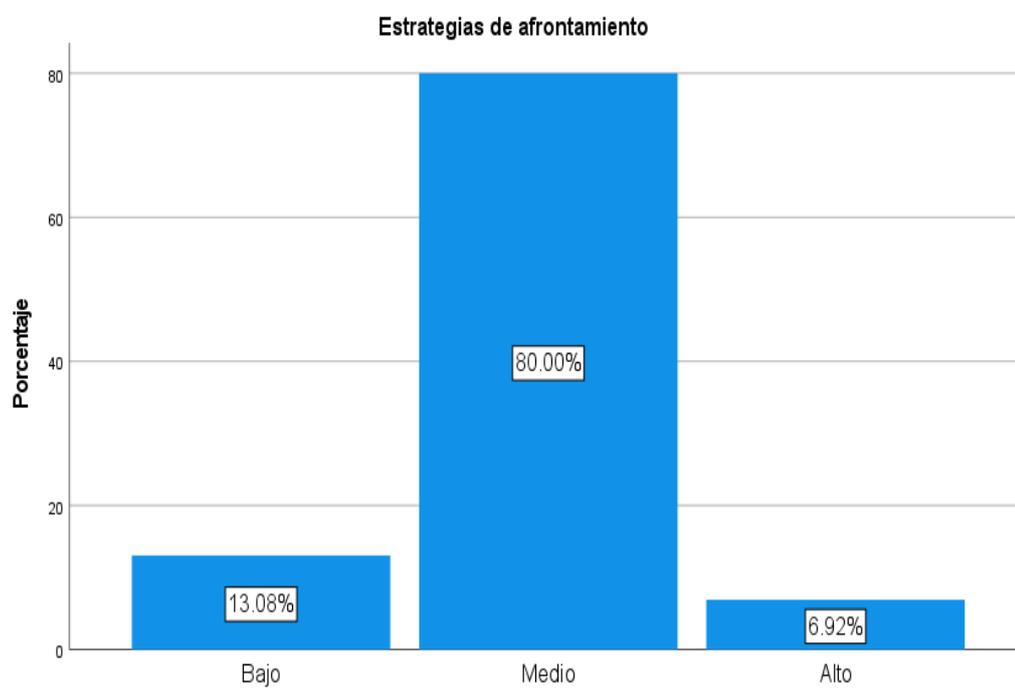
Frecuencias y porcentajes de la dimensión estrategias de afrontamiento

		N	%
Niveles	Bajo	17	13.1%
	Medio	104	80.0%
	Alto	9	6.9%
Total		130	100%

Fuente: Elaboración propia

Figura 10

Porcentaje de los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento



5.2 Interpretación de resultados

1. En la tabla 2 se observa el análisis estadístico de los resultados hallados, para realizar la prueba de normalidad se usó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, dado que se tiene una muestra mayor de 35 personas, en el cual se observa que el p-valor en ambas variables es menor de 0,05 por lo que no se acepta la siguiente hipótesis: La muestra tiene una distribución normalidad, es decir, la muestra tiene una distribución anormal, en tal sentido se empleará pruebas no paramétricas para la evaluación de correlación. Las hipótesis planteadas buscan hallar la relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional con el estrés académico, se empleará la prueba no paramétrica Rho de Spearman para calcular la correlación y grado de asociación entre las variables y dimensiones del estudio.
2. En la tabla 3 se observa según los resultados de la prueba Rho de Spearman el cual nos permite identificar la asociación de las variables; se halló que no existe una relación significativa ($r=0.070$; $x=0.430$, $x<0,05$) entre la inteligencia emocional y el estrés académico, esto significa que el nivel de significancia entre la variable inteligencia emocional y estrés académico es mayor a 0.05 por lo cual se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula el cual menciona que no hay relación significativa entre las variables del estudio. Asimismo, se analizó la correlación entre el estrés académico y las dimensiones de la inteligencia emocional, encontrándose que hay correlación positiva y significativa en las siguientes dimensiones: interpersonal ($r=.314$; $x=0.000$ $p>0.05$); adaptabilidad ($r=.176$; $x=0.045$ $p>0.05$) y correlación inversa y significativa con la dimensión manejo del estrés ($r=-.224$; $x=0.010$ $p>0.05$), lo que significa que el valor p es menor a 0.05. Esto quiere decir, que a mayor estrés académico que sienten los estudiantes mayores inconvenientes tendrán al entablar una relación empática con sus demás compañeros, asimismo en el transcurso de su preparación que es cada vez mayor presentan inconvenientes para adaptarse a un nuevo ambiente y resolver adecuadamente las exigencias o demandas que enfrentan en la academia. Finalmente, a

mayor estrés académico habrá un menor manejo de estrés en el transcurso de su preparación de los estudiantes.

