



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
ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA
INSTITUCIÓN PRIVADA DE JULIACA CERCADO – 2024**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

**CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO.**

PRESENTADO POR:

QUISPE SANCHEZ ELVIS JAVIER

CÓDIGO ORCID: N° 0009 0002 7910 0014

QUISPE SUCASACA DELMA ASUNCION

CÓDIGO ORCID: N° 0009-0009-8713-0214

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

ASESOR

Dr. APARCANA HERNÁNDEZ José Carlos

Código Orcid: N° 0000-0001-7398-6817

CHINCHA - PERÚ

2025

Constancia de aprobación



CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

MG. JOSÉ YOMIL PEREZ GOMEZ

Decano (e) de la Facultad de Ciencias de la Salud

Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarlo e informar que **QUISPE SANCHEZ ELVIS JAVIER** y **QUISPE SUCASACA DELMA ASUNCION** estudiantes de la Facultad de ciencias de la Salud, del programa Académico de Psicología, han cumplido con elaborar su:

PLAN DE TESIS

TESIS

TITULADO: "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PRIVADA DE JULIACA CERCADO – 2024"

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento correspondiente, remito la presente constancia adjuntando mi firma en señal de conformidad.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,

Ica 25/03/2025

Dr APARCANA HERNANDEZ José Carlos

DNI: 21553760

CODIGO ORCID: 0000-0001-7398-6817

Declaratoria de autenticidad

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN



Yo, **Quispe Sanchez Elvis Javier**, identificado(a) con DNI N° 70116260 y **Quispe Sucasaca Delma Asuncion**, identificado(a) con DNI N° 72838413 en nuestra condición de Bachiller del programa de estudios de psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: **"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PRIVADA DE JULIACA CERCADO – 2024"**, declaramos bajo juramento que:

- La investigación realizada es de mi autoría
- La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas.
- Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el (la) investigador(a), no han incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

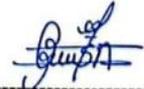
7%

Autorizamos a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Juliaca, 27 de marzo de 2025


Quispe Sanchez Elvis Javier
DNI N.º 70116260




Quispe Sucasaca Delma Asuncion
DNI N.º 72838413







CERTIFICACIÓN A LA VUELTA →



CERTIFICO: Que las firmas que anteceden
corresponden a: Elvis Javier Quise
Sanchez Olivia Asunción
Quise Serrasaca
Identificados con: C.N.P. 70.116.260
C.N.I. 32837413
Se legalizan las firmas mas no el contenido.
Julaca, 27 MAR 2025




Rene Rodolfo Rodriguez Zea
NOTARIO DE SAN ROMÁN - JULIACA
C.N.P. 31
C.A.P. 1378





NOTARIA
RODRIGUEZ ZEA RENE RODOLFO
SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA



INFORMACIÓN PERSONAL

DNI 70116260
Primer Apellido QUISPE
Segundo Apellido SANCHEZ
Nombres ELVIS JAVIER

CORRESPONDE

La primera impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado. La segunda impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado.

QUISPE SANCHEZ, ELVIS JAVIER
DNI 70116260



INFORMACIÓN DE CONSULTA DACTILAR

Operador: 70490292 - Margoth Noemi Mamani Zambrano
Fecha de Transacción: 27-03-2025 10:26:16
Entidad: 10024231572 - RODRIGUEZ ZEA RENE RODOLFO

VERIFICACIÓN DE CONSULTA

Puede verificar la información en línea en:
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica/verificacion.do>
Número de Consulta: 0112542544





**NOTARIA
RODRIGUEZ ZEA RENEE RODOLFO
SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA**



INFORMACIÓN PERSONAL

DNI 72838413
Primer Apellido QUISPE
Segundo Apellido SUCASACA
Nombres DELMA ASUNCION

CORRESPONDE

La primera impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado. La segunda impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado.



**QUISPE SUCASACA, DELMA ASUNCION
DNI 72838413**

**INFORMACIÓN DE CONSULTA
DACTILAR**

Operador: 70490292 - Margoth
Noemi Mamani Zambrano
Fecha de Transacción: 27-03-2025
10:26:58
Entidad: 10024231572 -
RODRIGUEZ ZEA RENEE
RODOLFO

VERIFICACIÓN DE CONSULTA

Puede verificar la información en línea en:
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica3/verificacion.do>
Número de Consulta: 0112542585



Dedicatoria

A mis padres, Richet y Vilma, por su amor, esfuerzo y apoyo incondicional, que me han guiado en cada paso de mi formación profesional. A mi hermana Milagros, por su compañía e inspiración diaria, siendo mi mayor motivación para seguir adelante.

Delma

A mis queridos padres Flavio y Lucila, mis hermanos Klinton y David por su esfuerzo, sacrificio, dedicación, paciencia, el mejor apoyo emocional e incondicional me permitieron culminar mi meta durante mi formación profesional.

Javier

Agradecimiento

A Dios por guiarme y darme la fortaleza para alcanzar esta meta, bendiciéndome con salud y el apoyo de mi familia.

A la Universidad Autónoma de Ica, por ofrecerme el espacio y los recursos necesarios para mi formación profesional. Al Dr. José Carlos Aparcana Hernández, asesor de tesis, por su invaluable guía, conocimientos compartidos y motivación constante, fundamentales para la culminación de este trabajo de investigación.

A los estudiantes de la Institución Educativa participante cuya participación voluntaria hizo posible el desarrollo de esta investigación y el análisis de los datos recopilados.

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024. En cuanto a la metodología corresponde al enfoque cuantitativo, de tipo básica, nivel correlacional, diseño no experimental y correlacional. Se trabajó con una muestra censal de 195 estudiantes de entre 14 y 17 años, pertenecientes a una institución privada de Juliaca cercado – 2024; como técnica se utilizó la encuesta y los instrumentos Inventario BarOn Ice y escala de estrés académico EEA – SC18. Las métricas resultantes refieren que, en la variable inteligencia emocional la mayoría de encuestados se ubica en el nivel deficiente con 41,54%, asimismo, en cuanto al estrés se ubican la mayoría en el nivel promedio con 51,28%. Las métricas resultantes inferenciales muestran un valor de significancia Sig.= 0,000 por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la nula, en cuanto al coeficiente de correlación de Rho Spearman de 0,618, mostró una relación inversa moderada. Se concluye que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años de una institución privada de Juliaca, Cercado, en el año 2024.

Palabras claves: adaptación, estrés académico, inteligencia emocional, afectividad.

Abstract

The present research aimed to determine the relationship between emotional intelligence and academic stress in students aged 14 to 17 at a private institution in Juliaca, Cercado – 2024. Regarding the methodology, it corresponds to a quantitative approach, basic type, correlational level, and non-experimental, correlational design. A census sample of 195 students aged 14 to 17 from a private institution in Juliaca, Cercado – 2024, was used. The survey was employed as the data collection technique, using the BarOn ICE Inventory and the Academic Stress Scale (EEA – SC18) as instruments. The results indicate that, in the emotional intelligence variable, the majority of respondents are at the deficient level with 41.54%. Similarly, regarding academic stress, most are at the average level with 51.28%. The inferential results show a significance value of $\text{Sig.} = 0.000$, thus accepting the alternative hypothesis and rejecting the null hypothesis. Regarding the Spearman's Rho correlation coefficient of 0.618, it showed a moderate inverse relationship. It is concluded that there is a significant relationship between emotional intelligence and academic stress in students aged 14 to 17 at a private institution in Juliaca, Cercado, in the year 2024.

Keywords: adaptation, academic stress, emotional intelligence, affectivity.

Índice general

Portada	i
Constancia de aprobación	ii
Declaratoria de autenticidad	iii
Dedicatoria	vii
Agradecimiento	viii
Resumen	ix
Abstract	X
Índice general	xi
Índice de tablas	Xiv
Índice de figuras	Xvii
I. INTRODUCCIÓN	18
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	20
2.1. Descripción del Problema	20
2.2. Pregunta de Investigación General	23
2.3. Preguntas de Investigación Específicas	23
2.4. Objetivo general y específicos	24
2.5. Justificación e importancia	25
2.6. Alcance y limitaciones	28
III. MARCO TEÓRICO	30
3.1. Antecedentes	30
3.2. Bases teóricas	35
3.3. Marco conceptual	56
IV. METODOLOGÍA	60
4.1. Tipo y nivel de Investigación	60
4.2. Diseño de la Investigación	60

4.3.	Hipótesis general y específicas	62
4.4.	Identificación de las variables	63
4.5.	Matriz de operacionalización de variables	65
4.6.	Población – Muestra	67
4.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de información	69
4.8.	Técnica de análisis y procesamiento de datos	75
V.	RESULTADOS	76
5.1	Presentación de resultados – descriptivos	76
5.2	Presentación de resultados – tablas cruzadas	87
VI.	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	103
6.1.	Análisis resultados – prueba de hipótesis	103
VII.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS	112
7.1.	Análisis resultados – prueba de hipótesis	112
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	120
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	125
	ANEXOS	133
	Anexo 1: Matriz de consistencia	133
	Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	137
	Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición	141
	Anexo 4: Autorización para el uso de instrumentos	153
	Anexo 5: Oficio y carta de presentación	154
	Anexo 6: Solicitud de aplicación de investigación	156
	Anexo 7: Consentimiento y asentimiento informado	157
	Anexo 8: Constancia de aplicación de investigación	160
	Anexo 8: Análisis de confiabilidad Base de datos	161
	Anexo 9: Informe de Turnitin 7% de similitud	179

Índice de tablas

Tabla 1	Operacionalización de la variable inteligencia emocional	65
Tabla 2	Operacionalización de la variable estrés académico	66
Tabla 3	Ficha técnica del instrumento para medir inteligencia emocional	70
Tabla 4	Ficha técnica del instrumento para medir estrés académico	73
Tabla 5	Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	76
Tabla 6	Niveles de inteligencia intrapersonal en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	77
Tabla 7	Niveles de inteligencia interpersonal en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	78
Tabla 8	Niveles de adaptabilidad en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	79
Tabla 9	Niveles de manejo de estrés en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	80
Tabla 10	Niveles de estado de ánimo en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	81
Tabla 11	Niveles de estrés académico en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	82
Tabla 12	Niveles de estímulos estresores en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	84
Tabla 13	Niveles de reacciones al estímulo en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	85
Tabla 14	Tabla cruzada entre niveles de inteligencia emocional y estrés académico	87
Tabla 15	Tabla cruzada entre niveles de inteligencia emocional y dimensión estímulos estresores	89
Tabla 16	Tabla cruzada entre niveles de inteligencia emocional y dimensión reacciones al estímulo	91

Tabla 17	Tabla cruzada entre niveles de inteligencia intrapersonal y estrés académico	93
Tabla 18	Tabla cruzada entre niveles de inteligencia interpersonal y estrés académico	95
Tabla 19	Tabla cruzada entre niveles de adaptabilidad y estrés académico	97
Tabla 20	Tabla cruzada entre niveles de manejo de estrés y estrés académico	99
Tabla 21	Tabla cruzada entre niveles de estado de ánimo y estrés académico	101
Tabla 22	Prueba de normalidad SK	103
Tabla 23	Nivel de relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024	104
Tabla 24	Nivel de relación entre inteligencia emocional y estímulos estresores en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024	105
Tabla 25	Nivel de relación entre inteligencia emocional y reacciones al estímulo en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024	106
Tabla 26	Nivel de relación entre la dimensión intrapersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024	107
Tabla 27	Nivel de relación entre la dimensión interpersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024	108
Tabla 28	Nivel de relación entre la dimensión adaptabilidad y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024	109

Tabla 29	Nivel de relación entre la dimensión manejo de estrés y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024	110
Tabla 30	Nivel de relación entre la dimensión estado de ánimo y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024	111

Índice de Figuras

Figura 1	Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	76
Figura 2	Niveles de inteligencia intrapersonal en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	78
Figura 3	Niveles de inteligencia interpersonal en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	79
Figura 4	Niveles de adaptabilidad en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	80
Figura 5	Niveles de manejo de estrés en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	81
Figura 6	Niveles de estado de ánimo en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	82
Figura 7	Niveles de estrés académico en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	83
Figura 8	Niveles de estímulos estresores en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	84
Figura 9	Niveles de reacciones al estímulo en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado	85
Figura 10	Inteligencia emocional vs estrés académico	88
Figura 11	Inteligencia emocional vs dimensión estímulos estresores	90
Figura 12	Inteligencia emocional vs dimensión reacciones al estímulo	92
Figura 13	Inteligencia intrapersonal vs estrés académico	94
Figura 14	Inteligencia interpersonal vs estrés académico	96
Figura 15	Adaptabilidad vs estrés académico	98
Figura 16	Manejo de estrés vs estrés académico	10
Figura 17	Estado de ánimo vs estrés académico	102

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), refiere las demandas académicas son cada vez más exigentes, está marcado por una creciente competitividad y ritmo acelerado que exige a los estudiantes un rendimiento constante y elevado. Estas exigencias generan en muchos de ellos una condición conocida como estrés, un problema que no solo afecta su desempeño educativo si no también su bienestar emocional y físico ya que los discentes se enfrentan a constantes desafíos que trascienden las aulas. El buen rendimiento académico ya no depende únicamente del rendimiento educativo, sino además de las habilidades o destrezas a nivel emocional, que permiten gestionar el estrés, la presión y la carga mental.

Por eso es preciso señalar que las destrezas a nivel emocional han adquirido una relevancia crucial en la actualidad, ya que, al ser implementada desde la infancia, favorece el desenvolvimiento de las destrezas a nivel afectivo que contribuyen a una más alta satisfacción tanto a nivel individual como social. Dado que la finalidad de la instrucción formalizada es premunirlos de los recursos necesarios para el afrontamiento de los desafíos del ciclo vital, la escuela tiene la responsabilidad social de fomentar las capacidades necesarias para que cada individuo sea capaz de realizar una contestación al requerimiento de su ambiente. En este sentido, las ideas sobre la inteligencia desempeñan un papel fundamental, ya que se asocian con el éxito en el desempeño de diversas áreas de la vida (Bello et ál., 2010).

Así mismo, la OMS (2023) las situaciones de estrés son susceptible de gatillar una serie de sintomatología en salubridad psíquica, tanto en trastornos de ansiedad, así como los de humor, tal como la depresión, como la ansiedad o la depresión. Las dificultades de salubridad mental pueden originarse por la exposición prolongada al estrés, especialmente

cuando este empieza a impactar nuestra vida diaria y rendimiento académico.

La investigación se ordenó conforme la estructura empleada por la Universidad Autónoma de Ica, con los siguientes capítulos:

En el capítulo I. Se ofrece una introducción, proporcionando una visión general a la investigación. En el capítulo II. Aborda el planteamiento del problema de investigación, incluyendo la presentación del problema, la formulación de la pregunta general y las específicas, la definición de los objetivos, finalmente, la justificación, importancia del estudio, alcances y limitaciones.

Mientras que el capítulo III. Titulado Marco Teórico, se detallan de forma metódica los antecedentes del estudio, junto con las bases teóricas y el marco conceptual. En el capítulo IV. Se centra en la metodología, describiendo el tipo, nivel y diseño de la investigación. También se incluye la hipótesis general y específicas, la identificación de variables, la matriz de operacionalización de variables, así como la población, la muestra, los métodos de recolección de datos, y las técnicas para su procesamiento.

Capítulo V. Se muestran Las métricas resultantes obtenidos, ofreciendo una visión clara y comprensible de los datos recopilados. En el capítulo VI. Análisis de resultados; que incluye el análisis inferencial de la investigación y la prueba de normalidad, mientras que en el capítulo VII. se aborda la discusión de Las métricas resultantes obtenidos.

Finalmente, las conclusiones y recomendaciones. También se incluyen las referencias bibliográficas utilizadas a lo largo del trabajo y los anexos correspondientes.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del Problema

La inteligencia emocional en discentes es clave para su bienestar académico, toda vez que les facilita reconocer y manejar sus emociones frente a la presión escolar. Según Dueñas (2002) la destreza socioemocional ha captado un gran interés a nivel global en los campos organizacional, educativo y social, lo que ha llevado a que se considere una prioridad dentro del ámbito educativo. Muchos psicólogos destacan la relevancia de dominar habilidades vinculadas a la destreza socioemocional para impulsar el desenvolvimiento a nivel afectivo y evolutivo de los discentes. Sin embargo, la falta de un adecuado control y regulación emocional en los adolescentes plantea un desafío importante, ya que es posible impactar de manera perjudicial su satisfacción, así como su desempeño educativo.

Las puntuaciones globales de inteligencia emocional han caído durante cuatro años seguidos. Entre 2019 y 2023, la puntuación promedio a nivel mundial disminuyó un 5,54%, y también se observó una reducción en cada una de las competencias individuales. Este fenómeno ha llevado al mundo a experimentar lo que se denomina una “recesión emocional”, marcada por un bajo nivel de bienestar y un nivel alto de agotamiento. Además, los índices de bienestar han decrecido en los últimos cinco años, registrando una caída del 5,3% (Freedman et ál., 2024). Por otro lado, se analiza la carga académica que enfrentan los estudiantes en el colegio, destacando que no disponen de tiempo suficiente para realizar tareas y estudiar adecuadamente. La acumulación de trabajos a lo largo de los trimestres resulta abrumadora para ellos, lo que afecta su motivación. Además, las altas expectativas y exigencias por parte de los padres, familiares y profesores generan en los estudiantes temor a no obtener buenas calificaciones, no estar entre los mejores y no cumplir con lo que se

espera de ellos. Esto, en muchos casos, conduce a que pocos afronten estas preocupaciones, lo que dentro de un plazo planificado se torna en una especie de estrés respecto de las actividades educativas Nakeeb et ál. (2002), tal como se hizo referencia en Barraza (2008).

A nivel latinoamericano, en un estudio realizado en México, se observó que aproximadamente el 60% de los discentes de secundaria presentan un bajo rango de destrezas a nivel de regulación emocional, lo que se traduce en deficiencias en su inteligencia emocional. Esta falta de habilidades emocionales adecuadas contribuye a una subida alarmante en el aspecto de nivel de estrés experimentado, así como de ansiedad en el contexto académico (Ortiz, 2023). Estas investigaciones muestran que los estudiantes que ostentan rangos disminuidos de destrezas a nivel socioafectivo para poder gestionar de manera idónea los rangos de estrés, así como las contingencias que ejercen presión sobre la persona, lo que perjudica de manera negativa su nivel de rendimiento en el ámbito educativo, así como el nivel de satisfacción logrado. Además, estos jóvenes suelen tener dificultades o situaciones desafiantes en sus relaciones con los demás, lo que empeora su estado emocional y contribuye a un ciclo de estrés y bajo rendimiento en la escuela (Hernández y Ramírez, 2019).

Sin embargo, en el contexto nacional es relevante mencionar que el Ministerio de salud (MINSA, 2020) señalan que en Perú el 29.6% de los adolescentes entre los 12 y 17 años está en riesgo de desarrollar dificultades o situaciones desafiantes relacionados con los niveles de salubridad a nivel psíquico, así como afectivo. Las presiones académicas, los cambios sociales y personales, y el entorno familiar pueden ser factores que contribuyen al riesgo de padecer dificultades o situaciones desafiantes emocionales.

El Ministerio de educación (MINEDU, 2024) consignan que el estrés académico surge debido a las demandas educativas. Entre las causas

comunes están la carga excesiva de tareas, la autoexigencia, las expectativas de los padres respecto a las calificaciones, la presión de los docentes, los cambios propios de la adolescencia y la falta de habilidades socioemocionales para gestionar el estrés. Además, otros factores como dificultades o situaciones desafiantes de salud, dificultades familiares, la distancia a la escuela, los horarios, la alimentación y alteraciones en la rutina, el sueño o las responsabilidades también pueden influir.

En una encuesta que realizó el Instituto nacional de estadística e informática (INEI, 2023) dio como resultado que el 32.3% de los jóvenes de 15 a 29 años ha enfrentado algunas morbilidades dentro de su estado mental o afectivo, destacando que los sujetos femeninos de menor edad tienen una mayor incidencia a este respecto, con un 30.2%, en contraste con los sujetos masculinos, que presentan un porcentaje del 22.9%.

La institución educativa privada en cuestión, ha creado un ambiente que, aunque busca fomentar la excelencia académica, ha generado desbalances emocionales en sus estudiantes especialmente desde los 14 a 17 años. Estos estudiantes enfrentan un alto rango o presión sobre estrés académico, impulsado por la presión de ingresar a la universidad y la exigencia constante en áreas como matemáticas, que incluye la participación en competencias y exámenes rigurosos. Esta intensa presión no solo impacta su rendimiento académico, sino que también limita el desenvolvimiento de sus destrezas socioafectivas o las vinculadas con el afecto, obstruyendo un mayor margen de estabilidad respecto de las mociones afectivas y la formación de pautas de relacionamiento entre personas que sean más adaptativas para su satisfacción. Como consecuencia, se evidencia un aumento en la ansiedad, la fatiga y el aislamiento social, perennizando un ciclo desadaptativo en el que el estrés afecta su rango de satisfacción vital o de manejo de los estados afectivos y a su vez, su capacidad para afrontar las exigencias del entorno escolar. Así, la falta de habilidades emocionales adecuadas puede ser susceptible

de tornarse una contingencia que agrava el estrés académico, dificultando el éxito personal y académico de los discentes.

Adicionalmente, la intensa carga académica que enfrentan estos estudiantes limita su tiempo y disposición para buscar ayuda, lo que podría aliviar su estrés. Muchos de ellos dedican tantas horas al estudio, convencidos de que el esfuerzo constante es la clave del éxito, que descuidan áreas que resultan de mucha saliencia para la vida diaria, como el autocuidado y las pautas para relacionarse de manera adaptativa con el grupo de referencia. Algunos evitan aceptar apoyo de sus compañeros o profesores, ya sea por temor a mostrar debilidad o por la creencia de que deben afrontar todo por sí mismos. Este enfoque en el estudio excesivo no solo les genera agotamiento físico y mental, sino que también les impide desarrollar una visión más equilibrada sobre el aprendizaje, donde la colaboración y la gestión emocional juegan un papel crucial. Así, su percepción de que estudiar sin descanso es la mejor opción termina por intensificar su estrés y limitar su crecimiento personal.

2.2. Pregunta de Investigación General

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?

2.3. Preguntas de Investigación Específicas

- ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y estímulos estresores en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?
- ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y reacciones al estímulo en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión intrapersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión interpersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión adaptabilidad y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión manejo de estrés y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión estado de ánimo y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?