3. En la tabla 4 se observa según los resultados de la prueba Rho de Spearman ($r=0.055$; $x=0.533$ $p>0.05$) se halló que no existe relación positiva y significativa entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico. Esto quiere decir, que el nivel de significancia de asociación entre las variables es mayor a 0.05 por lo cual no se acepta la hipótesis alterna y si aceptamos la hipótesis nula. Esto indica que la dimensión intrapersonal es independiente del estrés académico y viceversa, pero este resultado no se puede generalizar a otras poblaciones, ya que es propia de la población estudiada.
4. En la tabla 5 se observa según los resultados de la prueba Rho de Spearman ($r=.314$; $x=0.000$ $p>0.05$) que existe relación positiva y significativa entre la dimensión interpersonal y el estrés académico. Se observa que el nivel de significancia de la correlación entre las variables es menor a 0.05, esto quiere decir que se acepta la hipótesis alterna y no se acepta la hipótesis nula. Esto nos indica que cuanto mayor sea el estrés que sienten los estudiantes mayores inconvenientes tendrán al entablar una relación empática con sus demás compañeros.
5. En la tabla 6 se observa según los resultados de la prueba Rho de Spearman ($r=.176$; $x=0.045$ $p>0.05$) que existe una relación positiva y significativa entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico. Se observa que el nivel de significancia de la correlación entre las variables es menor a 0.05, esto quiere decir que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Lo que significa que los alumnos en el transcurso de su preparación que es cada vez mayor presentan una resolución adecuada a las exigencias o demandas que enfrentan en la academia.
6. En la tabla 7 se observa los resultados de la prueba Rho de Spearman ($r=-.224$; $x=0.010$ $p>0.05$) que existe una relación inversa y significativa entre la dimensión manejo del estrés y el estrés académico. Esto quiere decir, que el nivel de significancia de la correlación entre las variables

es menor a 0.05, esto quiere decir que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula. Lo cual nos indica que a mayor manejo de estrés habrá un menor estrés académico en el transcurso de su preparación de los estudiantes.

7. En la tabla 8 se observa según los resultados de la prueba Rho de Spearman ($r=-0.048$; $x=0.585$ $p>0.05$) que no existe relación significativa entre la dimensión estado de ánimo y el estrés académico. Se observa que el nivel de significancia de la correlación entre las variables es mayor a 0.05 por lo cual se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula. Esto significa que el desarrollo de la dimensión estado de ánimo es independiente al estrés académico y este resultado no se puede generalizar a otras poblaciones, ya que es propia de la población estudiada.
8. En la tabla 9 y figura 1 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias del nivel de la variable inteligencia emocional, señalando que el 14.6% posee un nivel por mejorar, el 69.2% posee un nivel adecuado y el 16.2% posee un nivel muy desarrollado. Se observa que el mayor porcentaje de los evaluados se encuentran en un nivel adecuado, lo que nos indica que los alumnos de la muestra se sienten satisfechos con la vida, expresan sus sentimientos y mantienen una actitud positiva frente a situaciones negativas.
9. En la tabla 10 y figura 2 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias del nivel de la dimensión intrapersonal, señalando que el 20.0% posee un nivel por mejorar, el 68.5% posee un nivel adecuado y el 11.5% posee un nivel muy desarrollado. Se observa que el mayor porcentaje de los evaluados se encuentran en un nivel adecuado, esto nos indica que los alumnos de la muestra tienen la capacidad para comprender, diferenciar y conocer sus propios sentimientos y emociones.
10. En la tabla 11 y figura 3 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias del nivel de la dimensión interpersonal, señalando que el 26.9% posee un nivel por mejorar, el 56.9% posee un nivel

adecuado y el 16.2% posee un nivel muy desarrollado. Se observa que el mayor porcentaje de los evaluados se encuentran en un nivel adecuado, esto nos indica que los alumnos de la muestra tienen la habilidad de comprender y apreciar los sentimientos y emociones de los demás.

11. En la tabla 12 y figura 4 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias del nivel de la dimensión adaptabilidad, señalando que el que el 23.1% posee un nivel por mejorar, el 65.4% posee un nivel adecuado y el 11.5% posee un nivel muy desarrollado. Se observa que el mayor porcentaje de los evaluados se encuentran en un nivel adecuado, esto quiere decir que los alumnos de la muestra tienen la habilidad para identificar los problemas y darle una solución efectiva.

12. En la tabla 13 y figura 5 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias del nivel de la dimensión manejo de estrés, señalando que el que el 16.9% posee un nivel por mejorar, el 72.3% posee un nivel adecuado y el 10.8% posee un nivel muy desarrollado. Se observa que el mayor porcentaje de los evaluados se encuentran en un nivel adecuado, lo que nos indica que los alumnos de la muestra tienen la habilidad para afrontar situaciones estresantes y controlar sus emociones.

13. En la tabla 14 y figura 6 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias del nivel de la dimensión estado de ánimo, señalando que el que el 20.0% posee un nivel por mejorar, el 75.4% posee un nivel adecuado y el 4.6% posee un nivel muy desarrollado. Se observa que el mayor porcentaje de los evaluados se encuentran en un nivel adecuado, lo que nos indica que los alumnos de la muestra se sienten satisfechos con la vida, expresan sus sentimientos y mantienen una actitud positiva frente a situaciones negativas.

14. En la tabla 15 y figura 7 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias del nivel de estrés académico en los alumnos, señala que el que el 13.1% posee un nivel bajo, el 67.7% posee un nivel medio y el 19.2% posee un nivel alto. Se observa que el mayor porcentaje de los

evaluados se encuentran en el nivel medio, lo que nos indica que los alumnos de la muestra se encuentran ligeramente sometidos a una situación estresante dentro del contexto académico provocando en ellos síntomas físicos, psicológicos y comportamentales.

15. En la tabla 16 y figura 8 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias con relación a los niveles de la dimensión estresores, se observa que el 16.2% posee un nivel bajo, el 67.7% posee un nivel medio y el 16.2% posee un nivel alto. Esta dimensión halla con qué frecuencia aparecen los estímulos o situaciones amenazantes que son originados por factores estresantes. Se observa que la mayoría de los evaluados ha alcanzado un nivel medio, esto quiere decir que los estudiantes de la muestra se encuentran sometidos a varios estresores durante su preparación ya sea por la competencia grupal y/o evaluaciones.
16. En la tabla 17 y figura 9 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias con relación a los niveles de la dimensión síntomas, se observa que el 19.2% posee un nivel bajo, el 65.4% posee un nivel medio y el 15.4% posee un nivel alto. Esta dimensión nos hace referencia con que frecuencia se muestran los síntomas físicos, psicológicos y comportamentales a las situaciones que generan estrés. Se observa que la mayoría de los evaluados han alcanzado un nivel medio, lo que nos indica que los alumnos de la muestra ante la diversa presión durante su preparación no enfrentan de manera correcta.
17. En la tabla 18 y figura 10 se observa la distribución de porcentajes y frecuencias con relación a los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento, se observa que el 13.1% posee un nivel bajo, el 80.0% posee un nivel medio y el 6.9% posee un nivel alto. Dicha dimensión determina con que frecuencia habitualmente se utiliza las estrategias de afrontamiento. Se observa que el mayor porcentaje de los evaluados se encuentran en el nivel medio, lo que nos indica que los alumnos de la muestra cuando se encuentran en una situación de estrés durante su preparación utilizan dicho mecanismo de defensa siendo positiva o negativa.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis descriptivo de los resultados

Según los resultados de la investigación no se pudo comprobar que exista asociación entre la inteligencia emocional y estrés académico en los alumnos de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa; de igual forma se hizo la correlación del estrés académico entre las dimensiones de inteligencia emocional en donde solo se encontró correlación positiva y significativa en la dimensión interpersonal y adaptabilidad, como también se encontró una correlación inversa y significativa en la dimensión manejo del estrés con una intensidad débil de correlación, excepto en dos dimensiones: la dimensión intrapersonal, donde no se halló correlación porque el valor p es mayor a 0.05 y la relación es positiva con una intensidad débil, al igual que la dimensión estado de ánimo ya que el valor p es mayor a 0.05 y la relación es negativa y posee una intensidad baja.

En relación con la inteligencia emocional se encontró que la mayor parte de los alumnos encuestados tienen un nivel adecuado. Esto quiere decir, que la mayoría de los estudiantes evaluados tienen la capacidad de identificar, comprender, regular y expresar adecuadamente sus estados emocionales en situaciones o exigencias de su entorno (Baron, 1997).

Respecto al análisis de los niveles del estrés académico se encontró que la mayoría de estudiantes poseen un nivel medio. Esto quiere decir, que los estudiantes encuestados se encuentran ligeramente sometidos a una situación estresante dentro del contexto académico provocando en ellos síntomas físicos, psicológicos y comportamentales (Barraza, 2006).

Los resultados muestran que la dimensión Interpersonal, Adaptabilidad y Manejo de estrés de la variable Inteligencia emocional se han correlacionado significativamente con la variable estrés académico. Esto quiere decir que cuanto mayor sea el estrés académico que sienten los estudiantes mayores inconvenientes tendrán al entablar una relación empática con sus demás compañeros, asimismo los alumnos en el transcurso de su preparación que es cada vez mayor presentan inconvenientes de adaptabilidad para adaptarse a un nuevo ambiente y

presentará dificultades en la resolución adecuada a las exigencias o demandas que enfrentan en la academia. Por último, a mayor manejo de estrés habrá un menor estrés académico en el transcurso de su preparación de los estudiantes.