2.4. Objetivo general y específicos

Objetivo General

Determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

Objetivos Específicos

- Determinar la relación entre inteligencia emocional y estímulos estresores en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Determinar la relación entre inteligencia emocional y reacciones al estímulo en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

- Determinar la relación entre la dimensión intrapersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Determinar la relación entre la dimensión interpersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Determinar la relación entre la dimensión adaptabilidad y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Determinar la relación entre la dimensión manejo de estrés y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Determinar la relación entre la dimensión estado de ánimo y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

2.5. Justificación e importancia

Justificación teórica

El estudio estuvo respaldado por un modelado del constructo de inteligencia socioemocional de Bar-On diseñado para evaluar y conceptualizar diferentes aspectos de la inteligencia emocional. Según este enfoque, de las destrezas socioafectivas incluye un grupo de competencias y habilidades que nos permiten comprendernos, expresarnos y relacionarnos con los demás de manera eficaz, además de afrontar las demandas cotidianas. Este modelo destaca la importancia del autoconocimiento, la identificación correcta de las mocióes afectivas, así como su regulación por parte del sujeto, así como la potencialidad de establecer relaciones interpersonales satisfactorias. En esencia, un sujeto con altas capacidades para la estabilización de estados afectivos, normalmente, puede direccionar sus estados afectivos en aras de su

desenvolvimiento personal para el cambio adaptativo, así como para entablar relaciones adecuadas con su grupo de referencia o comunidad (Baron, 2006).

Justificación practica

A nivel práctico, esta investigación servirá como una herramienta de apoyo e intervención preventiva para la plana directiva, el cuerpo docente, las familias y los estudiantes. Ayudará a implementar políticas de intervención que involucren a padres, alumnos y la comunidad educativa, creando un entorno de apoyo que aborde de manera integral tanto el estrés académico como el desarrollo de la inteligencia emocional. Además, Las métricas resultantes obtenidos serán útiles para futuras investigaciones y contribuirán al desarrollo de estrategias que mejoren el bienestar de los estudiantes, promoviendo un ambiente escolar más saludable y equilibrado.

Justificación metodológica

La justificación metodológica de este estudio se enmarca dentro de la investigación científica, utilizando un enfoque cuantitativo y dentro del alcance correlacional. La investigación es de tipo básica, descriptiva y no experimental, permitiendo el diagnóstico de las variables y el análisis de la relación entre ellas, sin manipulación de las mismas. Se emplearon instrumentos psicológicos validados y confiables, lo que permitirá el análisis de los datos y, a su vez, abrirá la posibilidad de profundizar en futuras investigaciones.

Importancia

El presente estudio es prevalente debido a que aborda la vinculación entre la capacidad de gestión emocional y el nivel de presión respecto de las actividades académicas en un contexto educativo caracterizado por

crecientes demandas académicas. Comprender cómo las habilidades emocionales influyen en la gestión del estrés es fundamental, ya que ambas variables afectan directamente el bienestar psicológico y el rango de desempeño con respecto a las actividades académicas. En cuanto a su relevancia, esta investigación es esencial para abordar un fenómeno que afecta a numerosos estudiantes en la actualidad. Su relevancia radica en su capacidad para identificar cómo la capacidad de gestión emocional actúa como una contingencia que protege contra los efectos nocivos del nivel de presión respecto de las actividades académicas, lo que permitirá proponer intervenciones que fortalezcan las competencias socioemocionales y reduzcan el impacto negativo del estrés en el ámbito educativo.

Por otro lado, esta investigación tiene el potencial de generar un impacto social significativo, ya que la optimización de la capacidad de gestión emocional de los estudiantes contribuye a su bienestar integral, favoreciendo no solo su desarrollo académico, sino también su adaptación en otros contextos de la vida. Al promover entornos educativos más saludables y resilientes, se espera mejorar o influir de manera favorable dentro de la formación y entrenamiento de sujetos capaces de estabilizar sus estados afectivos, capaces de enfrentar los desafíos de manera constructiva y contribuir al desarrollo de comunidades más sanas y cohesionadas.

De otro lado, se no se puede perder de vista su importante contribución a la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU (2015). En particular, el ODS 3 (Salud y Bienestar) se enfoca en promover la salud mental, y en este caso, la investigación tiene como objetivo apoyar la salud mental de los estudiantes adolescentes durante su proceso de aprendizaje y adaptación a lo largo del tiempo.

2.6. Alcance y limitaciones

Alcances. En el marco de los alcances del estudio, se consideraron los siguientes aspectos:

Alcance metodológico: El presente estudio se desarrolló desde el nivel correlacional, lo que permitió establecer la relación entre las variables analizadas

Alcance social: Los participantes de esta investigación fueron los estudiantes de una institución privada.

Alcance espacial o geográfica: El estudio se realizó en una institución privada de Juliaca cercado.

Alcance temporal: La investigación se realizó entre el año 2024 - 2025.

Limitaciones

Entre las limitaciones encontradas durante el desarrollo de la investigación, se incluyen las siguientes:

- Los pocos antecedentes actuales de investigación que existen sobre la relación entre ambas variables implicaron que la búsqueda de información acarree un gasto temporal mayor.
- La coordinación para la aplicación de los instrumentos en el colegio se vio dificultada por la incompatibilidad entre los horarios laborales de la investigadora y los disponibles en el centro educativo. Además, de coincidir la fecha de aplicación de instrumentos con otras actividades ya programadas por el colegio, implicó la demora de esta investigación, ya que se postergó para una semana después de la fecha solicitada, por lo que se tuvo que avanzar con la aplicación de

los instrumentos en un tiempo más reducido a fin de llegar a la aplicación a la muestra total.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales

Valenzuela (2022) en su investigación tiene como objetivo vincular los niveles de inteligencia a nivel emocional y el acoso escolar en discentes del nivel secundario de una entidad de educación, metodología basada en la observación, asimismo, de enfoque cuantitativo, corte transaccional. Se considero a 141 estudiantes de 14 a 17 como muestra. Se aplico los cuestionarios TMMS-24 e Insebull, adaptados para población colombiana, Las métricas resultantes obtenidos, se observa una alta percepción de acoso escolar entre el estudiantado, con un 81 % (n =77) indicando que sienten maltrato en su entorno educativo, en relación con la inteligencia emocional, el 50% (n=71) muestra un nivel bajo en claridad sentimental, lo que sugiere que muchos estudiantes tienen dificultad para gestionar sus emociones. Concluyendo que el alumnado puede presentar altos rangos de inteligencia de tipo emocional esto no les protege del acoso escolar.

Lasso (2022) en su estudio, cuyo propósito fue identificar los niveles de inteligencia de tipo emocional de los aprendientes de nivel secundario y su sistema de creencias en el aprendizaje del área de matemáticas. Se adoptó una metodología bajo un paradigma cuantitativo y diseño sin manipulación de las variables. La muestra estuvo compuesta por 157 alumnos. En el primer aspecto analizado, el 52 % de los estudiantes se considera capaz de experimentar y expresar sus emociones de manera apropiada. El 58 % del alumnado opina que las matemáticas son entretenidas y el 42 % las encuentra aburridas. De otro lado, el 60 % percibe que las matemáticas son difíciles de aprender, mientras que el 40 % las considera fáciles de comprender. En conclusión, en cuanto a la

inteligencia emocional, el 48 % de los estudiantes requieren optimizar su atención emocional y un 50 % debe trabajar en su claridad emocional.

Ruiz y Berrios (2023) llevaron a cabo un estudio cuya finalidad recayó sobre la realización de una revisión del conocimiento reciente sobre la conexión entre la capacidad de gestión emocional y el bienestar en adolescentes. Con un enfoque cuantitativo y un diseño basada en la observación no experimental, se recopiló un total de 299 referencias, seleccionándose 47 estudios que cumplieran con los criterios de inclusión. Entre estos, 39 seguían un diseño transversal, cinco eran estudios longitudinales y tres cuasiexperimentales. Como conclusión, los investigadores destacaron que los beneficios de la inteligencia de tipo emocional para el nivel de satisfacción y otros aspectos de la vida están ampliamente respaldados por las pruebas empíricas. De esta manera, el desafío clave en el contexto educativo es trasladar o extrapolar los hallazgos a los entornos reales donde se lleve a cabo los aprendizajes.

Silva (2022) tuvo como propósito establecer si entre la capacidad de gestión emocional es una contingencia que permite explicar de las metas en una población de adolescentes. Se empleó un diseño sin manipulación de variables, transversal y de alcance descriptivo, con un enfoque cuantitativo. La muestra estuvo compuesta por 670 jóvenes de México, seleccionados mediante una técnica no probabilística, pertenecientes al nivel medio superior y con edades entre 15 y 17 años. Del total de participantes, el 58.1 % fueron mujeres y el 41.9 % varones. En cuanto a la escolaridad, el 1 % estaba en el primer semestre, el 51.1 % en el segundo, el 45.8 % en el cuarto y el 3.9 % en el sexto semestre. De estos, el 63.7 % asistía en el turno de la mañana y el 16.3 % en el turno de la tarde. Se concluyó que las estrategias diseñadas para mejorar la inteligencia emocional en esta población contribuirán al establecimiento y desarrollo de un proyecto de vida adecuado.

Gallo (2023) tuvo como objetivo contrastar las destrezas emocionales y la adaptación de los estudiantes al entorno, así como el conocimiento institucional, en el denominado proyecto Selección de Ecuador. La metodología fue observacional, de corte transversal, con un enfoque cuantitativo y alcance descriptivo, utilizando la comparación. La muestra consistió en 85 adolescentes de entre 12 y 18 años, a quienes se les aplicó el cuestionario de inteligencia emocional de Bar-On, el Inventario de Conducta Adaptativa y una ficha para el recojo de datos demográficos y sociales. Las métricas resultantes mostraron que el 50.9 % de los adolescentes en acogimiento institucional presentaron desafíos en su comportamiento. Se concluyó que no hay presencia de una relación alta y significativa entre las variables estudiadas y que los grupos presentan propiedades similares. Sin embargo, en cuanto a la adaptación e inteligencia emocional, se observaron algunas diferencias.

Antecedentes nacionales

Salazar (2022) se planteó como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y la autopercepción en adolescentes de una institución educativa de Lima Norte. La investigación utilizó una metodología cuantitativa con un enfoque relacional y de alcance descriptivo, bajo un diseño transversal sin manipulación de variables. El grupo estuvo compuesto por 150 jóvenes, escogidos a través de un muestreo no aleatorio. Se empleó el examen de comparación de suposiciones con la prueba matemática no paramétrica de ji cuadrado. Las mediciones obtenidas señalaron una vinculación relevante entre el intelecto emocional y la autopercepción en los adolescentes, concluyéndose que existen indicadores de correlación entre ambos constructos en esta población.

Kelly (2022) desarrolló un estudio cuyo objetivo fue analizar la relación entre el nivel de estrés académico percibido y la inteligencia

emocional en un grupo de estudiantes de Ayacucho, 2021. La metodología utilizada fue cuantitativa, de enfoque aplicado, con un alcance descriptivo y relacional, y basada en un diseño no experimental observacional. La muestra estuvo compuesta por 76 estudiantes. Las métricas resultantes descriptivos mostraron que el 84 % de los estudiantes presentaron niveles moderados de estrés académico, y el 57 % un nivel adecuado de inteligencia emocional. Se concluyó que existen indicadores de correlación entre el estrés académico percibido y la inteligencia emocional.

García (2022) se planteó como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes de nivel secundario en Ventanilla, 2021. La investigación empleó una metodología cuantitativa, con un diseño relacional y sin manipulación de variables. La muestra fue integrada por 260 aprendientes seleccionados mediante un muestreo no probabilístico. Las métricas resultantes indicaron una relación directa entre la inteligencia emocional y la gestión de las emociones y estados afectivos. En cuanto a la inteligencia emocional, el 47.7 % de los estudiantes mostró una tendencia de nivel promedio a alto, mientras que, en cuanto al estrés académico, un porcentaje considerable presentó un nivel moderado. Esto sugiere indicadores suficientes para afirmar una relación entre la inteligencia emocional y el estrés percibido.

Berrios et ál. (2022) se propusieron establecer la vinculación entre la capacidad de gestión emocional y el nivel de presión respecto de las actividades académicas en adolescentes de Huancayo, 2022. Utilizaron una metodología cuantitativa, con un diseño correlacional sin manipulación de variables. La muestra incluyó a 80 participantes, quienes completaron el test de inteligencia emocional de Bar-On y el inventario de estrés académico de Cisco. Las métricas resultantes mostraron que la muestra presentaba un nivel medio de inteligencia emocional, lo que indicaba una moderada habilidad para gestionar los propios estados afectivos y reconocer los de los demás, así como un nivel medio de estrés académico.

El análisis estadístico arrojó un coeficiente de correlación de -0.497, lo que indica una relación inversa y de intensidad media entre los dos constructos estudiados.

Soto (2022) formuló como objetivo central de su investigación analizar cómo la inteligencia emocional impacta el estrés académico en estudiantes de Chiclayo, 2023. Utilizó una metodología cuantitativa, con un diseño correlacional sin manipulación de variables. La muestra estuvo compuesta por 227 estudiantes de nivel secundario, y se emplearon el Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On y el inventario de estrés académico de Cisco, versión 19 de Barraza. Los datos revelaron un nivel medio de la capacidad de gestión emocional y el nivel de presión respecto de las actividades académicas. El análisis diferencial confirmó la hipótesis del investigador, indicando que la inteligencia emocional, es decir, la habilidad para gestionar los propios estados afectivos y reconocer los de los demás, estaba relacionada con el nivel de estrés percibido en el contexto académico.

Antecedentes regionales

Aquije et. ál. (2022) se propusieron establecer la relación entre el nivel de estrés socioemocional y la autoestima en estudiantes de secundaria en una institución educativa de Juliaca. La investigación utilizó una metodología cuantitativa, sin manipulación de variables, y se seleccionaron 87 participantes mediante un muestreo no probabilístico, de los cuales se tomó una muestra de 59. Los hallazgos revelaron que el 55.9 % de los estudiantes tenía una destreza emocional moderada y el 42.4 % mostraba una autoestima entre promedio y moderadamente alta. Se concluyó que existía una relación entre ambos constructos estudiados.

Arévalo et ál. (2022) plantearon como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y la adaptación conductual en estudiantes

de Juliaca. La metodología fue cuantitativa, con un diseño sin manipulación de variables. La muestra consistió en 66 participantes, y se aplicaron el Cuestionario de Cociente Emocional de Bar-On y el Inventario de Adaptación de Conducta. Los principales hallazgos indicaron que el 92.4 % de los estudiantes poseía un nivel adecuado de habilidades sociofuncionales, mientras que el 7.6 % necesitaba desarrollo. Respecto a la adaptación conductual, el 33.33 % de los estudiantes mostró dificultades, el 58 % se posicionó en un nivel normal, y el 15.15 % en un nivel satisfactorio. Se concluyó que existe una relación directa, positiva y de intensidad moderada entre los constructos estudiados.

3.2. Bases teóricas

Variable inteligencia emocional

Definición Inteligencia

El concepto de inteligencia, desde su origen etimológico en el latín "intelligentia," implica la habilidad de "elegir entre" o "escoger" opciones. Este análisis etimológico sugiere que la inteligencia no es solo un conocimiento estático, sino una capacidad activa y reflexiva de tomar decisiones acertadas. En este sentido, la inteligencia se entiende como la facultad de discernir y seleccionar la mejor alternativa frente a un problema, optimizando las opciones disponibles. Así, más allá de acumular conocimientos, la inteligencia es el proceso dinámico de evaluación y decisión que nos permite adaptarnos y enfrentar desafíos de manera efectiva.

Ardila (2011) define la inteligencia como un conjunto de habilidades tanto cognitivas como conductuales que permiten a una persona adaptarse de forma eficaz a su entorno, tanto físico como social. Este enfoque subraya que la inteligencia incluye varias capacidades, como la resolución de problemas, la planificación, el pensamiento abstracto, la comprensión

de ideas complejas y el aprendizaje a partir de la experiencia. A diferencia de conocimientos o habilidades específicos, la inteligencia se considera una habilidad cognitiva general. Las capacidades específicas son componentes de esta habilidad general, lo cual sugiere que la inteligencia no está limitada a una sola área o tipo de conocimiento, sino que abarca múltiples facultades que contribuyen a la adaptación y comprensión del mundo.

Definición inteligencia emocional

Gardner et ál. (2012) proponen que cada persona posee una combinación única de diferentes tipos de inteligencia, lo que implica que la inteligencia no es una habilidad única, sino un conjunto diverso de capacidades que pueden desarrollarse y fortalecerse con práctica y entrenamiento. Este enfoque sugiere que las personas pueden mejorar sus inteligencias en diferentes áreas a través de la práctica continua, expandiendo sus habilidades y competencias.

Por otro lado, Salovey y Mayer (1997) destacan cuatro habilidades esenciales dentro de la inteligencia emocional. Primero, la potencialidad para llevar a cabo la identificación, la exteriorización de estados de ánimo, asimismo, la destreza para gestionar o administrar los estados afectivos afin de ofrecer un respaldop al pensamiento, de otro lado, la comprensión de los estados afectivos, así como el conocimiento sobre los mecanismos de causalidad de estos estados. Esta perspectiva enfatiza que la capacidad de gestión emocional implica tanto el reconocimiento de las emociones como el uso efectivo de estas en la vida cotidiana para lograr un equilibrio emocional y un desarrollo integral.

Estas habilidades son fundamentales para mejorar la colaboración en equipo y fomentar una actitud basada en la empatía y en sentimientos prosociales, lo que contribuye al desarrollo personal. En esencia, la

inteligencia emocional nos ayuda a mantener el equilibrio emocional de manera consciente, controlando impulsos como la ira, la excesiva alegría, el miedo y la tristeza. Esto a su vez promueve una sensación de tranquilidad y estabilidad, lo que hace que nuestras actividades sean más placenteras y productivas.

Por su parte Galvan et. ál. (2024) consignan que la capacidad de gestión emocional o inteligencia de tipo emocional (IE) es un concepto fundamental en la psicología de la salud y la educación, ya que contribuye al crecimiento personal de cada individuo. Esta destreza no solo optimiza la adopción o adherencia a ciertas líneas de actividad, sino que también ayuda a alcanzar un bienestar personal. Además, la IE juega un papel clave en disminuir el estrés emocional en nuestras relaciones con los demás.

Para Parreño y Martínez (2023) la capacidad de gestión emocional se refiere a la destreza de reconocer, valorar y comunicar nuestras emociones, lo cual influye de manera importante en el desarrollo y los logros de los adolescentes, tanto en lo personal como en lo académico. La capacidad de gestión emocional tiene un aspecto social crucial, ya que nos permite relacionarnos y conectar con los demás en nuestra vida cotidiana.

Por su parte Arrabal (2018) define la capacidad de gestión emocional como la capacidad de gestionar conscientemente las emociones teniendo en cuenta la importancia que tienen en todas las decisiones y pasos que damos en nuestra vida, aun si no somos conscientes de lo referido.

Ureña (2023) consignan que las emociones son una parte constante de nuestra vida cotidiana. A lo largo del día, experimentamos una variedad de sentimientos, pero a veces nos cuesta identificarlos o manejarlos adecuadamente, especialmente porque no siempre hemos tenido la oportunidad de profundizar en su comprensión.

Perspectiva histórica

Gardner (1983) propuso que los seres humanos poseen siete tipos distintos de inteligencia: musical auditiva, cinestésica, visual, verbal, y lógico-matemática. Esta clasificación destaca la diversidad de habilidades cognitivas que pueden manifestarse en diferentes contextos y formas de aprendizaje.

El concepto de inteligencia emocional (IE) fue introducido por Salovey (1990), inspirado en la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner. Esta idea se fundamenta en la "ley del efecto" de Thorndike, que, formulada en 1898, establece que las respuestas que producen efectos satisfactorios en un contexto de aprendizaje son más propensas a ser repetidas. Así, el estudio de la IE se desarrolló a partir de los conceptos de inteligencias interpersonales e intrapersonales que Gardner había delineado.

Sin embargo, fue Daniel Goleman quien popularizó el concepto de inteligencia emocional en 1995, especialmente en el ámbito empresarial, a través de su libro que explora cómo la IE puede influir en el éxito y la eficacia en el trabajo. La aparición del concepto de IE surge de la necesidad de comprender por qué algunas personas se adaptan mejor a diversas situaciones en la vida, enfatizando que el manejo de las emociones y la comprensión interpersonal son habilidades cruciales para la adaptación y el éxito personal y social.

De acuerdo a los autores, la IE fue desarrollada por meta habilidades, conocimiento de las propias emociones, capacidad para controlar emociones control de relaciones, reconocimiento de emociones del entorno y la capacidad de automotivarse.

Modelos de inteligencia emocional

Existen varios modelos teóricos que abordan la inteligencia emocional, cada uno ofreciendo una perspectiva única sobre el tema. Aquí te presento algunos de los más destacados:

Modelo de Salovey y Mayer

Salovey y Mayer (1990) en su libro denominado, inteligencia emocional y como se articula en nuestras conductas y mentes. Docente de la universidad de Yale, mientras que Mayer era estudiante de post Doctorado juntos publicaron artículos. Las personas con inteligencia emocional le prestan atención, utilizan, gestionan y entienden sus emociones. Motivo por el cual las personas se adaptan y tiene una mayor ventaja frente a su entorno, con cuatro destrezas base.

- Capacidad para percibir y expresar las emociones propias e impropias adecuadamente.
- Habilidad para gestionar emociones a fin de lograr objetivos personales. y/o grupales.
- Capacidad de comprender emociones, lenguaje emocional.
- Habilidad de relacionar pensamiento y emoción.

Modelo Daniel Goleman

Según Goleman en 1995, citado por Giménez y García (2010), el modelo de inteligencia emocional (IE) introduce el concepto de cociente emocional (CE), el cual no compite con el cociente intelectual (CI), sino que ambos se complementan. Este enfoque resalta que, aunque un individuo pueda tener un CI alto, si carece de habilidades para trabajar en equipo o gestionar relaciones, puede verse superado por alguien con un CI medio que posea una alta capacidad para colaborar y adaptarse. Esto ilustra que el éxito no solo depende de la inteligencia cognitiva, sino también de la inteligencia

emocional, que permite a las personas interactuar eficazmente y alcanzar objetivos.