6.2. Comparación de los resultados con marco teórico

De acuerdo con los resultados encontrados se puede decir que hay una correlación positiva y baja en ambas variables como la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce en Arequipa ya que con el estadístico Rho de Spearman se obtuvo $r=0.070$. Que da a entender que el desarrollo de la inteligencia emocional es independiente al percibir situaciones relacionados al estrés académico, asimismo este resultado no se puede generalizar a otras poblaciones, pues no es significativa.

Los resultados alcanzados en el siguiente estudio se contrastan con otras investigaciones como es el caso de Calero (2016) donde la muestra de su estudio con universitarios se halló que no existe relación entre la variable inteligencia emocional y estrés académico pues menciona que el desarrollo de la inteligencia emocional es independiente al estrés académico. De igual forma, Serrano y Andreu (2016) quien en su población de estudiantes de bachillerato se encontró una correlación positiva, muy baja pero no significativa; sin embargo mencionados resultados internacionales dice lo contrario acerca de los resultados encontrados en el ámbito nacional. En efecto, el estudio llevado por Trujillo (2019) con alumnos de VI ciclo de una institución educativa de Puente Piedra, como también Domínguez (2019) en estudiantes del sexto ciclo de educación básica con estudiantes de quinto de secundaria o el estudio realizado por Pacco (2017) con estudiantes de secundaria de la institución educativa cesar Vallejo de la ciudad de Lima mencionan que hay correlación positiva, baja y significativa entre la inteligencia emocional y estrés académico y sus dimensiones.

Los resultados obtenidos nos muestran que no existen diferencias significativas en cuanto a las variables. Se presenta una excepción en

cuanto a las dimensiones de la inteligencia emocional con la variable estrés académico, donde la dimensión interpersonal, adaptabilidad y manejo de estrés se observa que hay una correlación significativa, los resultados obtenidos tienen semejanza con la investigación realizada por Pacco (2017) quien analizó la Inteligencia emocional y el estrés académico de una muestra de alumnos quinto de secundaria de la Institución educativa Cesar Vallejo de Ccatcca, donde menciona que los alumnos que poseen una adecuada inteligencia interpersonal, adaptabilidad y manejo de estrés podrán resolver y responder a las exigencias del medio de manera adecuada y responsable. Esto quiere decir que los alumnos que presentan buen dominio de sus emociones y la habilidad para soportar eventos adversos fácilmente pueden adaptarse sin inconvenientes a situaciones estresantes, siendo estas tres dimensiones importantes para un mejor afronte al estrés académico.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

PRIMERA

No existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce de Arequipa. Esto quiere decir que la inteligencia emocional se desarrolla independientemente del estrés académico y viceversa, asimismo este resultado no se puede generalizar a otras poblaciones, ya que es propia de la población estudiada.

SEGUNDA

No existe relación significativa entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce de Arequipa. Esto quiere decir que la dimensión intrapersonal es independiente del estrés académico y viceversa, pero este resultado no se puede generalizar a otras poblaciones, ya que es propia de la población estudiada.

TERCERA

Existe relación positiva y significativa entre la dimensión interpersonal y el estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce de Arequipa, indicando que cuanto mayor sea el estrés que sienten los estudiantes mayores inconvenientes tendrán al entablar una relación empática con sus demás compañeros.

CUARTA

Existe relación positiva y significativa entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce de Arequipa, esto significa que los alumnos en el transcurso de su preparación que es cada vez mayor presentan inconvenientes para adaptarse a un nuevo ambiente y resolver adecuadamente las exigencias o demandas que enfrentan en la academia.

QUINTA

Existe relación inversa y significativa entre la dimensión manejo de estrés y el estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce de Arequipa, esto quiere decir que a mayor manejo de estrés habrá un menor estrés académico en el transcurso de su preparación de los estudiantes.

SEXTA

No existe relación significativa entre la dimensión estado de ánimo y el estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce de Arequipa, esto quiere decir que el desarrollo de la dimensión estado de ánimo es independiente al estrés académico y este resultado no se puede generalizar a otras poblaciones, ya que es propia de la población estudiada.