Los componentes de la inteligencia emocional se describen como sigue:

- Conciencia de uno mismo (self-awareness): Se refiere a la capacidad de reconocer y comprender los propios estados internos, recursos e intuiciones. Esta autoconciencia permite a las personas entender sus emociones y su impacto en su comportamiento y decisiones.
- Autorregulación (self-management): Implica el control sobre los propios estados emocionales, impulsos y recursos. Es la habilidad de manejar las emociones de manera efectiva y de actuar con autocontrol y responsabilidad.
- Motivación (motivation): Se describe como las tendencias emocionales que guían y facilitan el logro de objetivos. Esta motivación interna es fundamental para mantener la perseverancia y el enfoque hacia las metas.
- Empatía (social-awareness): Se entiende como la capacidad de reconocer y comprender los sentimientos, necesidades y preocupaciones de los demás. La empatía es esencial para construir relaciones sólidas y efectivas.
- Habilidades sociales (relationship management): Refleja la capacidad de influir y provocar respuestas deseables en los demás. Esto no se refiere a controlar a otros, sino a interactuar de manera efectiva para fomentar la cooperación y el entendimiento mutuo.

Modelo de inteligencia emocional

Existen varios modelos teóricos que abordan la inteligencia emocional (IE). Aquí te presento algunos de los más relevantes:

Modelo de Mayer y Salovey

Citado por Flores y Rivas (2005), en el ámbito pedagógico, desarrolló habilidades básicas como reconocer las expresiones emocionales en el rostro hasta las más avanzadas, como la gestión emocional en contextos de tensión. Estas indagaciones han analizado diversas competencias, tales como la percepción e identificación de emociones y su vínculo favorable con la empatía, la emoción como promotora del pensamiento, la conexión entre la actividad y el estado emocional, el conocimiento afectivo y la autorregulación emocional, entre otras.

Percepción de emociones: Se refiere a la capacidad de reconocer emociones a partir de estímulos visuales, como expresiones faciales, colores y diseños abstractos.

Identificación de emociones y su relación con la empatía: Comprender los estados emocionales de quienes nos rodean requiere, en primer lugar, la capacidad de identificar sus emociones. Esta habilidad facilita la conexión interpersonal y la respuesta empática.

La emoción como facilitadora del pensamiento: Berrocal (1995) y su equipo demostraron que los estados emocionales influyen en la manera en que se procesa la información, afectando tanto tareas perceptivas como procesos complejos, tales como el razonamiento y la resolución de problemas.

Relación entre tarea y emoción: Ashbrook y Elliz (1988), junto con Oaksford et al. (1996), determinaron que cuando una tarea es altamente compleja y la emoción es intensa, se genera un déficit en la ejecución esperada, afectando el rendimiento cognitivo.

Conocimiento emocional: Salovey y Mayer (1995), así como Geher y Mayer (1996), investigaron la capacidad de identificar emociones

a partir del discurso. Concluyeron que esta habilidad depende de la sensibilidad del individuo a sus propias reacciones emocionales, tanto internas como externas. Además, encontraron una estrecha relación entre el pensamiento y la emoción, reflejada en la conducta.

Regulación emocional: Singer et al. (1996) realizaron un estudio de laboratorio en el que evidenciaron que algunas personas, al experimentar emociones negativas, implementan estrategias para alcanzar estados emocionales más positivos, demostrando así la importancia de la autorregulación emocional.

Dimensiones Multifactorial de Bar-On

Según Bar-On (1997), las personas con inteligencia emocional tienen la habilidad de reconocer y expresar sus emociones, comprenderse a sí mismas, desarrollar sus capacidades potenciales y llevar una vida generalmente saludable y satisfactoria. Además, son capaces de entender los sentimientos de los demás y establecer relaciones interpersonales positivas y duraderas.

Ugarriza y Pajares (2005) describe un modelo teórico de habilidades personales, emocionales y sociales, que influyen en la capacidad de adaptación y manejo de las demandas y presiones del entorno, afectando directamente la salud emocional. Esta teoría se organiza en cinco dimensiones principales, cada una con varios subcomponentes que detallan diferentes destrezas esenciales para el bienestar emocional:

- Dimensión intrapersonal: Se refiere a la habilidad para comprenderse a uno mismo y gestionar las propias emociones. Los cinco subcomponentes incluyen la comprensión emocional, la asertividad, el autoconcepto, la autorrealización y la independencia. Estas destrezas permiten a una persona ser consciente de sus sentimientos,

defender sus derechos, conocerse y realizarse a sí misma de manera autónoma.

- Dimensión de destrezas interpersonales: Evalúa la habilidad para interactuar de manera efectiva con los demás. Los subcomponentes incluyen la empatía, las relaciones interpersonales y la responsabilidad social. Estas habilidades son fundamentales para establecer relaciones satisfactorias, comprender las emociones de los demás y participar de manera activa y colaborativa en la sociedad.
- Dimensión de adaptabilidad: Valora la capacidad de una persona para enfrentarse a las demandas del entorno y resolver problemas. Sus subcomponentes incluyen la solución de problemas, la prueba de la realidad y la flexibilidad. Estas destrezas permiten a una persona adaptarse a situaciones nuevas o difíciles y evaluar de forma precisa la relación entre lo que percibe y la realidad.
- Dimensión de manejo del estrés: Se enfoca en la capacidad para gestionar el estrés y controlar los impulsos. Los dos subcomponentes, tolerancia al estrés y control de los impulsos, describen la habilidad para mantenerse estable emocionalmente en situaciones estresantes y evitar reacciones impulsivas.
- Dimensión de estado de ánimo general: Evalúa el bienestar emocional general de la persona, incluyendo su capacidad para experimentar felicidad y mantener una actitud optimista. Sus subcomponentes son la felicidad y el optimismo, los cuales se refieren a la habilidad para disfrutar de la vida y mantener una visión positiva, incluso frente a dificultades.

Perspectiva epistemológica

La inteligencia emocional son una mezcla de las ideas Rogerianas y del pensamiento budista, fue popularizado en los años 60 desarrollando la capacidad de perseverar, motivarse, tolerar las frustraciones, diferir gratificaciones, dominar impulsos, confiar en el resto, practicar empatía,

etc. Proponiendo un autodesarrollo de emociones para un buen desenvolvimiento laboral y obtener un desarrollo positivo a nivel personal, económico y social. Obtener un equilibrio para una salud mental estable (Solana, 2015).

Metafóricamente hablando, pensar con el corazón se describen como pensamientos irracionales según Albert Ellis, el corazón no sirve para elaborar un pensamiento, ni los pulmones, ni el páncreas. Cada uno tiene funciones determinadas que logran trabajar en armonía para lograr una homeostasis. Motivo por el cual las emociones son un grupo de interpretaciones, percepciones y respuesta fisiológicas, frente a distintas situaciones reales o imaginarias (Solana, 2015).

Perspectiva Filosófica

La teoría aristotélica parte de su libro Tratado del alma en relación con el problema de si hay algún acto de afección del alma que sea exclusivo de ella (da 403 a 10) ambas concepciones le parecen inadecuadas porque dan cuenta de una manera parcial las emociones. La primera a solo un principio formal y la segunda una manera parcial de las emociones (Trueba, 2009).

Aristóteles, en su análisis de las emociones, desafía la idea dialéctica que separa las emociones del cuerpo. Según el filósofo, las emociones, como la dulzura, el valor, la compasión, la osadía, el miedo, la alegría, el odio y el amor, no son fenómenos puramente del alma o de la mente, sino que también implican una interacción física. Es decir, las emociones se manifiestan tanto en el cuerpo como en el alma, y el cuerpo es afectado (o "paschei", que en griego significa sufrir o ser afectado) de manera simultánea a las emociones del alma. Aristóteles resalta esta interdependencia, sugiriendo que los cambios en el cuerpo acompañan siempre a las emociones, lo que implica que no se puede concebir una emoción sin considerar su impacto físico (Trueba, 2009).

En este sentido, Aristóteles desafiaba una concepción estrictamente racional o mental de las emociones, mostrándolas como experiencias integradas en lo físico. Por ejemplo, el miedo puede causar un aumento en la frecuencia cardíaca, la alegría puede llevar a la risa o a un sentimiento de ligereza, y el odio puede generar tensión física o malestar. Por lo tanto, Aristóteles introduce una visión holística de las emociones, donde las afecciones del alma y del cuerpo son inseparables y se manifiestan en conjunto (Trueba, 2009).

Variable estrés académico

Definición de estrés académico

El estrés escolar es un concepto complicado que ha sido difícil de definir en la literatura clínica. Los niños y adolescentes en edad escolar enfrentan situaciones que les generan una gran presión y necesitan utilizar todas sus habilidades para adaptarse a las tensiones, tanto internas como externas, según su desarrollo. Los síntomas relacionados son acompañados a cuadros adaptativos, ansioso, conductual y emocional. Afectando su zona de confort estado afectivo, psíquico y social de los estudiantes (Vargas, 2015).

El estrés es la respuesta del cuerpo a situaciones de peligro o emoción, que también puede surgir en eventos positivos, como una fiesta o unas vacaciones. Esta reacción provoca la liberación de hormonas que pueden elevar la presión arterial, aumentar la frecuencia cardíaca y aumentar el nivel de azúcar en el cuerpo (Lewis, 2023).

La Ansiedad como síntoma

La ansiedad es la reacción del cuerpo o la mente ante el estrés, incluso cuando no hay factores estresantes inmediatos. Según la Dra. Lewis, esto suele ocurrir por el temor a posibles resultados futuros que podrían no

materializarse. Por ej., una persona puede sentirse preocupada por ingresar a la universidad o por un trabajo escolar, examen importante. Aunque ya haya realizado la prueba, sigue sintiéndose ansiosa, preocupada (Lewis, 2023).

La ansiedad es una sensación de miedo, inquietud y tensión que puede manifestarse con sudoración y palpitaciones. Es una reacción normal al estrés, como cuando se enfrenta a un desafío en el trabajo, antes de un examen o al tomar decisiones importantes. Aunque la ansiedad puede ser útil al proporcionar energía o concentración en ciertas situaciones, para quienes padecen trastornos de ansiedad, el miedo se vuelve constante.

Los trastornos de ansiedad son condiciones psicológicas en las que la ansiedad persiste de manera crónica y, en lugar de aliviarse con el tiempo, tiende a intensificarse. A diferencia de la ansiedad común, que es una reacción normal ante situaciones de estrés, los trastornos de ansiedad implican un nivel de preocupación o miedo desproporcionado y constante que resulta difícil de controlar. Esta ansiedad excesiva puede generar una variedad de síntomas físicos y emocionales, como inquietud, fatiga, dificultad para concentrarse, irritabilidad o problemas para dormir.

Lo que caracteriza a los trastornos de ansiedad es que estos síntomas interfieren significativamente en la vida cotidiana de la persona, afectando su capacidad para llevar a cabo actividades normales como el trabajo, el estudio o las interacciones sociales. Por ejemplo, una persona con un trastorno de ansiedad puede evitar situaciones sociales por temor al juicio de los demás, o puede experimentar una preocupación constante por la seguridad propia o de los seres queridos, lo que afecta su rendimiento en el trabajo o en la escuela. Con el tiempo, esta interferencia en la vida diaria puede llevar a un deterioro del bienestar emocional y de las relaciones personales.

Se señala que el estrés es la reacción general del organismo ante cualquier tipo de demanda. El factor que provoca esta respuesta, conocido como estresor, es algo que perturba la homeostasis del cuerpo, lo que lleva a la persona a hacer un esfuerzo adicional (Romero, 2017).

Su teoría, pionera en el estudio del estrés, sugiere que este es el resultado de cómo una persona evalúa los estímulos estresantes. Cuando estos estímulos se perciben como graves o superan los recursos que la persona tiene para enfrentarlos, se genera una respuesta negativa. Esto implica que no son los eventos en sí los que causan el estrés, sino las interpretaciones y valoraciones que cada individuo realiza individualmente (Lazarus y Folkman, 2017).

El síndrome general de adaptación, propuesto por Hans Selye, describe cómo nuestro cuerpo reacciona ante cualquier tipo de estrés. Según esta teoría, cuando enfrentamos un estímulo estresante, nuestro organismo pasa por tres etapas: la fase de alarma, donde detecta la amenaza; la fase de resistencia, donde se adapta al estrés; y, si la presión persiste, la fase de agitación, que puede llevar a dificultades o situaciones desafiantes de salud. En esencia, el estrés es una respuesta común y natural que nos ayuda a adaptarnos a diferentes situaciones, pero si se prolonga, puede ser perjudicial (Selye, 2023).

El estrés académico es una de las principales dificultades que enfrentan los estudiantes y puede afectar su desarrollo. Diversos estudios han identificado varios factores estresantes en la vida académica, como la presión de los exámenes, la participación en clase y la falta de tiempo para completar trabajos. Además, este estrés puede manifestarse esencialmente a través de síntomas como insomnio, falta de apetito y dolores de estómago. A nivel mental, los estudiantes a menudo experimentan dificultades o situaciones desafiantes de concentración y

ansiedad. En conjunto, estos factores pueden crear un ambiente desafiante para el aprendizaje y el bienestar (Cayllahua, 2020).

Teoría de estrés académico

El estrés es una constante en todos los ámbitos de la vida, y el entorno educativo no es una excepción. Por eso, psicólogos, docentes y padres han reconocido la importancia de entender cómo este estrés impacta el rendimiento de los estudiantes. Es fundamental conocer las implicaciones del estrés académico, ya que puede influir en la forma en que los estudiantes aprenden y se desempeñan (García y Mazo, 2011).

Causas del estrés entre adolescentes

Según Vorvick (2022) los adolescentes enfrentan diversas fuentes comunes de estrés, que abarcan preocupaciones relacionadas con su rendimiento académico, su vida social y sus responsabilidades cotidianas. Entre las principales causas de estrés en esta etapa de desarrollo están:

- Muchos adolescentes se sienten presionados para obtener buenas notas, lo que genera preocupación constante sobre su desempeño académico.
- Los adolescentes a menudo deben hacer malabares entre múltiples obligaciones, como la escuela, deportes o trabajo, lo que puede generar tensión.
- Las dificultades con amigos, el acoso escolar o las presiones sociales pueden ser una fuente importante de estrés.
- El inicio de la vida sexual o la presión para volverse sexualmente activos puede causar ansiedad y confusión.
- Mudarse de escuela, cambiar de vivienda o lidiar con situaciones inestables en el hogar también pueden generar estrés.
- Los pensamientos negativos sobre sí mismos, alimentados por cambios físicos y emocionales, pueden contribuir al malestar.

- Tanto los niños como las niñas atraviesan transformaciones físicas que pueden generar incomodidad o inseguridad.
- Los conflictos familiares, como el divorcio o la separación, son una fuente común de angustia para los adolescentes.
- Las dificultades financieras en el hogar pueden generar preocupación sobre la seguridad y el bienestar familiar.
- Vivir en un entorno inseguro puede afectar profundamente la sensación de estabilidad y protección.
- Decidir qué hacer después de la escuela secundaria y enfrentarse a la presión de ingresar a la universidad son factores estresantes significativos.
- Los adolescentes pueden reaccionar con frustración o enojo ante situaciones que les resultan estresantes.
- Los adolescentes pueden llorar a menudo o parecer emocionalmente abrumados.
- Puede haber una tendencia a apartarse de las actividades sociales o de la gente.
- El estrés puede provocar dificultades para dormir o, por el contrario, somnolencia excesiva.
- Los adolescentes pueden mostrar signos de preocupación constante o ansiedad.
- El estrés puede llevar a comer en exceso o a la falta de apetito.
- Las quejas frecuentes de dolores de cabeza o estomacales son síntomas comunes de estrés en adolescentes.
- La falta de energía o un estado constante de cansancio también puede ser una manifestación del estrés.
- Algunos adolescentes pueden recurrir al uso de sustancias como una forma de manejar el estrés.

Para que el cuerpo pueda reaccionar ante una amenaza, necesita priorizar ciertos órganos. Esto significa que se enfoca en preparar los músculos para la acción, mientras el cerebro se concentra en decidir si es

mejor huir o luchar. Como parte de esta respuesta, el corazón y los pulmones aumentan su actividad para bombear más sangre a los músculos gran rigidez. Sin embargo, esto se traduce en que otros órganos, como el sistema digestivo, reciben menos recursos y atención durante estos momentos de estrés (Barrio et. ál., 2006).

Dicha acción puede provocar calambres, dolores, rigidez, perdiendo el vibrato normal de la voz, en cuanto al cerebro el área cognitiva se bloquea, pulmón con respiración superficial-difícil, corazón produce taquicardia-peligro de infarto, en los vasos sanguíneos producir vértigo, frío en pies y manos, glándula salival produce sequedad en la boca, estómago hipersecreción de jugos gástricos, disminución de la movilidad gastrointestinal, gastritis úlceras (Barrio et. ál., 2006).

Perspectiva histórica del estrés

El término "estrés" tiene sus raíces en el griego "stringere," que significa provocar tensión, y evolucionó a través de varios usos lingüísticos hasta llegar al inglés moderno como "stress." En el siglo XIX, el fisiólogo Bernard (1867) introdujo la idea de que el cuerpo humano experimenta cambios tanto en su entorno interno como externo, y propuso un concepto clave: la estabilidad del medio interno, conocida también como homeostasis, es indispensable para la autosuficiencia del organismo. Bernard planteaba que la capacidad del cuerpo de mantener un ambiente interno estable es crucial para su supervivencia.

Cannon (1922) amplió esta idea al introducir el término homeostasis, del griego "homoi" (similar) y "stasis" (posición), para describir los procesos fisiológicos que mantienen constante el medio interno a través de mecanismos coordinados. Estos procesos incluyen respuestas automáticas del cuerpo que regulan funciones vitales como la temperatura, el pH y el equilibrio de líquidos, entre otros.

El concepto de estrés fue adoptado por Cannon en (1939), quien lo relacionó con los niveles críticos de tensión que pueden debilitar los procesos homeostáticos. Cannon explicó que cuando una persona enfrenta una situación de amenaza o agresión, el cuerpo reacciona mediante la activación del sistema nervioso autónomo, lo que genera la liberación de adrenalina por las glándulas suprarrenales. Esta liberación prepara al cuerpo para defenderse o escapar mediante respuestas cardiovasculares que aumentan el ritmo cardíaco y la presión arterial.

Estas ideas de Cannon fueron fundamentales para Hans Selye, quien desarrolló la teoría del **Síndrome General de Adaptación (SGA)**, un marco que explica cómo el cuerpo responde al estrés en tres fases: alarma, resistencia y agotamiento. Selye observó que el estrés crónico podía tener un impacto significativo en diferentes órganos y provocar cambios conductuales, tanto en animales como en humanos.

Modelos de estrés en adolescentes

De acuerdo al desarrollo humano la adolescencia supone una etapa entre la niñez y la juventud, manifestando cambios cognitivos, físicos y sociales requiriendo adaptaciones en la dinámica familiar. Los adolescentes solicitan un rol más activo en la toma de decisiones familiares, cediendo importancia creciente a determinadas relaciones (complices, pareja y camarilla), con frecuencia realizan conductas de riesgo. Conductas ligadas a la necesidad de afirmación de su identidad y tomar decisiones autónomas que no impliquen la intervención familiar para ciertas conductas arriesgadas (Musitu y Callejas, 2017).

Modelo de estrés agudo

Emocionante y fascinante en pequeñas dosis pero cuando es demasiado resulta agotador. Un ejemplo el tráfico de la mañana, una abolladura en el

tráfico, la pérdida de un contrato importante un llamado a la dirección de su hijo en la escuela y demás (Miller, 2010). Los síntomas más comunes:

- **Fisiología del estrés;** dolores de cabeza tensos, dolores musculares, espalda, pierna, mandíbula, desgarró muscular, problema en tendones y/o ligamentos.
- **Respuesta SNC-SNA;** dificultades o situaciones desafiantes estomacales, flatulencias, estreñimiento, intestino irritable, ritmo cardíaco acelerado, transpiración en la palma de las manos, palpitación, mareos, migraña, manos y pies fríos, dolor en el pecho, dificultad para respirar.
- **Agonía emocional;** una mezcla de irritabilidad, enojo y depresión, ansiedad, las tres emociones del estrés.

El estrés agudo está presente en la vida de todos se puede manejar y tratar (Miller, 2010).

Estrés agudo episódico

Personas cuyas vidas presentan un desorden de crisis y caos, siempre apuradas y llegan tarde. Debido a que asumen más responsabilidades de las que pueden hacerse cargo lo que dificulta organizar su tiempo. Estas personas manifiestan conductas de un carácter débil, irritable, están tensos y ansios, tendencia a ser cortante durante un diálogo lo cual es percibido como conducta hostil, creando un entorno estresante.

Síntomas del estrés agudo prolongado; migrañas, hipertensión, dificultades o situaciones desafiantes cardíacas, motivo por el cual se requiere una intervención profesional. Los rasgos de personalidad influyen en los hábitos de las personas con estrés agudo (Miller, 2010).

Estrés crónico

Tiene la particularidad que desgasta a las personas día tras día año tras año. El estrés crónico destruye la vida el cuerpo y la mente causando estragos a largo plazo, también conocido como estrés de la pobreza matrimonios infelices, desempleo, trabajos que no les agradan. Las personas no logran ver una salida a su situación deprimente. Algunos provienen de experiencias traumáticas de la infancia que se interioriza y se manifiesta en la actualidad como constantes y dolorosas. Si no recibe tratamiento médico y psicológico resulta fatal para las personas que lo padecen paros cardíacos, apoplejías, hemiplejía, violencia, cáncer, crisis nerviosa (Miller, 2010).

Perspectiva epistemológica

Actualmente el estrés involucra una dimensión psicológica y otra dimensión fisiológica, estudiadas de forma paralela, disociada manteniendo hegemonía entre investigadores de ambas esferas (Lasley y MC Ewen, 2012). Las probabilidades son implícitamente considerados más la especialización y fragmentación disciplinar como indicador pertinente al avance científico. Con el tiempo fue evolucionando surgiendo una nueva perspectiva que abarca un mayor análisis unificando al estrés, como principal eje es centrado en la noción de la integración estudiando diferentes interrelaciones que conforman el organismo (Psicológico inmune, inmunológico y endocrino). En la actualidad mantiene una autonomía en cada disciplina, sistema o lindero conceptual hecho que generalmente expresa muy bien la idea.

Perspectiva filosófica

El contexto filosófico citare a Heidegger (2013) responde parcialmente crítica de fenomenología Francesa en específico a Sartre quien define: "El reproche de Sartre solamente puedo enfrentarlo con la afirmación de que

lo corporal es lo mas difícil y que en aquel entonces no tenía mas que decir al respecto.” (p. 337).

A Heidegger no se refiere en absoluto a la obra de Merleau-Ponty hay posibilidad de similitud en el planteamiento de ambos filosofos: Ej. la espacialidad del cuerpo, rechazo a la concepción mecanicista del cuerpo y la importancia del gesto (Askay, 1999).

En los seminarios de Zollikon, Martin Heidegger responde a las críticas que lo acusan de una supuesta hostilidad hacia las ciencias, citando una frase de Nietzsche: “Lo que caracteriza al siglo XIX no es el triunfo de la ciencia, sino el triunfo de los métodos científicos sobre la ciencia” (Nietzsche, 2000). Con esta cita, Heidegger señala que la ciencia, en lugar de centrarse en el descubrimiento de verdades, ha quedado subordinada a los métodos, limitándose solo a lo que estos permiten investigar y establecer como objeto de conocimiento. Es decir, la ciencia ha sido dominada por el método, el cual determina qué se considera real y cómo se accede a ese conocimiento.

En este contexto, Heidegger (2013) también ofrece una crítica filosófica sobre el estrés, alejándose de una interpretación meramente biológica o médica de este fenómeno. A diferencia de la psiquiatría, que tiende a tratar el estrés desde un enfoque natural-científico, Heidegger busca una consideración propiamente filosófica, analizando el estrés como un fenómeno existencial.

Según Heidegger, el estrés no es simplemente una reacción biológica o psicológica, sino que tiene un significado más profundo como parte de la condición humana. Para él, el estrés puede interpretarse como “carga” (Belastung), un concepto que forma parte de la estructura fundamental del ser humano, lo que él llama Dasein. Este término refiere a

la existencia del ser humano, entendido como un ser que está siempre en relación con el mundo y los entes que lo rodean.

En su análisis filosófico, Heidegger relaciona el estrés con el fenómeno de la caída (Fall), un concepto que él desarrolló en su obra *Ser y Tiempo*. La caída se refiere al estado en el que el ser humano se encuentra absorbido por el mundo cotidiano, perdiendo su autenticidad y siendo arrastrado por las exigencias externas. El estrés, entonces, se convierte en un existencial, es decir, una característica fundamental de la existencia humana que refleja la carga que el ser soporta en su estar-en-el-mundo.

Desde esta perspectiva, el estrés no es solo un problema médico o un malestar psíquico, sino una manifestación de la estructura ontológica del ser humano, quien siempre se encuentra en un estado de apertura y relación con el mundo, expuesto a las demandas y presiones del entorno. Así, el estrés forma parte de la forma en que el ser humano experimenta su existencia, uniéndose de manera intrínseca la carga existencial con su estar en el mundo.

Dimensiones de estrés académico

Según Silva (2018) se define como un procedimiento en el que interviene estímulos estresores vinculados al ámbito académico y las respuestas y/o conductas manifestadas del estudiante frente al estímulo que se presente. En la propuesta se considera lo señalado:

- **Estímulo estresores:** se refiere a los sucesos, situaciones diarias o condiciones que una persona percibe como exigencias o retos. Estos factores pueden estar bajo el control de la persona o escapar de su manejo. En el contexto académico, estos estresores se asocian con las presiones que enfrentan los estudiantes. Entre los principales factores de estrés en los estudiantes se encuentran la carga excesiva

de trabajos académicos, la presión de los exámenes o evaluaciones, la necesidad de cumplir con los plazos de entrega en las tareas, las largas horas dedicadas al estudio y la preocupación constante por mantener un rendimiento académico satisfactorio (Silva, 2018).

- **Reacciones al estímulo:** se refieren a las respuestas físicas, emocionales y conductuales que una persona manifiesta frente a los estresores. Estas reacciones pueden ser apropiadas o, por el contrario, desadaptativas. Rossi (2001) señala que las personas sometidas a un estrés prolongado suelen presentar síntomas que se agrupan en respuestas psicológicas, conductuales y físicas. Esto incluye tanto reacciones emocionales como ansiedad o tristeza, respuestas físicas como dolores de cabeza o tensión muscular, y conductas como el aislamiento social o la irritabilidad (Silva, 2018).

La escala es tipo Likert-Ordinal. Los ítems del instrumento se explican de la siguiente manera:

- Estímulos estresores: Ítems 1,4, 5, 10, 15, 16, 19,20
- Reacciones: Ítems 2, 3, 6, 7, 8,9, 11, 12, 13, 14,17,18

3.3. Marco conceptual

Inteligencia

Facultad mental que implica una serie de habilidades de carácter cognitivo, conductual favoreciendo la adaptación del sujeto ante el ambiente social y físico. Cabe señalar que la inteligencia representa la capacidad del sujeto para brindar soluciones en el entorno que lo rodea con la finalidad de encontrar determinada solución y el desarrollo de aquel evento que sea de interés para el sujeto en cuestión (Arrabal, 2018).

Inteligencia emocional

La inteligencia emocional (IE) se refiere a la capacidad de identificar, gestionar y utilizar nuestras emociones de manera efectiva para reducir el estrés, comunicarnos de forma adecuada, empatizar con los demás y enfrentar problemas o conflictos. Al contar con un alto nivel de IE, somos capaces de construir relaciones más saludables y equilibradas en diferentes ámbitos de la vida, como el entorno familiar, escolar o laboral. Además, la IE fomenta la autocrítica constructiva, lo que nos permite observar nuestras fortalezas y áreas de mejora sin juicio, con el fin de desarrollarnos personalmente.

La IE se fundamenta en **cinco pilares clave** que proporcionan herramientas para comprender el origen de nuestras emociones, aprender a manejarlas y facilitar una comunicación efectiva. Estos pilares no solo son esenciales para el bienestar emocional, sino que también sirven como una guía para mejorar nuestras interacciones con los demás y con nosotros mismos, promoviendo el crecimiento personal y social (García, 2021).

Madurez emocional

Implica el desarrollo y autonomía de un individuo, siendo la capacidad para adaptarse y autorregularse en su entorno saludablemente. Este se encuentra influenciado por diversos factores, imagen personal, expectativas sociales, entre otros (Chile y Jara, 2023).

Bienestar emocional

Habilidad de una persona para gestionar y equilibrar sus emociones de forma saludable, experimentando emociones positivas y manteniendo una actitud estable ante los desafíos. Implica alcanzar un estado de armonía interna, cultivar relaciones sanas, y tener la capacidad para manejar el estrés y enfrentar las dificultades diarias. También abarca aspectos como

la autoestima, la autocompasión y la capacidad de vivir el presente con plenitud (Barragán, 2020).

Regulación emocional

Proceso mediante el cual las personas gestionan sus emociones frente a diferentes situaciones. Este proceso influye en cómo enfrentan el estrés, su rendimiento académico, la cantidad de esfuerzo que ponen en su trabajo y la calidad de sus relaciones, impactando de manera significativa su bienestar y adaptación a las demandas cotidianas (Gómez, 2016)

Resiliencia

Capacidad de una persona para enfrentar, superar y adaptarse a situaciones adversas o estresantes en la vida. Implica no solo la habilidad para lidiar con los desafíos, sino también la fortaleza emocional para aprender de esas experiencias y seguir adelante con una perspectiva positiva. Las personas resilientes son capaces de transformarse y crecer a partir de las dificultades, encontrando nuevas formas de afrontar los obstáculos y desarrollando una mayor capacidad para enfrentar futuros retos (Forés y Grané, 2008).

Estrés

Reacción natural y compleja tanto del cuerpo como de la mente ante situaciones o pensamientos que se perciben como amenazantes o desafiantes. Implica respuestas biológicas, emocionales y psicológicas, como el aumento de la frecuencia cardíaca, la liberación de hormonas como el cortisol, y cambios en las formas de pensar y comportarse (Naranjo, 2009).

Estrés académico

Implica reacciones de estrés que provocan activaciones emocionales, físicas, conductuales y cognitivas, ante eventos o estímulos de carácter académico. Cabe resaltar que el estrés académico representa una reacción natural, que manifiesta el estudiante a partir de presión o incremento de demandas académicas, tales como exámenes, monografías, exposiciones, entre otros. Se debe considerar que esta reacción natural conlleva una a la activación y movilización del sujeto para alcanzar las metas que se han propuesto siempre y cuando se efectúen las estrategias de afrontamiento más adecuadas (Vargas, 2017).

Estresores

Estímulos que tienden a desencadenar estrés en un determinado momento, es decir representa las situaciones o condiciones que provocan el estrés en el sujeto y pueden identificarse en diversas situaciones de las actividades diarias donde el sujeto desempeña un rol. Esto puede ejemplificarse en el ámbito académico en un evento donde el estudiante debe desarrollar un examen, siendo este el principal estresor (Chile y Jara, 2023).

Coping académico

Conjunto de estrategias que los estudiantes utilizan para afrontar las exigencias y desafíos del ámbito escolar, como exámenes o presión por el rendimiento. Estas estrategias pueden ser positivas, como planificar o buscar apoyo, o negativas, como evitar responsabilidades. Su efectividad está influenciada por habilidades emocionales como la inteligencia y la regulación emocional, ya que estas ayudan a manejar mejor el estrés académico (Morales y Pérez, 2019).

IV. METODOLOGÍA

La propuesta de investigación corresponde a la metodología del enfoque cuantitativo, ya que se basa en la recopilación de datos numéricos y el análisis estadístico para probar hipótesis. Es un proceso secuencial y riguroso, donde cada etapa depende de la anterior. A partir de una idea inicial, se establecen objetivos, preguntas e hipótesis, se determinan variables y se diseña un plan para medirlas y analizarlas, obteniendo conclusiones sobre las hipótesis planteadas (Hernández, 2014).

4.1. Tipo y nivel de Investigación

La investigación es de tipo básica, ya que se orienta a la generación de nuevo conocimiento teórico, explorando nuevos campos sin un fin práctico o inmediato. Su objetivo principal es ampliar el entendimiento general sin buscar directamente soluciones empíricas (Rodríguez, 2011). Así mismo, es prospectiva porque busca anticipar escenarios futuros y proyectar como el conocimiento generado podría influir en el desarrollo de nuevas tendencias o en la resolución de dificultades o situaciones desafiantes a largo plazo (Acuña y Konow, 1990).

El nivel es correlacional, según Ñaupas, et ál. (2018) busca identificar si existe una relación entre las variables estudiadas y como estas se conectan o se influyen mutuamente.

4.2. Diseño de la Investigación

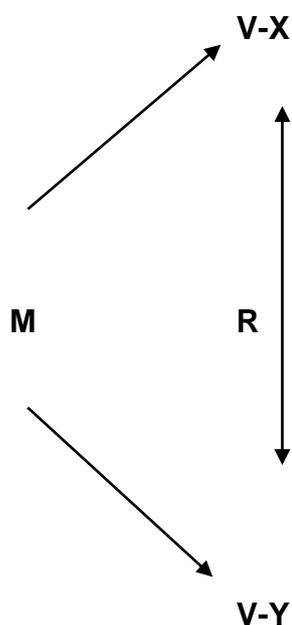
La investigación será no experimental de corte transversal, de nivel descriptivo correlacional.

El enfoque será no experimental, ya que no se busca manipular o modificar las variables en un ambiente controlado, sino observarlas tal como se presentan naturalmente en el grupo de estudio (Hernández, 2014).

Asimismo, el estudio tendrá un diseño transversal, pues se realizará en un solo momento y en una única ocasión.

El diseño descriptivo, según Bernal (2016), se centra en proporcionar una descripción detallada de los atributos y características más relevantes de las variables que se están investigando. Su objetivo es ofrecer una visión clara y precisa de los aspectos clave que definen las variables de estudio, sin pretender establecer relaciones causales entre ellas.

Por otro lado, en el diseño correlacional, como señala Hernández (2014) el enfoque está en medir de manera simultánea o paralela los atributos de dos variables para identificar si existe una relación entre los cambios que ocurren en ambas. Este tipo de diseño busca establecer vínculos o asociaciones entre las variables, pero sin inferir una relación causal directa, limitándose a observar cómo varían conjuntamente. La cual se representa de la siguiente manera:



Donde:

M = Muestra (Estudiantes)

V-X= Inteligencia emocional

V-Y = Estrés académico

r = Relación

4.3. Hipótesis general y específicas

Hipótesis General

Existe relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

Hipótesis Específicas

- Existe relación entre inteligencia emocional y estímulos estresores en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Existe relación entre inteligencia emocional y reacciones al estímulo en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Existe relación entre la dimensión intrapersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Existe relación entre la dimensión interpersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Existe relación entre la dimensión adaptabilidad y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
- Existe relación entre la dimensión manejo de estrés y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

- Existe relación entre la dimensión estado de ánimo y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

4.4. Identificación de las variables

Variable x: Inteligencia emocional

Definición conceptual

La inteligencia emocional es la habilidad de entender y gestionar nuestras propias emociones, así como de reconocer y empatizar con las emociones de quienes nos rodean. Este concepto, introducido por Goleman (1995) incluye aspectos como la autoconciencia, la capacidad de controlarnos, la empatía y las habilidades sociales. Estas competencias son fundamentales para mantener relaciones saludables y alcanzar el éxito en diversas áreas de la vida, tanto personal como profesional.

Dimensiones

- Intrapersonal
- Interpersonal
- Adaptabilidad
- Manejo de estrés
- Estado de animo

Definición operacional

La inteligencia emocional se refiere a la habilidad de una persona para comprender y manejar sus propias emociones y relacionarse efectivamente con los demás. En este estudio, se evaluará mediante el test de Bar-On, aplicado de forma grupal. Los participantes responderán un cuestionario con ítems numerados que miden aspectos específicos de la inteligencia emocional, como la autoconciencia, el control de emociones, la empatía y

las habilidades interpersonales. Cada ítem se responde en una escala, y las puntuaciones obtenidas en cada sección se analizarán para obtener una visión general de la inteligencia emocional en el grupo

Variable y: Estrés académico

Definición conceptual

El estrés académico es una reacción natural que los estudiantes pueden experimentar ante los desafíos del entorno escolar. Implica cambios físicos, emocionales y mentales en respuesta a situaciones como exámenes o la presión por obtener buenas calificaciones. Es común sentirse abrumado, y reconocer estas emociones es esencial. Fomentar un ambiente educativo de apoyo y ofrecer herramientas para manejar el estrés ayuda a promover un aprendizaje más positivo y saludable para los estudiantes (Berrío y Mazo, 2011).

Dimensiones

- Estímulos estresores
- Reacciones al estímulo

Definición operacional

El estrés académico se entiende como la respuesta emocional y fisiológica que experimentan los estudiantes ante las demandas y presiones relacionadas con su rendimiento escolar. Este tipo de estrés surge por la percepción de que las exigencias académicas superan sus capacidades, lo que puede generar emociones como ansiedad, frustración o agotamiento. En este contexto, el test EEA-SC18 mide la intensidad y las manifestaciones del estrés académico, evaluando factores como las demandas académicas percibidas, las estrategias de afrontamiento y el impacto emocional en los estudiantes.

4.5. Matriz de operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de la variable inteligencia emocional

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles y rangos	Tipo de variable estadística
Inteligencia emocional	Intrapersonal	Empatía	1; 4; 7;	Escala politómica	130 a más:	Ordinal
		Relaciones interpersonales	23; 28 y		Excelente.	
		Responsabilidad social	30		120-129:	
	Interpersonal	Comprensión emocional de sí mismo	2; 3; 6; 12; 14;	Muy rara vez= 1	Muy bien.	
		Asertividad	15; 20;	Rara vez= 2	Bien.	
		Autoconcepto	21 y 26	A menudo= 3	90-109:	
		Autorrealización		Muy a menudo= 4	Promedio.	
		Independencia			80-89: Bajo.	
	Adaptabilidad	Resolución de dificultades o situaciones desafiantes	8; 10;13; 16; 19;		70-79: Muy bajo.	
		Prueba de la realidad	22 y 24		69 o menos: Deficiente.	
		Flexibilidad				
	Manejo de estrés	Tolerancia al estrés	5; 9; 17;			
		Control de impulsos	27 y 29			
Estado de animo	Felicidad	11; 18 y				
	Optimismo	25				

Tabla 2*Operacionalización de la variable estrés académico*

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles y rangos	Tipo de variable estadística
Estrés académico	Estímulos estresores	Sobrecarga académica Exámenes Tiempo limitado para hacer trabajos Horas de estudio	1; 4; 5; 10; 15; 16; 19 y 20	Escala politómica Nunca= 0 Casi nunca= 1 A veces= 2 Casi siempre= 3 Siempre= 4	Varones 80 a más: Muy alto 67 a 79: Alto 57 a 66: Promedio 42 a 56: Bajo 41 o menos: Muy bajo Mujeres 82 a más: Muy alto 70 a 81: Alto 60 a 69: Promedio 43 a 59: Bajo 44 a menos: Muy bajo	Ordinal
	Reacciones al estímulo	Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones comportamentales	2; 3; 6; 7; 8; 9; 11; 12; 13; 14; 17 y 18			

4.6. Población – Muestra

Población

De acuerdo con Bernal (2016), la población en investigación se refiere al conjunto total de sujetos que conforman un universo, es decir, las unidades de análisis que se encuentran dentro del contexto del estudio. En la propuesta de investigación, la población de estudio estuvo compuesta por 195 estudiantes de entre 14 y 17 años, pertenecientes a una institución privada de Juliaca cercado - 2024.

Muestra

Se considera una muestra de tipo censal ya que se considera a la totalidad de elementos de la población como parte de la muestra, según López (2004) la cantidad de la muestra censal es igual a la población, de tal forma que esta clasificación se utiliza cuando la población es relativamente pequeña, es decir, la relación exhaustiva de cada unidad de la población.

Principios éticos de la investigación

Se respetaron las pautas éticas, entendidas como el conjunto de principios y valores definidos por la comunidad científica y la sociedad en general, los cuales sirven para evaluar el comportamiento y las acciones de los investigadores a lo largo de todo el proceso de investigación (Granda et al., 2020).

Principio de beneficencia: Este principio ético se enfoca en procurar el bienestar de los participantes en una investigación, buscando maximizar los beneficios y minimizar cualquier posible riesgo para ellos.

Principio de justicia: A lo largo de este estudio, se respetaron los derechos de los participantes, garantizando que la investigación buscara resultados beneficiosos para todos. Se aseguró un trato justo y equitativo, evitando cualquier discriminación. La selección de los participantes se basó en criterios científicos objetivos, sin sesgos, y el acceso a la investigación fue igual para todos.

Principio de autonomía: A lo largo de esta investigación, se garantizó que la participación de cada individuo fuera completamente libre y voluntaria, mediante la firma de un consentimiento informado que se explicó y entregó de forma personalizada. Esto permitió asegurar la confidencialidad de la información y el anonimato de los participantes.

Principio de no maleficencia: A lo largo del estudio, se garantizó la seguridad y el bienestar de los participantes, previniendo cualquier riesgo que pudiera surgir y evitando posibles repercusiones negativas. El propósito de la investigación es generar beneficios sin causar daño alguno.

Comité de ética: El Comité de Ética de la Universidad Autónoma de Ica se encargó de garantizar que esta investigación cumpliera con los principios éticos fundamentales, protegiendo los derechos, la dignidad, la seguridad y el bienestar de los participantes. Además, supervisó que el estudio se realizara de manera ética y responsable, asegurando la confidencialidad de la información, el consentimiento informado y la integridad de los datos recolectados. Para ello, se contó con el consentimiento de los apoderados y el asentimiento de los propios estudiantes, quienes fueron debidamente informados sobre los objetivos de la investigación, su participación voluntaria y el manejo de sus datos. De esta manera, se garantizó que la investigación se desarrollara en coherencia con los principios de beneficencia, justicia, autonomía y no maleficencia.

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de Información

Técnicas

La técnica seleccionada para la recopilación de datos fue la encuesta, la cual Ñaupas et al. (2018) describen como un método que consiste en hacer preguntas directamente a los actores sociales sobre una práctica específica. Esto implica consultarles de manera directa sobre un tema particular.

Para llevar a cabo la recopilación de datos, se eligieron instrumentos que fueran coherentes con las características que se pretendían medir. Así, se seleccionaron los siguientes instrumentos de recolección:

Instrumento

En las investigaciones, los métodos para recolectar información varían según el modelo de análisis, el objetivo y la estrategia adoptada.

En este caso, se utilizó un cuestionario como herramienta de recolección, compuesto por ítems evaluados utilizando una escala de estimación. Este cuestionario fue adaptado de estudios psicométricos realizados por autores que validaron sus instrumentos en países de América Latina.

Para medir la primera variable, inteligencia emocional, se utilizó el Inventario Emocional BAR-ON ICE, desarrollado por Reuven Bar-On en 1997. Este inventario cuenta con validez y confiabilidad y está diseñado para evaluar a estudiantes de nivel secundario. Su formato es de tipo Likert y abarca cinco dimensiones. Consta de 30 artículos y clasifica Las métricas resultantes en tres categorías: alto, intermedio y bajo nivel de inteligencia emocional. El inventario fue validado por Ugarriza y Pajares (2005) en Lima, obteniendo coeficientes de confiabilidad entre 0.77 y 0.88 para las versiones completa y abreviada. Asimismo, Cáceres y Yanqui (2021) lo

validaron en Arequipa a través de una prueba piloto con 50 estudiantes, alcanzando un alfa de Cronbach de 0.86.

Tabla 3

Ficha técnica del instrumento para medir inteligencia emocional

Dominio	Descripción
Nombre del instrumento original	: EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory
Autor	: Reuven BarOn
Año y país de publicación	: Toronto, Canadá
Nombre del instrumento traducido	: Bar-On Ice NA
Autor	: Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares Del Aguila
Año y país	: 2005 – Lima Perú
Dimensiones	: Intrapersonal Interpersonal Adaptabilidad Manejo de estrés
Numero de ítems	: 30
Forma de aplicación	: Colectiva o individual
Tiempo de aplicación	: 10 a 15 minutos
Código ISSN	: 1560-6139
Link o DOI de ubicación del	: https://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001

instrumento a emplear	Propiedades psicométricas del instrumento original	Validez: Confiabilidad:
Propiedades psicométricas del instrumento adaptado	Propiedades psicométricas del instrumento a emplear	<p>Validez: El instrumento se validó mediante un análisis exploratorio con rotación Barimax, utilizando análisis de componentes principales. Las métricas resultantes arrojaron un índice KMO cercano a 1 y una prueba de esfericidad de Bartlett con un valor menor a 0.05, lo cual indica que el instrumento posee validez.</p> <p>Confiabilidad: Las medidas de consistencia interna mostraron que el coeficiente alfa de Cronbach alcanzó un valor de 0.89, lo que indica que el instrumento es confiable.</p>
Propiedades psicométricas del instrumento a emplear	Propiedades psicométricas del instrumento	<p>Validez: La validez se determinará mediante la prueba de juicio de expertos.</p> <p>Confiabilidad: Se determinará mediante la prueba estadística del alfa de Cronbach</p>
Experiencias psicométricas del instrumento		<p>: Chile Mamani (2023) en su investigación “Inteligencia emocional y estrés académico”</p> <p>: Paquera Mendoza (2022) en su investigación “Inteligencia emocional y agresividad”</p> <p>: López y Rosas (2022) en su investigación “Inteligencia emocional y agresividad”</p>

Validez

La validez fue evaluada por un doctor, tres expertos profesionales de la especialidad de Psicología con grados de maestría y dos licenciados registrados en SUNEDU y son:

- Dr. Aparcana Hernández, José Carlos
- Mg. Huarcaya Saenz Susy Liliana
- Mg. Geldres Gallardo, Luis Felipe
- Mg. Jimenez Lozada, Jose Eduardo
- Lic. Mamani Quispe, Yeison Bruss
- Lic. Chambi Hanco, Yovana

Los expertos determinaron que los instrumentos son válidos debido a su claridad, coherencia, consistencia y objetividad.