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a futuros investigadores hacer nuevos estudios para saber con qué variables se puede relacionar la inteligencia emocional, así como el estrés académico ya que en el presente estudio se demostró que no existe una relación entre ambas variables.
2. Se sugiere hacer futuras investigaciones para conocer con que variable se puede relacionar la inteligencia intrapersonal para identificar características o factores que ayuden a que el alumno se conozca a sí mismo en relación a sus necesidades y objetivos preuniversitarios independientemente del estrés académico.
3. Se recomienda que el psicólogo encargado promueva charlas educativas con relación a la habilidad de manejar las emociones y lograr una interacción adecuada con los demás desarrollando buenas relaciones con los estudiantes, específicamente en situaciones de estrés académico.
4. Se sugiere al área de bienestar estudiantil organizar talleres o charlas con relación al desarrollo de habilidades adaptativas en el cual participen todos los estudiantes y que adquieran competencias para tener una resolución adecuada frente a las situaciones problemáticas.
5. Se sugiere a futuros investigadores indagar más acerca del manejo del estrés en los estudiantes, donde involucre la habilidad de tener una visión positiva cuando se vivencia una situación de estrés.
6. Para el desarrollo de futuras investigaciones, se sugiere realizar estudios del estado de ánimo de los estudiantes de la población de estudios ya que estos resultados no pueden generalizarse con otras poblaciones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albuja, M. (2012). *Respuestas de estrés y estrategias de afrontamiento frente al proceso de ejecución de tesis en alumnos de quinto año*. Quito: Universidad Central del Ecuador.
- BarOn, R. (1997). *BarOn Emotional Quotient Inventory Technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems Inc.
- Barraza, A. (2004). El estrés académico en los alumnos. *Psicología Científica.com.*, 143.
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Psicología Científica.com*, 3 - 15.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Psicología Científica.com.*, 126.
- Bello, Z., Rionda, H., & Rodríguez, M. (2010). La inteligencia emocional y su educación. *VARONA*, 36-43.
- Borrás, T. (2013). Adolescencia: definición, vulnerabilidad y oportunidad. *Correo Científico Médico*, 5-7.
- Caldera, J., Pulido, B., & Martínez, G. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes. *Educación y Desarrollo*, 77-82.
- Calero. (2016). *Inteligencia emocional y estrés académico en un grupo de adolescentes de bachillerato*. Buenos Aires.
- Cifuentes. (2017). *La influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento matemático de alumnos de educación secundaria. aplicación de un programa de intervención psicopedagógica de educación emocional*. Madrid.
- Cooper, R., & Sawaf, A. (1997). *Estrategia emocional para ejecutivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Craig, J. (1997). *Desarrollo Psicológico*. Mexico: Prentice Hall Hispanoamerica .

- Dominguez. (2015). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de educación básica regular*. Chiclayo .
- Escobedo. (2015). *Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico de los alumnos del nivel básico de un colegio privado*. Asunción.
- Flores, J. (2008). *Fimpe*. Obtenido de <http://www.fimpes.org.mx/phocadownload/Premios/1Ensayo2008.pdf>
- Garcia, F. (2004). *El estrés académico: problemas y soluciones desde una perspectiva*. España: Servicio de publicaciones de la universidad de Huelva.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona España: Kairos.
- Gonzales, R., Souto, A., & Fernández, R. (2017). Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes. *European Journal of Education and Psychology*, 57-67.
- Larson, R., & Wilson, S. (2004). *Handbook of adolescent psychology*. Hoboken : New Jersey.
- Lopez, S. (2010). Sobre la importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el adolescente. (*Tesis de licenciatura*). Universidad Pedagógica Nacional, Ciudad de México.
- López, N. (16 de Septiembre de 2016). *Psicoterapia serendipia*. Obtenido de <http://psicoterapiaserendipia.com/inteligencia-emocional-adolescencia/>
- Luna. (2019). *Correlación entre el estrés académico y el rendimiento de los estudiantes del quinto año de secundaria del colegio salesiano Don Bosco de Arequipa, 2018*. Arequipa.
- Mariños. (2017). *Estrés académico y expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las instituciones públicas del distrito de coishco*. Chimbote.

- Martínez, E., & Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 11-22.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators*, 3 -31.
- Nuñez, M. (2011). Taller para el control de Estrés y la aplicación de estrategias de Afrontamiento. Universidad Nacional Autónoma de México, Mexico.
- Nuñez. (2018). *Inteligencia Emocional y su relación con la asertividad en los estudiantes de 3ro y 4to de secundaria de la institución educativa "Jose Merino Vincas" . Piura.*
- OMS. (2019). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/
- Orengo, J. (28 de Enero de 2015). *Desarrollo cognitivo en la adolescencia*. Obtenido de www.suagm.edu/umet/biblioteca/Reserva_Profesores/janette_orengo_educ_173/Desarrollo_cognitivo_en_la_adolescencia.pdf
- Orlandini, A. (1999). *El estrés, que és y como evitarlo .* México: FC.
- Pacco. (2017). *Inteligencia emocional y estrés academico de los alumnos quinto de secundaria de la Institución Educativa Cesar Vallejo de Ccatcca*. Lima.
- Papalia, D., Duskin, R., & Martorell, G. (2011). *Desarrollo humano*. Mexico: Mc Graw Hill.
- Papalia, D., Duskin, R., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. Mexico : Mc Graw Hill.
- Picasso, M., Lizano, C., & Anduaga, S. (2016). Estrés académico e Inteligencia emocional en estudiantes de odontología de una Universidad Peruana. Perú. *Revista Kiru*,13(2),155-164.

- Quispe, I. (2012). *Inteligencia emocional en alumnos de sexto grado de una institución educativa policial y una estatal del distrito del Callao*. Obtenido de http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1280/1/2012_Quispe_Inteligencia%20emocional%20en%20alumnos%20de%20sexto%20grado%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativa%20policial%20y%20una%20estata%20del%20distrito%20Callao.pdf
- Reynoso, L., & Nisenbaum, I. (2005). *Psicología clínica de la salud*. Mexico: El Manual Moderno.
- Román, C., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1-8.
- Sacristán, C., Psaltis, A., & Midgley, F. (2002). Transición a la secundaria: los temores y preocupaciones que presentan los estudiantes de primaria. *Revista Iberoamerica de Educación*.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 185-211.
- Sarrionandia, & Garaigordobil. (2015). *Efectos de un programa de inteligencia emocional en factores socioemocionales y síntomas psicósomáticos*. San Sebastian.
- Serrano, & Andreu. (2016). *Inteligencia emocional percibida, bienestar subjetivo y estrés académico percibido*. Valencia.
- Shapiro, L. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. Bilbao: Grupo Zeta.
- Siegel, D. (2014). *Tormenta Cerebral: El poder y proposito del cerebro adolescente*. California: Alba Editorial.
- Simmons, S., & Simmons, J. (1997). *Measuring Emotional Intelligence*. Texas: The Summit Publishing Group .
- Sordo, S. (4 de Abril de 2016). *guiainfantil.com*. Obtenido de <https://www.guiainfantil.com/especialistas/psicologia/silvia-alava-sordo/>

- Trujillo. (2019). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una institución educativa de Puente Piedra*. Lima.
- Ugarriza. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Red de Revistas Científicas de America Latina y el Caribe*, 129-160.
- Ugarriza, N., & Pajares, L. (2003). *La evaluación de la inteligencia emocional a través del Inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana*. Lima: Ediciones Libro Amigo.
- Vargas, G. (2017). El estrés académico y su correlación con la sintomatología psicológica en estudiantes de la facultad de ciencias administrativas de la Universidad Técnica de Cotopaxi. Ecuador.
- Vazquez. (2015). *La inteligencia emocional y el rendimiento académico en adolescentes de nivel medio superior*. México.
- Villanueva. (2017). *Inteligencia emocional y autoestima en estudiantes del 4to grado de una institución estatal de secundaria*. Lima.
- Wilson, S., & Larson, W. (2004). Adolescence across place and time globalization and the changing pathways to adulthood. *In Handbook of Adolescent Psychology: Second Edition* , 299-330.
- Zavala, M., & Valadez, M. (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 319-338.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce, Arequipa, 2020.

Responsable: Jenny Fabiola Rosas Supo

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>Problema general: ¿Qué relación existe entre inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020?</p> <p>Problemas específicos: ¿Qué relación existe entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce, Arequipa, 2020? ¿Qué relación existe entre la dimensión interpersonal y el estrés académico de los</p>	<p>Objetivo general: Identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.</p> <p>Objetivos específicos: Identificar la relación entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020. Determinar la relación entre la dimensión interpersonal y el estrés académico de los</p>	<p>Hipótesis general: Hi: Existe relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020. H0: No existe relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.</p> <p>Hipótesis específicas: H1: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.</p>	<p>Variable 1: Independiente Inteligencia Emocional Dimensiones: - Intrapersonal - Interpersonal - Adaptabilidad - Manejo del estrés - Estado de ánimo en general</p> <p>Variable 2: Dependiente Estrés Académico Dimensiones: - Estresores</p>	<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo de investigación: Aplicada</p> <p>Nivel: Correlacional</p> <p>Diseño de investigación: No experimental - Transversal</p> <p>Población Está conformado por 300 estudiantes entre 14 y 18 años de edad del área de Ingeniería de la Academia Bryce Preuniversitaria.</p> <p>Muestra Es no probabilístico por conveniencia conformada por 150 estudiantes entre 14 y 18 años.</p>

<p>estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce, Arequipa, 2020? ¿Qué relación existe entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce, Arequipa, 2020? ¿Qué relación existe entre la dimensión manejo del estrés y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce, Arequipa, 2020? ¿Qué relación existe entre la dimensión estado de ánimo y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce, Arequipa, 2020?</p>	<p>estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020. Establecer la relación entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020. Establecer la relación entre la dimensión manejo del estrés y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020. Establecer la relación entre la dimensión estado de ánimo y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.</p>	<p>H2: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión interpersonal y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020. H3: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020. H4: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión manejo del estrés y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020. H5: Existe relación positiva y significativa entre la dimensión estado de ánimo y el estrés académico de los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020.</p>	<p>- Síntomas (Física, Psicológica, Comportamental) - Estrategias de afrontamiento</p>	<p>Técnicas e instrumentos Técnica: Encuesta Instrumentos: - Inventario Emocional BarOn ICE: NA – Abreviado Adaptación: Ps. Nelly Ugarriza y Liz Pajares - Inventario SISCO del Estrés Académico Adaptación: Dr. Arturo Barraza Macías Método de análisis de datos: Estadística descriptiva: Tablas de frecuencia y porcentajes Estadística diferencial: Pruebas de normalidad (Kolmogorov-Smirnov); Prueba de correlación (r de Pearson o Rho de Spearman).</p>
---	---	--	--	---