Confiabilidad

Para la confiabilidad se realizó una prueba piloto, donde el Alfa de Cronbach fue de 0,916, lo cual demostró la confiabilidad del instrumento.

El instrumento que se utilizó para medir la variable de estrés académico es la Escala de Estrés Académico (EEA – SC18), desarrollada por Silva Prado (2018) en Perú. Esta escala de estrés académico muestra validez y confiabilidad. Los ítems fueron cuidadosamente seleccionados, obteniendo resultados favorables en la validación de su contenido. A través de un análisis factorial confirmatorio, se confirmó que la estructura de la escala es adecuada, con buenos índices de ajuste (CFI = 0.918, SRMR = 0.041 y RMSEA = 0.049). Además, mostró una alta confiabilidad con un Alfa de Cronbach de 0.88 y un Coeficiente Omega de 0.90.

Tabla 4*Ficha técnica del instrumento para medir estrés académico*

Dominio	Descripción
Nombre del instrumento original	: ESCALA DE ESTRÉS ACADEMICO “EEA – SC18”
Autor	: Silva Prado Sofia Ckristel
Año y país de publicación	: Perú 2018
Dimensiones	: - Estimulo estresor Reacción al estimulo
Numero de ítems	: 20
Forma de aplicación	: Individual y colectiva
Tiempo de aplicación	: 15 minutos
Código ISSN	: Permiso del autor
Link o DOI de ubicación del instrumento a emplear	https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/2985 3
Propiedades psicométricas del instrumento original	Validez: El instrumento fue evaluado en cuanto a su Validez de Contenido mediante el método de Criterio de Jueces, empleando la Prueba V de Aiken para determinar el nivel de acuerdo entre los jueces. Para este análisis, se utilizó el programa Excel. Tal como se mencionó previamente, se contó con la participación de 10 psicólogos especializados en el tema. Según lo señalado

por Ecurra (1988), un ítem se considera válido si alcanza un puntaje superior al 80%.

Confiabilidad: La confiabilidad de la Escala de Estrés Académico (EEA-SC18) fue evaluada utilizando el coeficiente Alfa de Cronbach, obteniéndose un nivel de confiabilidad de 0.88, lo cual representa un resultado adecuado. De acuerdo con Nunally (1978), el valor mínimo aceptable de fiabilidad es 0.70. Además, el Coeficiente Omega de McDonald mostró una confiabilidad de 0.90, lo cual también se considera adecuado. Según Ventura-León y Caycho-Rodríguez (2017), el coeficiente omega debe estar entre 0.70 y 0.90 para ser considerado aceptable.

Propiedades psicométricas del instrumento a emplear Validez: La validez se determinará mediante la prueba de juicio de expertos.

Confiabilidad: Se determinará mediante la prueba estadística del alfa de Cronbach

Validez

La validez fue evaluada por un doctor, tres expertos profesionales de la especialidad de Psicología con grados de maestría y dos licenciados registrados en SUNEDU y son:

- Dr. Aparcana Hernández, José Carlos
- Mg. Huarcaya Saenz Susy Liliana
- Mg. Geldres Gallardo, Luis Felipe
- Mg. Jimenez Lozada, Jose Eduardo
- Lic. Mamani Quispe, Yeison Bruss
- Lic. Chambi Hanco, Yovana

Los expertos determinaron que los instrumentos son válidos debido a su claridad, coherencia, consistencia y objetividad.

Confiabilidad

Para la confiabilidad se realizó una prueba piloto, donde el Alfa de Cronbach fue de 0,908, lo cual demostró la confiabilidad del instrumento.

4.8. Técnica de análisis y procesamiento de datos

Para llevar a cabo esta investigación, primero se gestionaron los permisos necesarios. Una vez obtenidos, se procedió con la implementación de los instrumentos. Antes de su aplicación, se realizaron las coordinaciones pertinentes con el director de la institución. Teniendo en cuenta que había 195 estudiantes y que cada instrumento tomaba alrededor de 20 minutos, el proceso de aplicación se extendió aproximadamente por cuatro semanas. Una vez aplicados los instrumentos, se procedió a codificar y registrar los datos en Microsoft Excel. Posteriormente, se llevó a cabo la tabulación, el procesamiento y el análisis de los datos utilizando el software estadístico SPSS.

En relación a la estadística a nivel descriptivo, se emplearon frecuencias y porcentajes, así como tablas de distribución de frecuencias y tablas cruzadas, con el fin de caracterizar las variables en cuanto a sus niveles y explorar una posible asociación entre ellas. Asimismo, se utilizó estadística inferencial en dos fases: en la primera, se aplicó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, dado que los datos superaban las 30 unidades. Posteriormente, al confirmarse la no normalidad de la distribución, se utilizó la prueba estadística correlacional no paramétrica de Spearman, con el propósito de constatar la presencia de relaciones significativas entre las variables.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados – Descriptivos

Análisis descriptivo de la variable inteligencia emocional

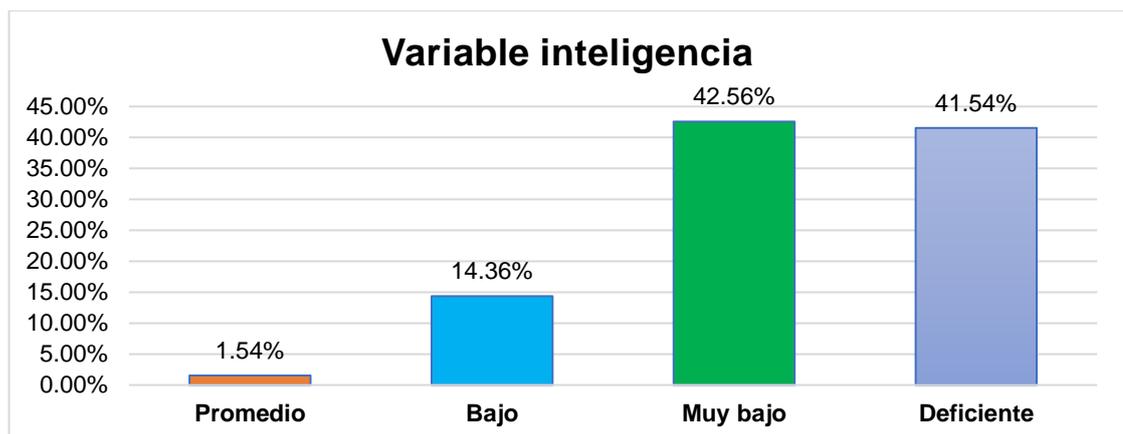
Tabla 5

Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado

Niveles	F	%
Promedio	3	1,54%
Bajo	28	14,36%
Muy bajo	83	42,56%
Deficiente	81	41,54%
TOTAL	195	100,00%

Figura 1

Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado



En la tabla 5 y figura 1, se observan Las métricas resultantes de la variable inteligencia emocional en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado, donde el 1,54% se posicionó en la categoría promedio, el 14,36% en la categoría baja, el 42,56% en muy baja y el 41,54% en la categoría deficiente.

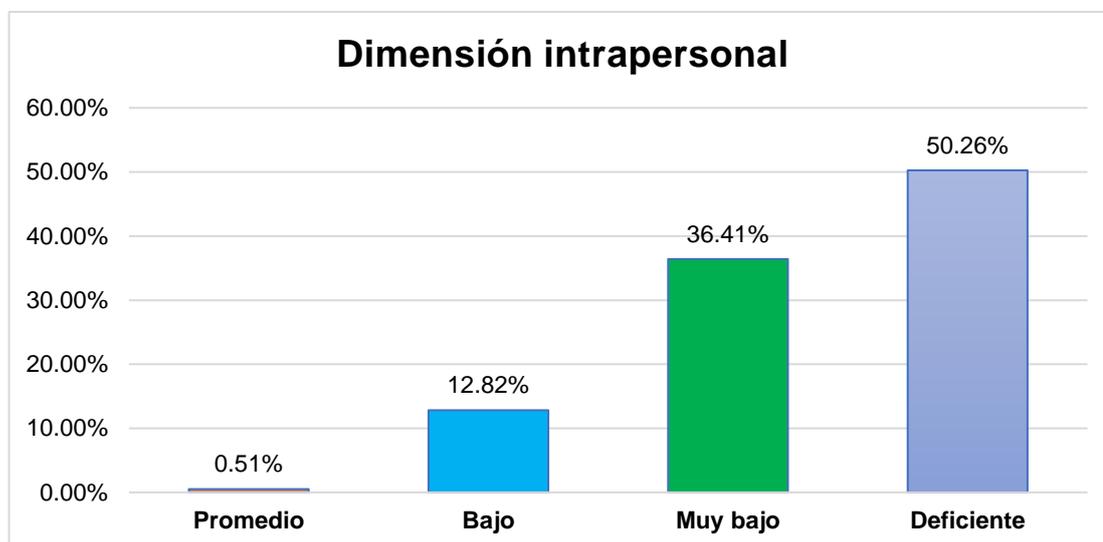
Tabla 6

Niveles de inteligencia intrapersonal en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado

Niveles	F	%
Promedio	1	0,51%
Bajo	25	12,82%
Muy bajo	71	36,41%
Deficiente	98	50,26%
TOTAL	195	100,00%

Figura 2

Niveles de inteligencia intrapersonal en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado



En la tabla 6 y figura 2, se observan Las métricas resultantes de la dimensión inteligencia intrapersonal, donde el 0,51% se posicionó en la categoría promedio, el 12,82% en la categoría baja, el 36,41% en muy baja y el 50,26% en la categoría deficiente.

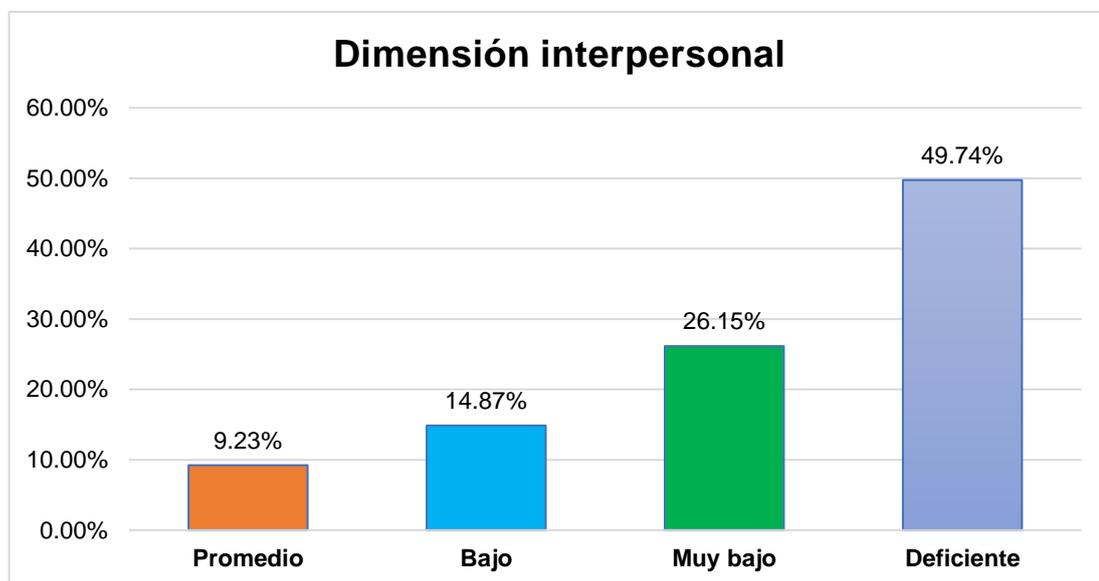
Tabla 6

Niveles de inteligencia interpersonal en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado

Niveles	F	%
Promedio	18	9,23%
Bajo	29	14,87%
Muy bajo	51	26,15%
Deficiente	97	49,74%
TOTAL	195	100,00%

Figura 3

Niveles de inteligencia interpersonal en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado



En la tabla 7 y figura 3, se observan Las métricas resultantes de la dimensión inteligencia interpersonal, donde el 9,23% se posicionó en la categoría promedio, el 14,87% en la categoría baja, el 26,15% en muy baja y el 49,74% en la categoría deficiente.

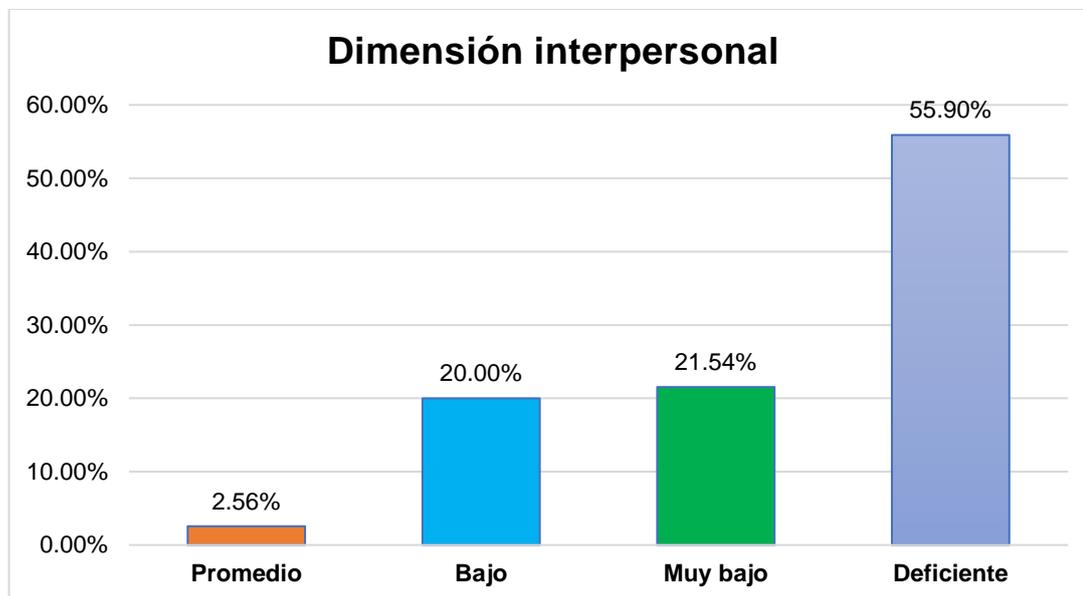
Tabla 7

Niveles de adaptabilidad en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado

Niveles	F	%
Promedio	5	2,56%
Bajo	39	20,00%
Muy bajo	42	21,54%
Deficiente	109	55,90%
TOTAL	195	100,00%

Figura 4

Niveles de adaptabilidad en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado



En la tabla 8 y figura 4, se observan Las métricas resultantes de la dimensión adaptabilidad, donde el 2,56% se posicionó en la categoría promedio, el 20,00% en la categoría baja, el 21,54% en muy baja y el 55,90% en la categoría deficiente.

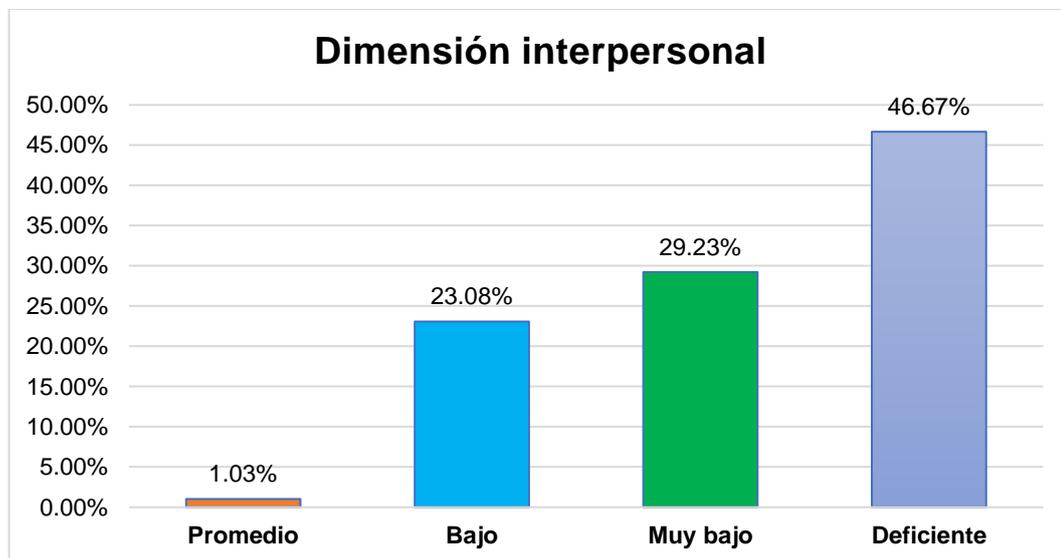
Tabla 8

Niveles de manejo de estrés en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado

Niveles	F	%
Promedio	2	1,03%
Bajo	45	23,08%
Muy bajo	57	29,23%
Deficiente	91	46,67%
TOTAL	195	100,00%

Figura 5

Niveles de manejo de estrés en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado



En la tabla 9 y figura 5, se observan Las métricas resultantes de la dimensión manejo de estrés, donde el 1,03% se posicionó en la categoría promedio, el 23,08% en la categoría baja, el 29,23% en muy baja y el 46,67% en la categoría deficiente.

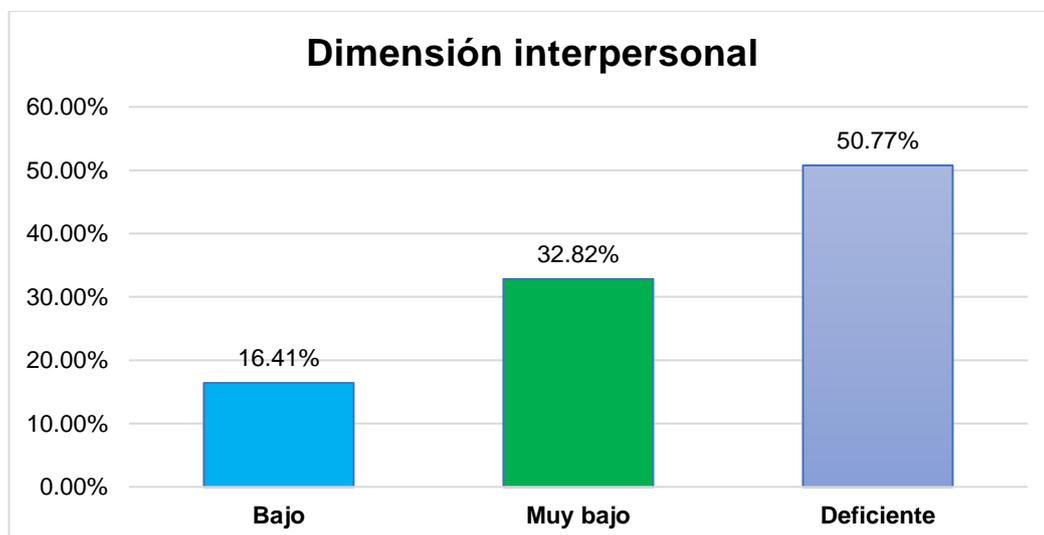
Tabla 9

Niveles de estado de ánimo en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado

Niveles	F	%
Bajo	32	16,41%
Muy bajo	64	32,82%
Deficiente	99	50,77%
TOTAL	195	100,00%

Figura 6

Niveles de estado de ánimo en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado



En la tabla 10 y figura 6, se observan Las métricas resultantes de la dimensión estado de ánimo, donde el 16,41% se posicionó en la categoría baja, el 32,82% en muy baja y el 50,77% en la categoría deficiente.

Análisis descriptivo de la variable estrés académico

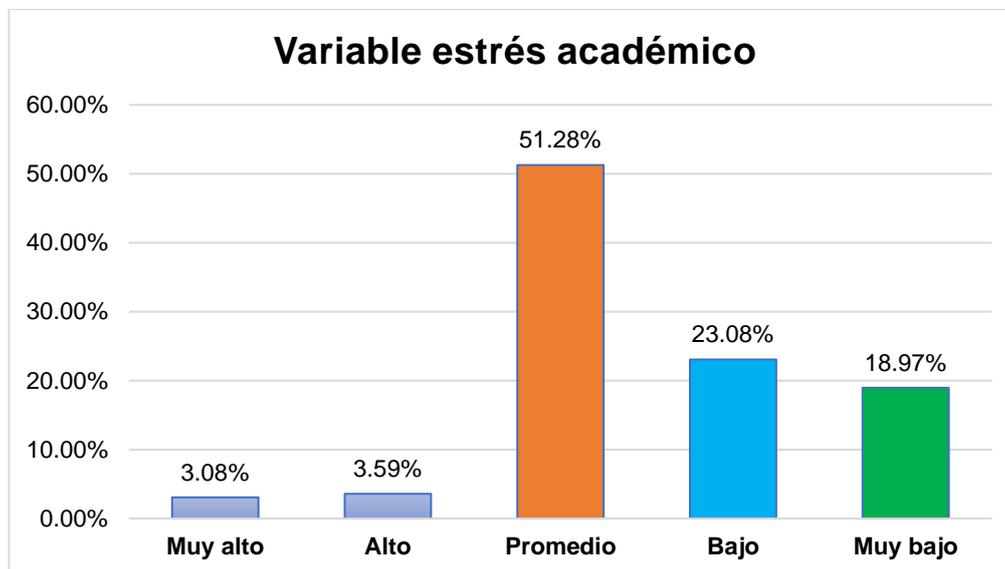
Tabla 10

Niveles de estrés académico en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado

Niveles	F	%
Muy alto	6	3,08%
Alto	7	3,59%
Promedio	100	51,28%
Bajo	45	23,08%
Muy bajo	37	18,97%
TOTAL	195	100,00%

Figura 7

Niveles de estrés académico en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado



En la tabla 11 y figura 7, se observan Las métricas resultantes de la variable estrés académico en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado, donde el 3,08% se posicionó en la categoría muy alto, el 3,59% en alto, el 51,28% en promedio, el 23,08% en bajo y el 18,97% en muy bajo.

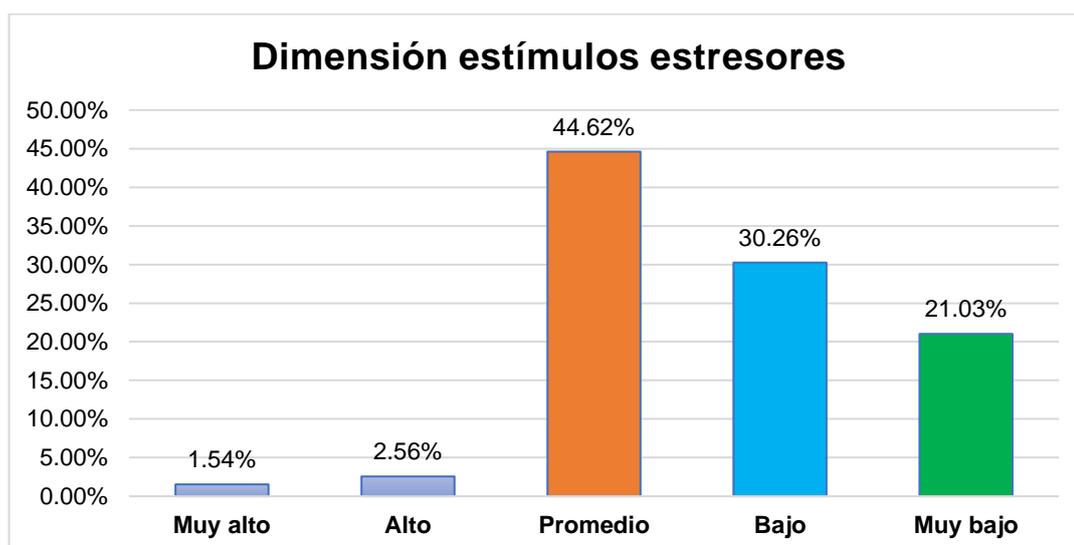
Tabla 11

Niveles de estímulos estresores en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado

Niveles	F	%
Muy alto	3	1,54%
Alto	5	2,56%
Promedio	87	44,62%
Bajo	59	30,26%
Muy bajo	41	21,03%
TOTAL	195	100,00%

Figura 8

Niveles de estímulos estresores en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado



En la tabla 12 y figura 8, se observan Las métricas resultantes de la dimensión estímulos estresores, donde el 1,54% se posicionó en la categoría muy alto, el 2,56% en alto, el 44,62% en promedio, el 30,26% en bajo y el 21,03% en muy bajo.

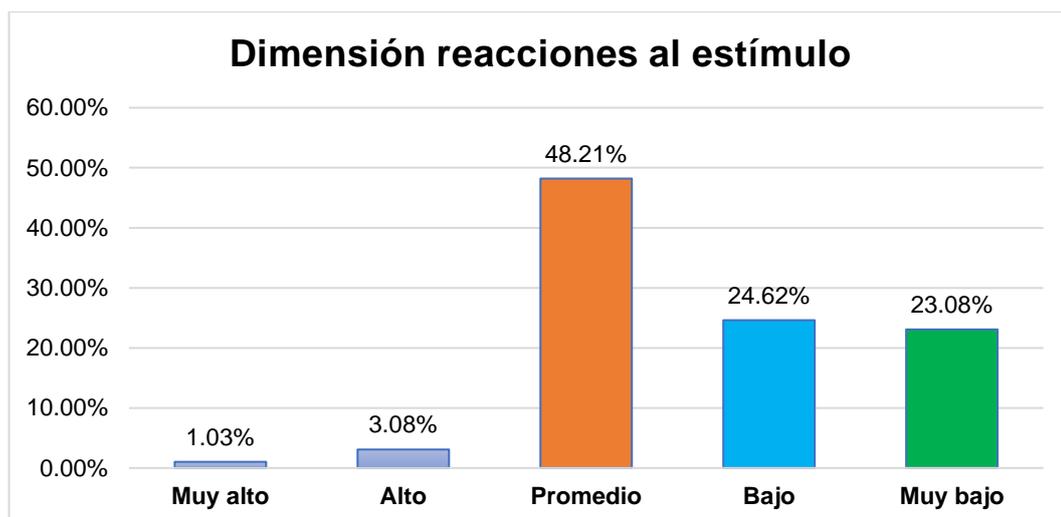
Tabla 12

Niveles de reacciones al estímulo en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado

Niveles	F	%
Muy alto	2	1,03%
Alto	6	3,08%
Promedio	94	48,21%
Bajo	48	24,62%
Muy bajo	45	23,08%
TOTAL	195	100,00%

Figura 9

Niveles de reacciones al estímulo en estudiantes de una institución privada de Juliaca Cercado



En la tabla 13 y figura 9, se observan Las métricas resultantes de la dimensión reacciones al estímulo, donde el 1,03% se posicionó en la categoría muy alto, el 3,08% en alto, el 48,21% en promedio, el 24,62% en bajo y el 23,08% en muy bajo.

5.2. Presentación de resultados – tablas cruzadas

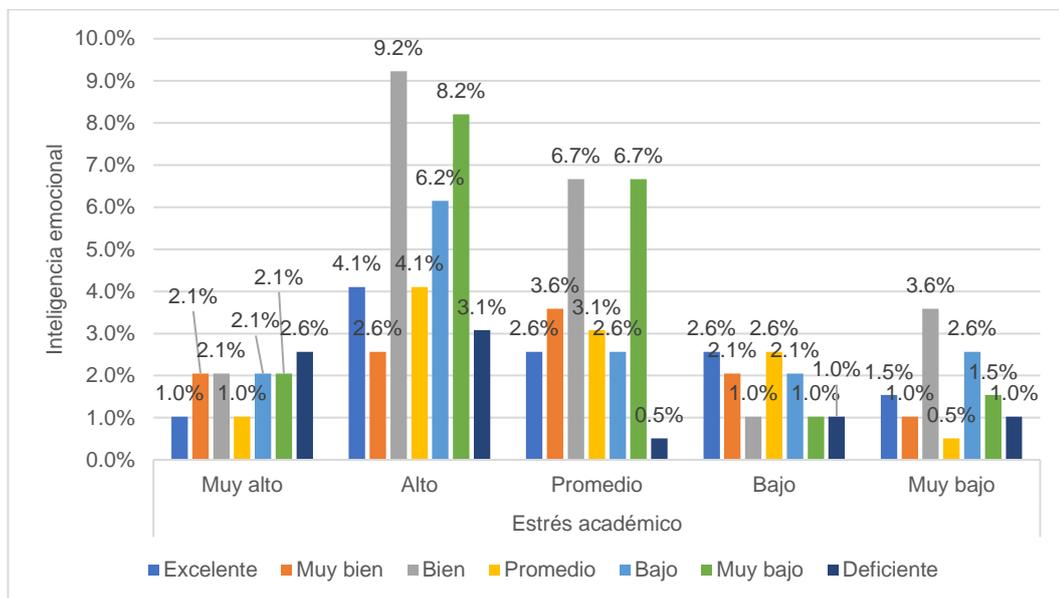
Tabla 13

Tabla cruzada entre niveles de inteligencia emocional y estrés académico

		Estrés académico					Total	
		Muy alto	Alto	Promedio	Bajo	Muy bajo		
Inteligencia emocional	Excelente	F	0	0	12	6	3	21
		%	0,0%	0,0%	6,2%	3,1%	1,5%	10,8%
	Muy bien	F	0	0	8	4	2	14
		%	0,0%	0,0%	4,1%	2,1%	1,0%	7,2%
	Bien	F	0	0	13	2	7	22
		%	0,0%	0,0%	6,7%	1,0%	3,6%	11,3%
	Promedio	F	0	0	6	5	1	12
		%	0,0%	0,0%	3,1%	2,6%	0,5%	6,2%
	Bajo	F	4	12	16	12	5	49
		%	2,1%	6,2%	8,2%	6,2%	2,6%	25,1%
	Muy bajo	F	2	5	11	8	3	29
		%	1,0%	2,6%	5,6%	4,1%	1,5%	14,9%
	Deficiente	F	8	12	16	10	2	48
		%	4,1%	6,2%	8,2%	5,1%	1,0%	24,6%
	Total		14	29	82	47	23	195
			7,2%	14,9%	42,1%	24,1%	11,8%	100%

Figura 10

Inteligencia emocional vs estrés académico



En la tabla 14 y figura 10, se muestra que el nivel promedio de estrés académico es el más frecuente, representando el 42,1% de los estudiantes. Este nivel se distribuye principalmente entre estudiantes con inteligencia emocional "Bajo" (8,2%) y "Deficiente" (8,2%). Los niveles de estrés académico "Bajo" (24,1%) y "Muy bajo" (11,8%) son más comunes en estudiantes con inteligencia emocional "Bajo" y "Muy bajo", sumando un 6,2% y 4,1% en el nivel "Bajo", y un 2,6% y 1,5% en el nivel "Muy bajo". En contraste, los niveles más altos de estrés académico, "Muy alto" (7,2%) y "Alto" (14,9%), destacan en estudiantes con inteligencia emocional "Deficiente", quienes representan el 4,1% y 6,2% de estos niveles, respectivamente.

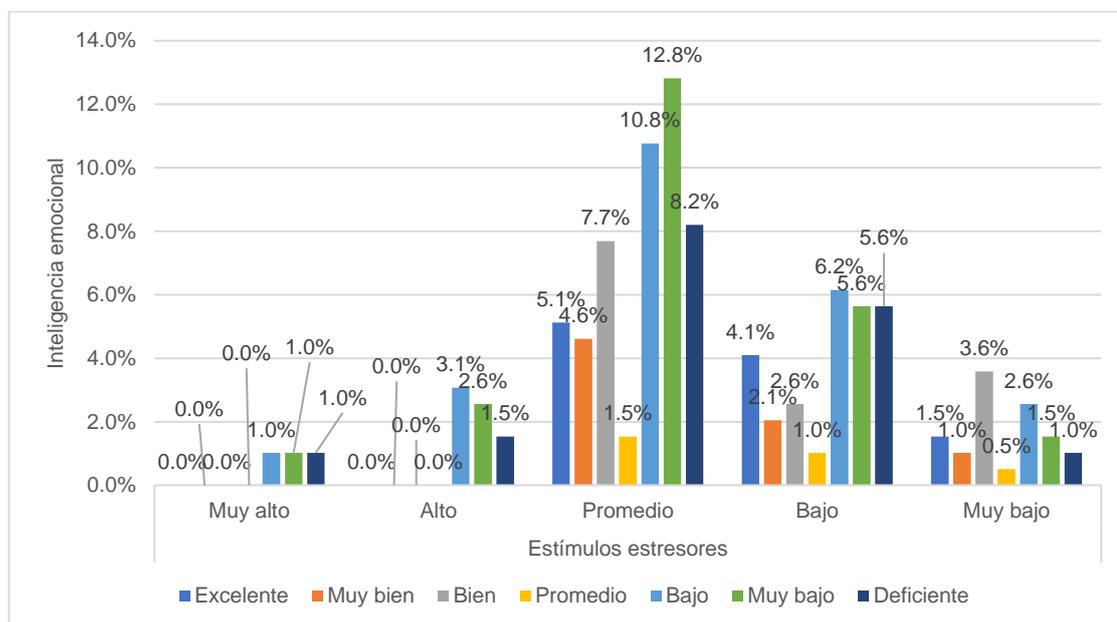
Tabla 14

Tabla cruzada entre niveles de inteligencia emocional y dimensión estímulos estresores

		Estímulos estresores					Total	
		Muy alto	Alto	Promedio	Bajo	Muy bajo		
Inteligencia emocional	Excelente	F	0	0	10	8	3	21
		%	0,0%	0,0%	5,1%	4,1%	1,5%	10,8%
	Muy bien	F	0	0	9	4	2	15
		%	0,0%	0,0%	4,6%	2,1%	1,0%	7,7%
	Bien	F	0	0	15	5	7	27
		%	0,0%	0,0%	7,7%	2,6%	3,6%	13,8%
	Promedio	F	0	0	3	2	1	6
		%	0,0%	0,0%	1,5%	1,0%	0,5%	3,1%
	Bajo	F	2	6	21	12	5	46
		%	1,0%	3,1%	10,8%	6,2%	2,6%	23,6%
	Muy bajo	F	2	5	25	11	3	46
		%	1,0%	2,6%	12,8%	5,6%	1,5%	23,6%
	Deficiente	F	2	3	16	11	2	34
		%	1,0%	1,5%	8,2%	5,6%	1,0%	17,4%
Total		6	14	99	53	23	195	
		3,1%	7,2%	50,8%	27,2%	11,8%	100%	

Figura 11

Inteligencia emocional vs dimensión estímulos estresores



En la tabla 15 y figura 11, se muestra que los estudiantes con inteligencia emocional "Excelente" predominan en los niveles "Bajo" y "Muy bajo" de estímulos estresores, con un 4,1% y 1,5%, respectivamente, mientras que aquellos con inteligencia emocional "Muy bien" alcanzan un 2,1% y 1,0% en los mismos niveles. Por su parte, los estudiantes con inteligencia emocional "Bajo" y "Muy bajo" concentran mayores porcentajes en el nivel "Promedio", con un 10,8% y 12,8%, respectivamente. Los niveles "Alto" y "Muy alto" son más frecuentes en estudiantes con inteligencia emocional "Deficiente", alcanzando un 1,5% y 1,0%.

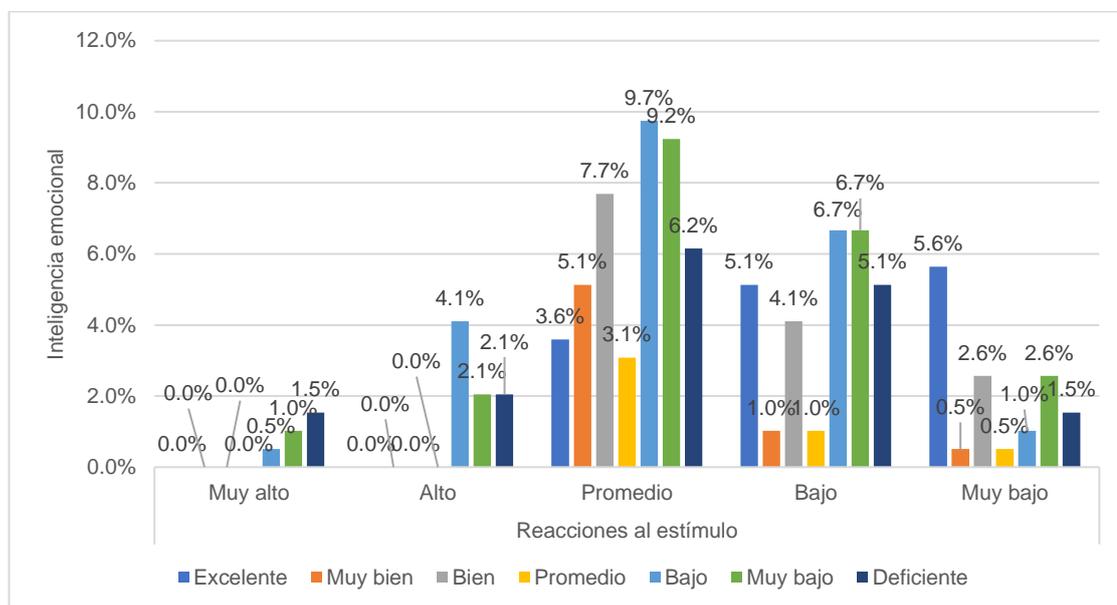
Tabla 15

Tabla cruzada entre niveles de inteligencia emocional y dimensión reacciones al estímulo

		Reacciones al estímulo					Total	
		Muy alto	Alto	Promedio	Bajo	Muy bajo		
Inteligencia emocional	Excelente	F	0	0	7	10	11	28
		%	0,0%	0,0%	3,6%	5,1%	5,6%	14,4%
	Muy bien	F	0	0	10	2	1	13
		%	0,0%	0,0%	5,1%	1,0%	0,5%	6,7%
	Bien	F	0	0	15	8	5	28
		%	0,0%	0,0%	7,7%	4,1%	2,6%	14,4%
	Promedio	F	0	0	6	2	1	9
		%	0,0%	0,0%	3,1%	1,0%	0,5%	4,6%
	Bajo	F	1	8	19	13	2	43
		%	0,5%	4,1%	9,7%	6,7%	1,0%	22,1%
	Muy bajo	F	2	4	18	13	5	42
		%	1,0%	2,1%	9,2%	6,7%	2,6%	21,5%
	Deficiente	F	3	4	12	10	3	32
		%	1,5%	2,1%	6,2%	5,1%	1,5%	16,4%
	Total		6	16	87	58	28	195
			3,1%	8,2%	44,6%	29,7%	14,4%	100%

Figura 12

Inteligencia emocional vs dimensión reacciones al estímulo



En la tabla 16 y figura 12, se muestra que los estudiantes con inteligencia emocional "Excelente" se concentran en los niveles "Bajo" y "Muy bajo" de reacciones al estímulo, representando un 5,1% y 5,6%, respectivamente. Asimismo, los estudiantes con inteligencia emocional "Muy bien" destacan en estos niveles con un 1,0% y 0,5%. Por el contrario, los estudiantes con inteligencia emocional "Bajo" y "Muy bajo" presentan mayores porcentajes en el nivel "Promedio", alcanzando un 9,7% y 9,2%, respectivamente. Los niveles más altos de reacciones al estímulo ("Muy alto" y "Alto") son más comunes en estudiantes con inteligencia emocional "Deficiente", con un 1,5% y 2,1%.

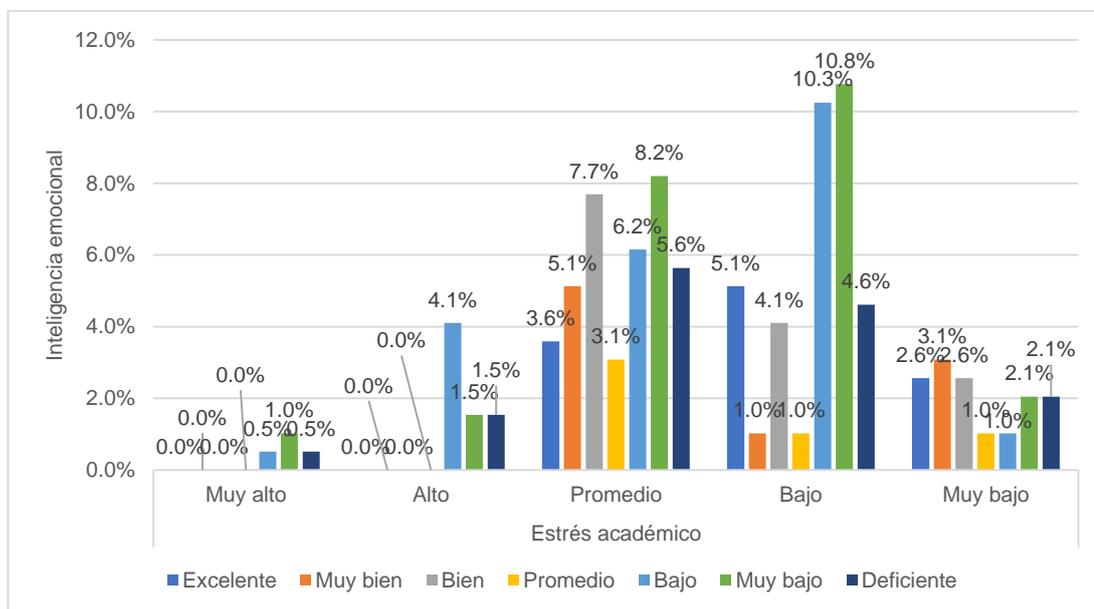
Tabla 16

Tabla cruzada entre niveles de inteligencia intrapersonal y estrés académico

		Estrés académico					Total	
		Muy alto	Alto	Promedio	Bajo	Muy bajo		
Intrapersonal	Excelente	F	0	0	7	10	5	22
		%	0,0%	0,0%	3,6%	5,1%	2,6%	11,3%
	Muy bien	F	0	0	10	2	6	18
		%	0,0%	0,0%	5,1%	1,0%	3,1%	9,2%
	Bien	F	0	0	15	8	5	28
		%	0,0%	0,0%	7,7%	4,1%	2,6%	14,4%
	Promedio	F	0	0	6	2	2	10
		%	0,0%	0,0%	3,1%	1,0%	1,0%	5,1%
	Bajo	F	1	8	12	20	2	43
		%	0,5%	4,1%	6,2%	10,3%	1,0%	22,1%
	Muy bajo	F	2	3	16	21	4	46
		%	1,0%	1,5%	8,2%	10,8%	2,1%	23,6%
	Deficiente	F	1	3	11	9	4	28
		%	0,5%	1,5%	5,6%	4,6%	2,1%	14,4%
	Total		4	14	77	72	28	195
			2,1%	7,2%	39,5%	36,9%	14,4%	100%

Figura 13

Inteligencia intrapersonal vs estrés académico



En la tabla 17 y figura 13, se muestra que los estudiantes con inteligencia intrapersonal "Excelente" y "Muy bien" predominan en los niveles "Bajo" y "Muy bajo" de estrés académico, con porcentajes de 5,1% y 2,6% para "Excelente", y 1,0% y 3,1% para "Muy bien". Por otro lado, los estudiantes con inteligencia intrapersonal "Bajo" y "Muy bajo" se concentran en los niveles "Promedio" y "Bajo", destacando en "Promedio" con un 6,2% y 8,2%, respectivamente. Los niveles más altos de estrés académico ("Muy alto" y "Alto") son más frecuentes en estudiantes con inteligencia intrapersonal "Muy bajo" y "Deficiente", alcanzando un 1,5% y 0,5%.