Anexo 2: Matriz de Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valoración	Instrumento
Inteligencia Emocional	Es la habilidad de reconocer, entender y expresar las propias emociones, como también de otras personas y la capacidad de afrontar eficientemente los desafíos y demandas de la sociedad (BarOn, 1997).	La variable X del estudio se medirá mediante el Inventario de inteligencia emocional de Baron ICE de N - A, a través de sus 5 dimensiones: Interpersonal, Intrapersonal, Manejo de estrés, Estado de ánimo, Adaptabilidad o Ajuste	Intrapersonal	- Nivel de empatía. - Relaciones con los demás. - Relaciones interpersonales. - Responsabilidad social. - Manejo social.	1,4,7,23, 28,30	Ordinal 1. Muy rara vez 2. Rara vez 3. A menudo 4. Muy a menudo	Inventario Emocional BarOn ICE: NA – Abreviado Adaptación: Ps. Nelly Ugarriza y Liz Pajares
			Interpersonal	-Comprensión emocional de sí mismo. - Asertividad. - Autoconcepto. - Autorrealización. - Independencia.	2,3,6,12, 14,15,20, 21,26		
			Adaptabilidad	- Solución de problemas. - Plantea solución ante situaciones adversas. - Experimentación con la realidad. - Contrasta sus soluciones. - Nivel de flexibilidad.	8,10,13,6, 19,22,24		

			Manejo del estrés	<ul style="list-style-type: none"> - Tolerancia al estrés. - Manejo del estrés. - Soportar actitudes de beligerancia. - Control de los impulsos. - Autocontrol excesivo. 	5,9,17,27,29		
			Estado de ánimo	<ul style="list-style-type: none"> - Imagen personal que proyecta de sí mismo. - Autoconocimiento. - Imagen que los demás perciben. - Acepta la opinión de los demás con respecto a su persona. 	11,18,25		
Estrés académico	Es un estado de inestabilidad y malestar experimentando por un estudiante, asociado a estímulos físico y emocionales de carácter intrínseco y extrínseco, los cuales generan déficit en la capacidad personal de afronte a las dificultades propias del contexto escolar (Martínez y Díaz, 2007).	La variable Y del estudio se evaluará a través de la prueba de SISCO de Estrés Académico, el cual está conformado a través de sus cuatro dimensiones: Físicas, Comportamentales, Psicológicas y Estresores.	Estresores	Situaciones originadas por el estrés siendo cualquier estímulo que provoque el desequilibrio en el organismo, en el ser humano se origina una respuesta imprecisa y/o ajustada	3,4,5,6,7,8,9,10	Ordinal 1. Nunca 2. Rara vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre	Inventario SISCO del Estrés Académico Adaptación: Dr. Arturo Barraza Macías

			<p>Síntomas (Física, Psicológica, Comportamental)</p> <p>-Dolores de espalda, dolor de la mandíbula, contractura muscular, diarrea, estreñimiento, taquicardia. hiperdrosis, palpitaciones, mareos, vértigos, insomnio, fatiga</p> <p>-Desconcentración, aislamiento, impaciencia, inquietud, problemas de memoria,</p> <p>-Irritabilidad, ansiedad, hostilidad, miedo, ira</p>	<p>11,12,13, 14,15,16, 17,18,19, 20,21, 22,23,24, 25</p>		
			<p>Estrategias de afrontamiento</p>	<p>Mecanismo de defensa que utiliza el ser humano cuando se encuentra en una circunstancia de peligro.</p>	<p>26,27,28, 29,30,31</p>	

Anexo 3: Instrumentos de medición

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE: NA - Abreviado

Adaptado por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares Del Aguila

INSTRUCCIONES

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

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

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

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1.	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
2.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
3.	Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
4.	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
5.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
6.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1	2	3	4
7.	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
8.	Peleo con la gente.	1	2	3	4
9.	Tengo mal genio.	1	2	3	4
10.	Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
11.	Nada me molesta.	1	2	3	4
12.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
13.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
14.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4

15.	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4
16.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
17.	Me disgusto fácilmente.	1	2	3	4
18.	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
19.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	1	2	3	4
20.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
21.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
22.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
23.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
24.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
25.	No tengo días malos.	1	2	3	4
26.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
27.	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
28.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
29.	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
30.	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	1	2	3	4

Gracias por completar el cuestionario.

Inventario SISCO del estrés académico

(Arturo Barraza Macías)

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la interpretación de los resultados.