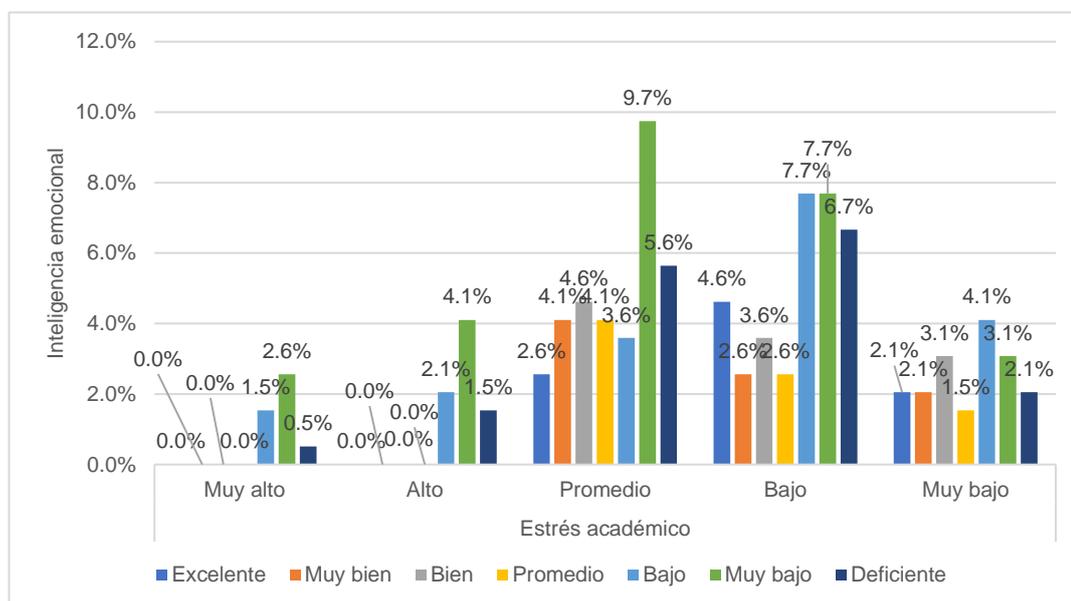
Tabla 17

Tabla cruzada entre niveles de inteligencia interpersonal y estrés académico

		Estrés académico					Total		
		Muy alto	Alto	Promedio	Bajo	Muy bajo			
Interpersonal	Excelente	F	0	0	5	9	4	18	
		%	0,0%	0,0%	2,6%	4,6%	2,1%	9,2%	
	Muy bien	F	0	0	8	5	4	17	
		%	0,0%	0,0%	4,1%	2,6%	2,1%	8,7%	
	Bien	F	0	0	9	7	6	22	
		%	0,0%	0,0%	4,6%	3,6%	3,1%	11,3%	
	Promedio	F	0	0	8	5	3	16	
		%	0,0%	0,0%	4,1%	2,6%	1,5%	8,2%	
	Bajo	F	3	4	7	15	8	37	
		%	1,5%	2,1%	3,6%	7,7%	4,1%	19,0%	
	Muy bajo	F	5	8	19	15	6	53	
		%	2,6%	4,1%	9,7%	7,7%	3,1%	27,2%	
	Deficiente	F	1	3	11	13	4	32	
		%	0,5%	1,5%	5,6%	6,7%	2,1%	16,4%	
	Total			9	15	67	69	35	195
				4,6%	7,7%	34,4%	35,4%	17,9%	100%

Figura 14

Inteligencia interpersonal vs estrés académico



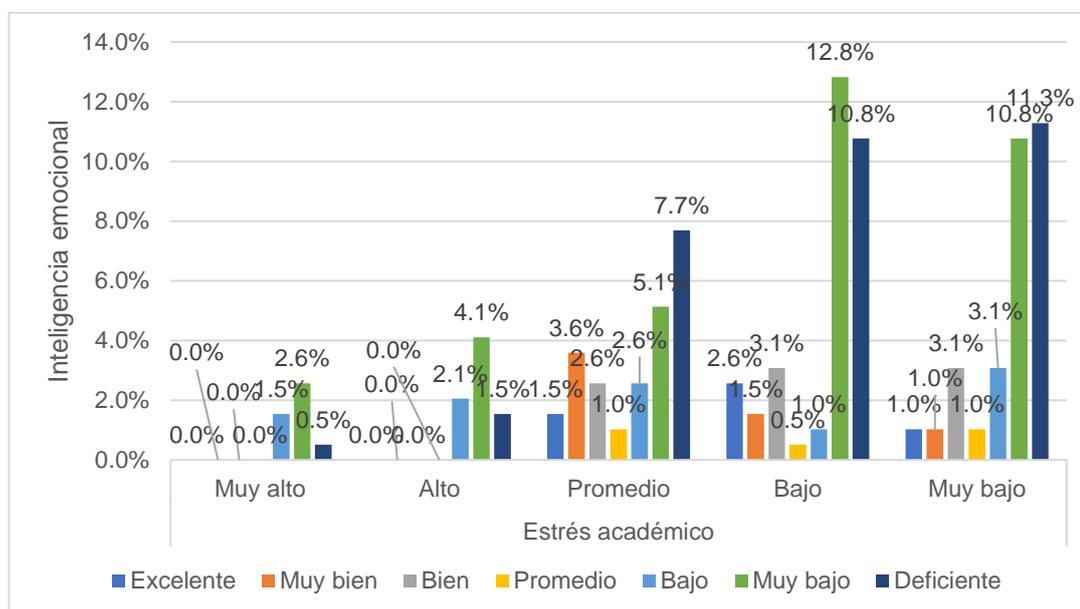
En la tabla 18 y figura 14, se muestra que los estudiantes con inteligencia interpersonal "Excelente" y "Muy bien" predominan en los niveles "Bajo" y "Muy bajo" de estrés académico, con porcentajes de 4,6% y 2,1% para "Excelente", y 2,6% y 2,1% para "Muy bien". En contraste, los estudiantes con inteligencia interpersonal "Muy bajo" presentan los mayores porcentajes en los niveles "Promedio" (9,7%) y "Alto" (4,1%). Los niveles más altos de estrés académico ("Muy alto") son más frecuentes en estudiantes con inteligencia interpersonal "Muy bajo", alcanzando un 2,6%.

Tabla 18*Tabla cruzada entre niveles de adaptabilidad y estrés académico*

		Estrés académico					Total	
		Muy alto	Alto	Promedio	Bajo	Muy bajo		
Adaptabilidad	Excelente	F	0	0	3	5	2	10
		%	0,0%	0,0%	1,5%	2,6%	1,0%	5,1%
	Muy bien	F	0	0	7	3	2	12
		%	0,0%	0,0%	3,6%	1,5%	1,0%	6,2%
	Bien	F	0	0	5	6	6	17
		%	0,0%	0,0%	2,6%	3,1%	3,1%	8,7%
	Promedio	F	0	0	2	1	2	5
		%	0,0%	0,0%	1,0%	0,5%	1,0%	2,6%
	Bajo	F	3	4	5	2	6	20
		%	1,5%	2,1%	2,6%	1,0%	3,1%	10,3%
	Muy bajo	F	5	8	10	25	21	69
		%	2,6%	4,1%	5,1%	12,8%	10,8%	35,4%
	Deficiente	F	1	3	15	21	22	62
		%	0,5%	1,5%	7,7%	10,8%	11,3%	31,8%
Total		9	15	47	63	61	195	
		4,6%	7,7%	24,1%	32,3%	31,3%	100%	

Figura 15

Adaptabilidad vs estrés académico



En la tabla 19 y figura 15, se muestra que los estudiantes con adaptabilidad "Excelente" y "Muy bien" predominan en los niveles "Bajo" y "Muy bajo" de estrés académico, con porcentajes de 2,6% y 1,0% para "Excelente", y 1,5% y 1,0% para "Muy bien". En contraste, los estudiantes con adaptabilidad "Muy bajo" y "Deficiente" presentan mayores porcentajes en los niveles "Promedio" (5,1% y 7,7%, respectivamente) y "Alto" (4,1% y 1,5%). Los niveles más altos de estrés académico ("Muy alto") son más comunes en estudiantes con adaptabilidad "Muy bajo", alcanzando un 2,6%.

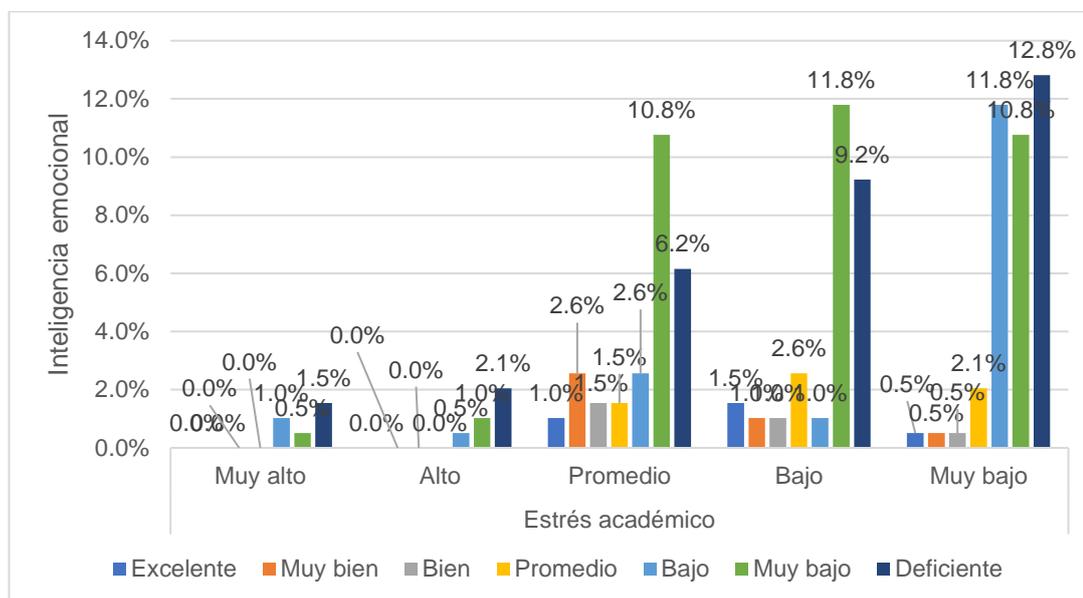
Tabla 19

Tabla cruzada entre niveles de manejo de estrés y estrés académico

		Estrés académico					Total	
		Muy alto	Alto	Promedio	Bajo	Muy bajo		
Manejo de estrés	Excelente	F	0	0	2	3	1	6
		%	0,0%	0,0%	1,0%	1,5%	0,5%	3,1%
	Muy bien	F	0	0	5	2	1	8
		%	0,0%	0,0%	2,6%	1,0%	0,5%	4,1%
	Bien	F	0	0	3	2	1	6
		%	0,0%	0,0%	1,5%	1,0%	0,5%	3,1%
	Promedio	F	0	0	3	5	4	12
		%	0,0%	0,0%	1,5%	2,6%	2,1%	6,2%
	Bajo	F	2	1	5	2	23	33
		%	1,0%	0,5%	2,6%	1,0%	11,8%	16,9%
	Muy bajo	F	1	2	21	23	21	68
		%	0,5%	1,0%	10,8%	11,8%	10,8%	34,9%
	Deficiente	F	3	4	12	18	25	62
		%	1,5%	2,1%	6,2%	9,2%	12,8%	31,8%
Total		6	7	51	55	76	195	
		3,1%	3,6%	26,2%	28,2%	39,0%	100%	

Figura 16

Manejo de estrés vs estrés académico



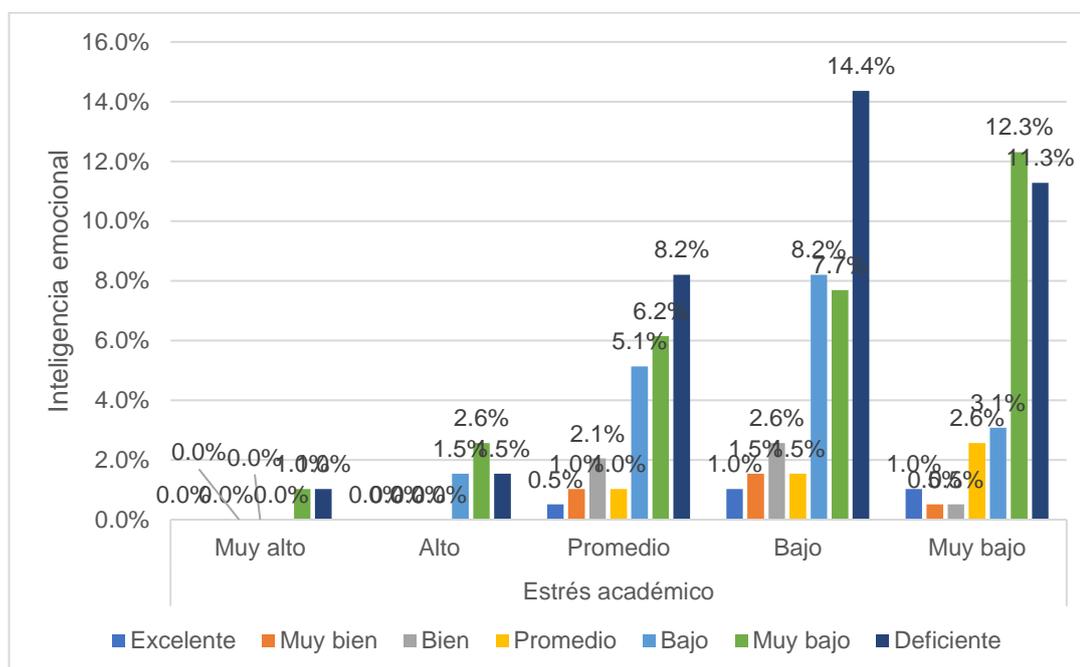
En la tabla 20 y figura 16, se muestra que los estudiantes con manejo de estrés "Excelente" predominan en los niveles "Bajo" y "Muy bajo" de estrés académico, con porcentajes de 1,5% y 0,5%, respectivamente, al igual que aquellos con manejo "Muy bien", con un 1,0% y 0,5%. En contraste, los estudiantes con manejo de estrés "Muy bajo" y "Deficiente" presentan mayores porcentajes en los niveles "Promedio" (10,8% y 6,2%), "Bajo" (11,8% y 9,2%) y "Muy bajo" (10,8% y 12,8%). Los niveles más altos de estrés académico ("Muy alto") se concentran en estudiantes con manejo "Deficiente" y "Muy bajo" (1,5% y 0,5%).

Tabla 20*Tabla cruzada entre niveles de estado de ánimo y estrés académico*

		Estrés académico					Total	
		Muy alto	Alto	Promedio	Bajo	Muy bajo		
Manejo de estrés	Excelente	F	0	0	1	2	2	5
		%	0,0%	0,0%	0,5%	1,0%	1,0%	2,6%
	Muy bien	F	0	0	2	3	1	6
		%	0,0%	0,0%	1,0%	1,5%	0,5%	3,1%
	Bien	F	0	0	4	5	1	10
		%	0,0%	0,0%	2,1%	2,6%	0,5%	5,1%
	Promedio	F	0	0	2	3	5	10
		%	0,0%	0,0%	1,0%	1,5%	2,6%	5,1%
	Bajo	F	0	3	10	16	6	35
		%	0,0%	1,5%	5,1%	8,2%	3,1%	17,9%
	Muy bajo	F	2	5	12	15	24	58
		%	1,0%	2,6%	6,2%	7,7%	12,3%	29,7%
	Deficiente	F	2	3	16	28	22	71
		%	1,0%	1,5%	8,2%	14,4%	11,3%	36,4%
Total		4	11	47	72	61	195	
		2,1%	5,6%	24,1%	36,9%	31,3%	100%	

Figura 17

Estado de ánimo vs estrés académico



En la tabla 21 y figura 17, se muestra que los estudiantes con estado de ánimo "Excelente" presentan los niveles más bajos de estrés académico, destacando en las categorías "Bajo" y "Muy bajo" con un 1,0% y 1,0%, respectivamente. En contraste, los estudiantes con estado de ánimo "Deficiente" y "Muy bajo" concentran los mayores porcentajes en los niveles "Promedio" (8,2% y 6,2%), "Bajo" (14,4% y 7,7%) y "Muy bajo" (11,3% y 12,3%). Los niveles más altos de estrés académico ("Muy alto" y "Alto") son más frecuentes en estudiantes con estado de ánimo "Muy bajo" y "Deficiente" (2,6% y 1,5%).

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis resultados – prueba de hipótesis

Prueba de normalidad

$p > 0,05$ H_0 : Los datos siguen una distribución normal

$p < 0,05$ H_1 : Los datos no siguen una distribución normal

Nivel de significancia: $\alpha = 0,05$

Tabla 21

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia emocional	,215	195	,005
Manejo de estrés	,209	195	,009
Intrapersonal	,234	195	,000
Interpersonal	,218	195	,000
Adaptabilidad	,234	195	,001
Manejo de estrés	,216	195	,002
Estado de animo	,211	195	,005
Estrés académico	,211	195	,000
Estímulos estresores	,222	195	,000
Reacciones al estimulo	,208	195	,000

En vista que la muestra (213), es mayor que 50, se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, y de acuerdo a los valores de significancia donde existen valores menores a 0,05; de esta manera, se verifica que la distribución no se alinea a la normalidad, por lo que se empleará estadística no paramétrica, eligiéndose como prueba de correlación la prueba Rho de Spearman.

Prueba de hipótesis general

Nivel de significación: $\alpha = 0,05$ (prueba bilateral)

Regla de decisión: $P > \alpha$ = rechaza H_0 se acepta la hipótesis nula

Tabla 22

Nivel de relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024

			Estrés académico
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coefficiente de correlación	-,618**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	195

Las métricas resultantes de la prueba de hipótesis general indican que el coeficiente de correlación de Spearman entre inteligencia emocional y estrés académico es $r = -0,618$, lo que refleja una relación inversa moderada a alta entre ambas variables. El valor p asociado a esta correlación es $p = 0,000$, siendo menor que el nivel de significación establecido de $\alpha = 0,05$. Dado que $p < \alpha$, se rechaza la hipótesis nula (H_0), aceptando la hipótesis alterna (H_a). Por lo tanto, se concluye que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca, Cercado, en el año 2024.

Prueba de hipótesis específica 1

Tabla 23

Nivel de relación entre inteligencia emocional y estímulos estresores en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024

				Estímulos estresores	
Rho de Spearman	de	Inteligencia emocional	Coefficiente de correlación	de	-,519**
				Sig. (bilateral)	,000
				N	195

Las métricas resultantes de la prueba de hipótesis específica 1 muestran que el coeficiente de correlación de Spearman entre inteligencia emocional y estímulos estresores es $r = -0,519$, lo que indica una relación inversa moderada entre ambas variables. El valor p asociado es $p = 0,000$, el cual es menor que el nivel de significación $\alpha = 0,05$. Dado que $p < \alpha$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a). Por consiguiente, se concluye que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y los estímulos estresores en estudiantes de 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca, Cercado, en el año 2024.

Prueba de hipótesis específica 2

Tabla 24

Nivel de relación entre inteligencia emocional y reacciones al estímulo en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024

				Reacciones al estímulo	
Rho de Spearman	de	Inteligencia emocional	Coefficiente de correlación	de -,784**	
				Sig. (bilateral)	,000
				N	195

Las métricas resultantes de la prueba de hipótesis específica 2 muestran que el coeficiente de correlación de Spearman entre inteligencia emocional y reacciones al estímulo es $r = -0,784$, lo que indica una relación inversa fuerte entre ambas variables. El valor p asociado es $p = 0,000$, el cual es menor que el nivel de significación $\alpha = 0,05$. Dado que $p < \alpha$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a). Por lo tanto, se concluye que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y las reacciones al estímulo en estudiantes de 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca, Cercado, en el año 2024.

Prueba de hipótesis específica 3

Tabla 25

Nivel de relación entre la dimensión intrapersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024

				Estrés académico	
Rho de Spearman	de Inteligencia intrapersonal	Coefficiente de correlación	de	-,455**	
				Sig. (bilateral)	,000
				N	195

Las métricas resultantes de la prueba de hipótesis específica 3 indican que el coeficiente de correlación de Spearman entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico es $r = -0,455$, lo que señala una relación inversa moderada entre ambas variables. El valor p obtenido es $p = 0,000$, el cual es menor que el nivel de significación $\alpha = 0,05$. Dado que $p < \alpha$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a). Por lo tanto, se concluye que existe una relación significativa entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca, Cercado, en el año 2024.

Prueba de hipótesis específica 4

Tabla 26

Nivel de relación entre la dimensión interpersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024

				Estrés académico	
Rho de Spearman	de	Inteligencia interpersonal	Coeficiente de correlación	de	-,817**
				Sig. (bilateral)	,000
				N	195

Las métricas resultantes de la prueba de hipótesis específica 4 revelan que el coeficiente de correlación de Spearman entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico es $r = -0,817$, indicando una relación inversa fuerte entre ambas variables. El valor p asociado es $p = 0,000$, el cual es menor que el nivel de significación $\alpha = 0,05$. Dado que $p < \alpha$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a). En consecuencia, se concluye que existe una relación significativa entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca, Cercado, en el año 2024.

Prueba de hipótesis específica 6

Tabla 28

Nivel de relación entre la dimensión manejo de estrés y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024

			Estrés académico
Rho de Spearman	de Manejo de estrés	Coeficiente de correlación	de -,561**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	195

Las métricas resultantes de la prueba de hipótesis específica 6 muestran que el coeficiente de correlación de Spearman entre la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional y el estrés académico es $r = -0,561$, lo que indica una relación inversa moderada entre ambas variables. El valor p asociado es $p = 0,000$, el cual es menor que el nivel de significación $\alpha = 0,05$. Dado que $p < \alpha$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a). Por lo tanto, se concluye que existe una relación significativa entre la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca, Cercado, en el año 2024.

Prueba de hipótesis específica 7

Tabla 29

Nivel de relación entre la dimensión estado de ánimo y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024

			Estrés académico
Rho de Spearman	de Estado de ánimo	Coefficiente de correlación	de -,302**
		Sig. (bilateral)	,001
		N	195

Las métricas resultantes de la prueba de hipótesis específica 7 indican que el coeficiente de correlación de Spearman entre la dimensión estado de ánimo de la inteligencia emocional y el estrés académico es $r = -0,302$, lo que refleja una relación inversa débil entre ambas variables. El valor p es $p = 0,001$, menor que el nivel de significación $\alpha = 0,05$. Dado que $p < \alpha$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a). Por lo tanto, se concluye que existe una relación significativa entre la dimensión estado de ánimo de la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca, Cercado, en el año 2024.