1. Durante el transcurso de tu preparación ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Sí
 No

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:**

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1. La competencia con los compañeros del grupo					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y el carácter del profesor					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6. No entender los temas que se abordan en la clase					
7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
8. Tiempo limitado para hacer el trabajo					

4. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.**

Reacciones físicas					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					

2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3. Dolores de cabeza o migrañas					
4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
2. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
3. Ansiedad, angustia o desesperación.					
4. Problemas de concentración					
5. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
2. Aislamiento de los demás					
3. Desgano para realizar las labores escolares					
4. Aumento o reducción del consumo de alimentos					

5. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.**

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
3. Elogios a sí mismo					
4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5. Búsqueda de información sobre la situación					
6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					

Gracias por completar el cuestionario.

Anexo 4: Base de datos

BD_Jenny Mamani.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	EDD	Numérico	8	2	EDAD	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
2	SEX	Numérico	8	2	SEXO	{1,00, Masc...	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
3	D1IE	Numérico	8	2	INTRAPERSE...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
4	D2IE	Numérico	8	2	INTERPERSE...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
5	D3IE	Numérico	8	2	ADAPTABILIDAD	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
6	D4IE	Numérico	8	2	MANEJO DEL ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
7	D5IE	Numérico	8	2	ESTADO DE Á...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
8	IE	Numérico	8	2	INTELIGENCIA ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
9	D1EA	Numérico	8	2	ESTRESORES	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
10	D2EA	Numérico	8	2	R. FISICAS	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
11	D3EA	Numérico	8	2	R. PSICOLOGI...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
12	D4EA	Numérico	8	2	R.COMPORTA...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
13	D5EA	Numérico	8	2	E.AFRONTAMI...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
14	EA	Numérico	8	2	ESTRÉS ACA...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
15	D1intemo	Numérico	5	0	INTRAPERSE...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
16	D2intemo	Numérico	5	0	INTERPERSE...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
17	D3intemo	Numérico	5	0	ADAPTABILIDAD	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
18	D4intemo	Numérico	5	0	MANEJO DEL ...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
19	D5intemo	Numérico	5	0	ESTADO DE Á...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
20	intemo	Numérico	5	0	INTELIGENCIA ...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
21	D1estaca	Numérico	5	0	ESTRESORES	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
22	D2estaca	Numérico	5	0	R. FISICAS	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
23	D3estaca	Numérico	5	0	R. PSICOLOGI...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
24	D4estaca	Numérico	5	0	R.COMPORTA...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
25	D5estaca	Numérico	5	0	ESTRÉS ACA...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

BD_Jenny Mamani.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	EDD	Numérico	8	2	EDAD	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
2	SEX	Numérico	8	2	SEXO	{1,00, Masc...	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
3	D1IE	Numérico	8	2	INTRAPERSE...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
4	D2IE	Numérico	8	2	INTERPERSE...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
5	D3IE	Numérico	8	2	ADAPTABILIDAD	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
6	D4IE	Numérico	8	2	MANEJO DEL ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
7	D5IE	Numérico	8	2	ESTADO DE Á...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
8	IE	Numérico	8	2	INTELIGENCIA ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
9	D1EA	Numérico	8	2	ESTRESORES	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
10	D2EA	Numérico	8	2	R. FISICAS	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
11	D3EA	Numérico	8	2	R. PSICOLOGI...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
12	D4EA	Numérico	8	2	R.COMPORTA...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
13	D5EA	Numérico	8	2	E.AFRONTAMI...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
14	EA	Numérico	8	2	ESTRÉS ACA...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
15	D1intemo	Numérico	5	0	INTRAPERSE...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
16	D2intemo	Numérico	5	0	INTERPERSE...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
17	D3intemo	Numérico	5	0	ADAPTABILIDAD	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
18	D4intemo	Numérico	5	0	MANEJO DEL ...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
19	D5intemo	Numérico	5	0	ESTADO DE Á...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
20	intemo	Numérico	5	0	INTELIGENCIA ...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
21	D1estaca	Numérico	5	0	ESTRESORES	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
22	D2estaca	Numérico	5	0	R. FISICAS	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
23	D3estaca	Numérico	5	0	R. PSICOLOGI...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
24	D4estaca	Numérico	5	0	R.COMPORTA...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada
25	D5estaca	Numérico	5	0	ESTRÉS ACA...	{1, Bajo}...	Ninguno	10	Derecha	Ordinal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

Anexo 5: Informe de Turnitin al 28% de similitud

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA PREUNIVERSITARIA BRYCE, AREQUIPA, 2021

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%

INDICE DE SIMILITUD

18%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

9%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

5%

2

repositorio.autonmadeica.edu.pe

Fuente de Internet

4%

3

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

2%

4

200.37.102.150

Fuente de Internet

1%

5

repositorio.usil.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

repositorio.upeu.edu.pe

Fuente de Internet

1%

7

repositorio.autonoma.edu.pe

Fuente de Internet

1%

8

www.scribd.com

Fuente de Internet

1%