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1. Análisis resultados – prueba de hipótesis

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años de una institución privada de Juliaca. Entre las principales debilidades identificadas en el desarrollo de la investigación se encuentra la dificultad para obtener el consentimiento informado. Este obstáculo surgió debido a la negativa inicial de algunos padres de familia, quienes mostraron resistencia por la falta de comprensión sobre los objetivos del estudio. Sin embargo, esta situación fue superada a través de acciones de sensibilización, que permitieron aclarar dudas y fomentar su participación. Otra limitación relevante fue la incompatibilidad de horarios entre los investigadores y la institución educativa, lo que generó dificultades para coordinar adecuadamente la recolección de datos.

Asimismo, la fecha de aplicación de instrumentos coincidía con otras actividades ya programadas por el colegio, ello implicó la demora de esta investigación, ya que se postergó para días después de la fecha solicitada, por lo que se requirió un esfuerzo considerable para ajustar y coordinar las sesiones de aplicación.

Por otro lado, entre las fortalezas del trabajo de investigación se destaca el uso de instrumentos que presentan altos niveles de validez y confiabilidad. La validez fue establecida mediante la técnica de juicio de expertos, en la que participaron seis profesionales: un doctor, tres psicólogos con grado de magíster y dos licenciados en psicología. Por otro lado, la confiabilidad de los instrumentos se comprobó a través de una prueba piloto, utilizando el coeficiente Alfa de Cronbach. Las métricas resultantes obtenidos reflejaron una alta consistencia interna, con un alfa de 0,916 para el instrumento de inteligencia emocional y de 0,908 para el instrumento de estrés académico.

En cuanto a Las métricas resultantes descriptivos:

En cuanto a Las métricas resultantes descriptivos por variable y dimensiones, se observa que en la variable inteligencia emocional, la mayoría de los estudiantes se encuentra en niveles muy bajos (42,56%) y deficientes (41,54%), lo que indica que presentan dificultades para identificar, comprender y regular sus emociones. Esta falta de habilidades emocionales puede afectar su capacidad para enfrentar situaciones académicas desafiantes, como exámenes y tareas, llevándolos a experimentar estrés, frustración y reacciones impulsivas. Por otro lado, un pequeño porcentaje de estudiantes (14,36%) se encuentra en niveles bajos, y solo un 1,54% tiene niveles promedio, lo que sugiere que los estudiantes con mejores habilidades emocionales logran manejar mejor el estrés y las interacciones sociales en el ámbito académico.

En la dimensión inteligencia intrapersonal, la mayoría de los estudiantes se encuentra en niveles deficientes (50,26%) y muy bajos (36,41%), lo que refleja una limitada habilidad para manejar sus propias emociones y comprender sus estados internos. Esto podría derivar en una mayor vulnerabilidad emocional frente a situaciones de estrés, ya que estos estudiantes pueden experimentar una falta de autoconocimiento y dificultades para regular sus emociones en momentos de tensión. Por su parte, la dimensión inteligencia interpersonal muestra que casi la mitad de los estudiantes (49,74%) se encuentra en niveles deficientes y un 26,15% en niveles muy bajos, lo que sugiere que estos estudiantes enfrentan grandes dificultades para establecer relaciones sociales efectivas y para manejar interacciones emocionales en su entorno. Esto puede resultar en conflictos interpersonales, sensación de aislamiento y una falta de empatía, lo que afecta su capacidad para trabajar en equipo o relacionarse de manera positiva con compañeros y profesores.

En la dimensión adaptabilidad, la mayoría de los estudiantes presenta niveles deficientes (55,90%) y muy bajos (21,54%), lo que refleja una limitada capacidad para ajustarse a las exigencias académicas y responder a cambios. Esto puede generarles frustración, ansiedad y dificultad para organizarse frente a situaciones nuevas o imprevistas, afectando su rendimiento y bienestar. De manera similar, en la dimensión manejo de estrés, un gran porcentaje de estudiantes se encuentra en niveles deficientes (46,67%) y muy bajos (29,23%), lo que indica dificultades para gestionar las demandas emocionales del entorno académico. Esto puede llevar a ansiedad, irritabilidad y fatiga, afectando su capacidad para concentrarse, tomar decisiones y mantener el equilibrio emocional.

En relación con la dimensión estado de ánimo, Las métricas resultantes muestran que más del 80% de los estudiantes presenta niveles muy bajos (32,82%) o deficientes (50,77%) en aspectos como felicidad y optimismo. Esto podría estar relacionado con una percepción negativa de su entorno, lo que puede generar desmotivación y dificultad para enfrentar los desafíos académicos. La falta de un estado de ánimo positivo puede influir en su rendimiento académico, en su actitud frente al estudio y en su capacidad para superar obstáculos.

Por otro lado, Las métricas resultantes de la variable estrés académico reflejan que más de la mitad de los estudiantes se encuentran en un nivel promedio (51,28%), mientras que un porcentaje significativo se ubica en niveles bajos (23,08%) y muy bajos (18,97%). Esto indica que una parte importante de los estudiantes experimenta estrés académico moderado, lo que podría manifestarse en síntomas como dificultad para concentrarse, fatiga y ansiedad generalizada frente a las tareas académicas. Sin embargo, un pequeño grupo presenta niveles altos (3,59%) y muy altos (3,08%) de estrés, lo cual sugiere que algunos estudiantes perciben las exigencias académicas como altamente

amenazantes. Estos estudiantes podrían experimentar síntomas más intensos, como irritabilidad, insomnio, preocupación constante y dificultades para relajarse, lo que podría afectar negativamente tanto su bienestar emocional como su rendimiento académico. En la dimensión estímulos estresores, se observa que, aunque un porcentaje considerable está en niveles promedio (44,62%), un número significativo se encuentra en niveles bajos (30,26%) y muy bajos (21,03%). Esto sugiere que, para muchos estudiantes, la percepción de amenaza frente a factores como la sobrecarga académica, los exámenes y las exigencias de los docentes es moderada a baja. Los estudiantes que perciben estos estímulos de manera menos amenazante pueden no experimentar tantas reacciones físicas como tensión muscular, dolores de cabeza o malestar estomacal. Sin embargo, aquellos que están más sensibilizados pueden enfrentar un mayor impacto en su bienestar, como sentimientos de desesperación, nerviosismo y dificultad para dormir.

Además, en la dimensión reacciones al estímulo, un 48,21% de los estudiantes se encuentra en un nivel promedio, lo que indica que las respuestas emocionales, físicas y conductuales al estrés son relativamente manejables para la mayoría. Estos estudiantes experimentan estrés moderado, manifestado en síntomas como preocupación leve, dificultad ocasional para concentrarse o fatiga, pero en general logran adaptarse a las demandas del entorno académico y social. Sin embargo, un 24,62% de los estudiantes se encuentra en niveles bajos y un 23,08% en muy bajos, lo que sugiere que una proporción significativa podría estar enfrentando respuestas menos adaptativas al estrés. Estos estudiantes podrían estar experimentando ansiedad, irritabilidad o dificultades para manejar sus emociones, lo que puede afectar su capacidad para afrontar de manera eficaz las exigencias académicas y las interacciones sociales.

Asimismo, en relación al contrastes de hipótesis se encontró lo siguiente:

En relación a la hipótesis general, Las métricas resultantes de la prueba general ($r=-0,618$, $p=0,000$) evidencian una relación inversa moderada a alta entre inteligencia emocional y estrés académico, lo que coincide con el estudio de Kelly (2022), quien encontró una correlación entre estrés académico moderado (84 %) e inteligencia emocional adecuada (57 %) en estudiantes de Ayacucho, señalando que un adecuado manejo emocional puede mitigar el impacto del estrés. Asimismo, se relaciona con el trabajo de García (2022), que determinó una relación directa entre inteligencia emocional (47.7 % con nivel promedio-alto) y estrés académico en estudiantes secundarios de Ventanilla, destacando cómo la inteligencia emocional influye en el manejo del estrés en entornos académicos. De otro lado, la comprensión de la variable inteligencia emocional y su vínculo con el estrés académico se puede comprender desde la teoría de Mayer y Salovey (1997), la cual enfatiza la capacidad de regular las emociones como un factor clave para enfrentar situaciones de estrés, respaldando que el adecuado manejo emocional puede mitigar el impacto del estrés académico.

En relación a la hipótesis específica 1, se demostró la presencia de una relación inversa moderada ($r=-0,519$, $p=0,000$) entre inteligencia emocional y estímulos estresores guarda similitud con los hallazgos de Salazar (2022), quien identificó una relación significativa entre inteligencia emocional y autopercepción en adolescentes de Lima Norte, destacando que una mayor autoconciencia emocional puede disminuir la percepción de factores estresantes. Además, puede contrastarse con Kelly (2022, quien también vinculó niveles adecuados de inteligencia emocional con la disminución de factores de estrés académico. Este resultado es reforzado por la teoría del estrés académico de García y Mazo (2011), que señala la importancia de habilidades emocionales para disminuir la percepción de amenaza en situaciones educativas demandantes.

En relación a la hipótesis específica 2, se demostró la presencia de una correlación fuerte ($r=-0,784$, $p=0,000$) entre inteligencia emocional y las reacciones al estímulo coincide con Las métricas resultantes de Silva (2022), quien demostró que una mejora en la inteligencia emocional contribuye al desarrollo de proyectos de vida adecuados, resaltando cómo un manejo emocional adecuado influye en la respuesta frente a estímulos adversos. También se alinea con el estudio de García (2022), que identificó cómo niveles altos de inteligencia emocional reducen el impacto de los estímulos académicos estresantes. Este resultado es reforzado teóricamente por el Modelo de Mayer y Salovey (1997), el cual señala que la capacidad para regular emociones no solo influye en la percepción de las situaciones, sino también en las respuestas físicas, psicológicas y comportamentales ante el estrés, reforzando que estudiantes con mayor inteligencia emocional reaccionan menos intensamente a los estímulos estresantes.

En relación a la hipótesis específica 3, se demostró la presencia de una relación inversa moderada ($r=-0,455$, $p=0,000$) entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico es comparable con los hallazgos de Lasso (2022), quien identificó que el 48 % de los estudiantes requiere mejorar su atención emocional y el 50 % su claridad emocional, lo cual refleja una necesidad de fortalecer habilidades intrapersonales para manejar adecuadamente el estrés. También se relaciona con el estudio de Ruiz y Berrios (2023), quienes destacaron que la inteligencia emocional mejora la satisfacción personal, pero enfatizaron la necesidad de trasladar estos conocimientos a un nivel práctico en las aulas. Este resultado se refuerza con el componente de autoconocimiento descrito por Mayer y Salovey (1997), que destaca cómo la habilidad para manejar emociones internas reduce significativamente los niveles de estrés académico.

En relación a la hipótesis específica 4, se demostró la presencia de una relación entre la dimensión interpersonal y el estrés académico con un $r=-0,817$ ($p=0,000$) indicando una relación inversa fuerte. Estos resultados son consistentes con el estudio de Arévalo et al. (2022), quienes encontraron una relación moderada positiva entre inteligencia emocional y adaptación conductual en estudiantes de Juliaca, destacando cómo habilidades sociofuncionales adecuadas (92.4 %) reducen el impacto del estrés académico. Además, coinciden con los hallazgos de Soto (2022), que confirmó la relación entre inteligencia emocional y estrés percibido en estudiantes de Chiclayo, subrayando la importancia de las competencias interpersonales para manejar el estrés. Este hallazgo coincide teóricamente con el modelo de Mayer y Salovey (1997), que destaca la importancia de las competencias sociales y la empatía para manejar relaciones interpersonales y, en consecuencia, disminuir el estrés en entornos académicos.

En relación a la hipótesis específica 5, se demostró la presencia de una relación inversa fuerte ($r=-0,744$, $p=0,000$) entre la adaptabilidad emocional y el estrés académico se relaciona con Las métricas resultantes de Berríos et al. (2022), quienes hallaron una relación inversa moderada ($r=-0,497$) entre inteligencia emocional y estrés académico en adolescentes de Huancayo, reflejando que la capacidad de adaptación emocional contribuye a mitigar el estrés. También puede compararse con Gallo (2023), quien concluyó que, aunque no existe una relación significativa entre habilidades emocionales y adaptación en adolescentes institucionalizados, sí se observaron diferencias notables en la adaptación. Esto refuerza la teoría de Mayer y Salovey (1997), que subraya la capacidad de adaptación como un componente crucial para gestionar eficazmente las demandas académicas y reducir los niveles de estrés.

En relación a la hipótesis específica 6, se demostró la presencia de una relación inversa moderada entre la dimensión manejo de estrés y el

estrés académico con base en un coeficiente $r=-0,561$ ($p=0,000$). Esto coincide con los hallazgos de Salazar (2022), que identificó una relación significativa entre inteligencia emocional y autopercepción, destacando cómo un adecuado manejo de las emociones puede reducir los efectos del estrés. Además, se relaciona con Aquije et al. (2022), quienes establecieron que el estrés socioemocional moderado (55.9 %) puede manejarse mejor en estudiantes con autoestima promedio-moderada (42.4 %), lo cual está ligado a habilidades de manejo emocional. Esto se refuerza con la teoría de Mayer y Salovey (1997), la cual señala que la habilidad para manejar las emociones en situaciones de alta demanda emocional resulta clave para mantener niveles bajos de estrés, lo que concuerda con los hallazgos de este estudio.

En relación a la hipótesis específica 7, se demostró la presencia de una relación inversa débil ($r=-0,302$, $p=0,001$) entre el estado de ánimo y el estrés académico concuerda con Las métricas resultantes de Soto (2022), quien subrayó que la percepción del estrés se relaciona con los niveles emocionales generales, aunque esta conexión puede ser menos pronunciada que en otras dimensiones. También guarda relación con Arévalo et al. (2022), quienes destacaron que la adaptación emocional y conductual influye parcialmente en el manejo del estrés, reflejando la contribución moderada del estado de ánimo. Este resultado muestra que emociones positivas como la felicidad y el optimismo, tal como lo plantea el modelo de Mayer y Salovey (1997), actúan como facilitadoras en la disminución del estrés académico, aunque su influencia es menos pronunciada que en otras dimensiones.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

PRIMERA: Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años de una institución privada de Juliaca, Cercado, en el año 2024. Donde Las métricas resultantes de la prueba de hipótesis general muestran un coeficiente de correlación de Spearman de $r=-0,618$, por lo que existe una relación inversa moderada a alta entre ambas variables, con un valor $p=0,000$, menor al nivel de significación establecido ($\alpha=0,05$).

SEGUNDA: Las métricas resultantes revelan un coeficiente de correlación de $r=-0,519$ y $p=0,000$, por lo que existe una relación inversa moderada entre la inteligencia emocional y los estímulos estresores, por lo que a mayores niveles de inteligencia emocional menor percepción de amenaza frente a sobrecarga académica, exámenes, gestión del tiempo, así como de horas de estudio.

TERCERA: Se evidencia un coeficiente de correlación de $r=-0,784$ y $p=0,000$, lo que refleja una relación inversa fuerte entre la inteligencia emocional y las reacciones al estímulo, por lo que a mayores niveles de inteligencia emocional menores reacciones a estímulos estresantes, tanto a nivel físico, psicológica y comportamental.

CUARTA: Se encontró un coeficiente de correlación de $r=-0,455$ y $p=0,000$, señalando una relación inversa moderada entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico, por lo que a mayores niveles de habilidad para

manejar emociones internas menores niveles de estrés académico.

QUINTA: Las métricas resultantes revelan un coeficiente de $r=-0,817$ y $p=0,000$, indicando una relación inversa fuerte entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico, por lo que a mayores competencias sociales menores niveles de estrés académico.

SEXTA: Las métricas resultantes muestran un coeficiente de $r=-0,744$ y $p=0,000$, lo que refleja una relación inversa fuerte entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y el estrés académico, por lo que a mayor capacidad de adaptarse eficazmente a diferentes situaciones menores niveles de estrés académico.

SÉPTIMA: Se evidencia un coeficiente de $r=-0,561$ y $p=0,000$, señalando una relación inversa moderada entre la dimensión manejo de estrés y el estrés académico, por lo que la alta capacidad de manejar las emociones en situaciones demandantes se relaciona con bajos niveles de estrés y viceversa.

OCTAVA: Las métricas resultantes arrojan un coeficiente de $r=-0,302$ y $p=0,000$, indicando una relación inversa débil entre la dimensión estado de ánimo de la inteligencia emocional y el estrés académico, lo que muestra que los altos niveles como felicidad y optimismo frente a situaciones demandantes se relaciona con bajos niveles de estrés y viceversa.

Recomendaciones

PRIMERA: Se sugiere a la Dirección Académica de la Institución Educativa implementar un programa de talleres sobre inteligencia emocional dirigido a estudiantes de 14 a 17 años, enfocado en estrategias para reducir el estrés académico mediante la gestión emocional. Este programa puede basarse en la metodología experiencial, con dinámicas grupales y estudios de caso que permitan reflexionar y practicar habilidades emocionales. Se espera mejorar el bienestar emocional y reducir los niveles de estrés académico en los participantes.

SEGUNDA: Se sugiere a la Dirección Académica de la Institución Educativa desarrollar una capacitación periódica sobre técnicas de afrontamiento ante estímulos estresores como sobrecarga académica, exámenes y gestión del tiempo. Basada en la metodología cognitivo-conductual, incluirá actividades prácticas como simulaciones y planificación de horarios efectivos. Esto fortalecerá la percepción de control y reducirá la amenaza percibida ante demandas académicas.

TERCERA: Se sugiere a la Dirección Académica de la Institución Educativa implementar un programa de intervención emocional que fomente estrategias para manejar reacciones físicas, psicológicas y comportamentales ante estímulos estresantes. Utilizando la metodología de mindfulness, se realizarán ejercicios de respiración y meditación guiada. El objetivo es reducir las respuestas reactivas al estrés y promover la autorregulación emocional.

CUARTA: Se sugiere a la Dirección Académica de la Institución Educativa organizar talleres individuales y grupales sobre manejo intrapersonal de emociones, empleando técnicas de terapia

breve centrada en soluciones. Estas actividades buscarán fortalecer la habilidad para identificar, comprender y gestionar emociones internas, lo cual impactará positivamente en la disminución del estrés académico.

QUINTA: Se sugiere a la Dirección Académica de la Institución Educativa promover un programa de desarrollo de competencias sociales que fomente habilidades interpersonales como la empatía y la comunicación efectiva. A través de la metodología del aprendizaje cooperativo, se realizarán actividades de interacción grupal y resolución de conflictos. Se espera que los estudiantes reduzcan significativamente el estrés relacionado con las interacciones sociales.

SEXTA: Se sugiere a la Dirección Académica de la Institución Educativa incluir talleres prácticos de adaptabilidad emocional en su currículo extracurricular, utilizando la metodología de aprendizaje basado en proyectos. Los estudiantes enfrentarán situaciones simuladas que les permitan aplicar estrategias para adaptarse a cambios y desafíos, promoviendo una mayor flexibilidad y menor estrés académico.

SÉPTIMA: Se sugiere a la Dirección Académica de la Institución Educativa implementar un programa de formación en manejo de emociones en situaciones demandantes, empleando la metodología de aprendizaje colaborativo para recrear escenarios desafiantes, lo cual permitirá a los estudiantes practicar técnicas de control emocional, con el objetivo de disminuir los niveles de estrés en momentos de alta presión.

OCTAVA: Se sugiere a la Dirección Académica de la Institución Educativa organizar talleres de optimismo y felicidad orientados al fortalecimiento del estado de ánimo positivo. Usando la

metodología del coaching positivo, los estudiantes participarán en dinámicas de gratitud y metas personales, fomentando una actitud resiliente que impactará en la reducción del estrés académico.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acuña, H., & Konow, I. (1990). Métodos y técnicas de investigación prospectiva para la toma de decisiones. Chile: FUNTURO.
- Álvarez, A. (2020). Clasificación de las emociones. Obtenido de In Repositorio Institucional - Ulima. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3321884>
- Ana Belén Barragán Martín 1, M. D.-F. (2021). Inteligencia emocional y compromiso académico en adolescentes: el papel mediador de la autoestima. pubmed.
- Aparicio, Y. P. (2022). Relación de la inteligencia emocional y acoso escolar en adolescentes. <https://www.redalyc.org/journal/1941/194175218025/>.
- Ardila, R. (2011). Inteligencia emocional ¿qué sabemos y qué nos falta por investigar? Scielo.org. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-39082011000100009#:~:text=Incluye%20la%20capacidad%20de%20resolver,forman%20parte%20las%20capacidades%20espec%C3%ADficas
- BarOn, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, págs. 13-25. Obtenido de <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/Feijoo,+2006018S00130025.pdf>
- Barraza Macias, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en psicología latiamericana*, 26(2), págs. 270-289. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212>

- Barraza Macias, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. SciELO.org, 26(2), págs. 270-289.
- Barrio, J., García, M.R, Ruiz, I., & Arce, A. (2006). EL ESTRÉS COMO RESPUESTA. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>.
- Bello Dávila, Z., Rionda Sánchez, H. D., & Rodríguez Pérez, M. E. (2010). La inteligencia emocional y su educación. Varona(51), págs. 36 - 43. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=360635569006>
- Benítez Hernández, M. d., & Victorino Ramírez, L. (2019). Las habilidades socioemocionales en la escuela secundaria mexicana: retos e incertidumbres. Revista electronica de educación y pedagogía. doi:<https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog19.09030508>
- Bernal, C. (2016). Metodología para la investigación científica . San Marcos.
- Berrío García, N., & Mazo Zea, R. (2011). Estres Academico. Scielo, 11(3). Obtenido de https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006
- Berrios, A. M. (2022). Inteligencia emocional y estrés académico en adolescentes de tercero de secundaria de una entidad de educación policial de Huancayo, 2022. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/renati/227558>.
- Caceres, K., & Yanqui, C. (2021). Inteligencia emocional y conductas agresivas. Universidad Cesar Vallejo. Obtenido de [//repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/91998](https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/91998)
- Cayllahue Quispe, N. Y. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios.

https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8660/CAYLLAHUA_QN.pdf.

Chile , & Jara. (2023). Obtenido de <https://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2621/1/CHILE%20MAMANI%20REYNA%20LUZ%20-%20JARA%20BARCENA%20JESSICA%20SHIRLEY.pdf>

Dueñas Buey, M. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XX1*(5), págs. 77 - 96. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70600505>

Fabiola, S. A. (2023). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de una entidad de educación de Chiclayo, 2023. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/renati/143798>.

Flores, M. M., & Rivas Tovar, L. A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia Emocional . <http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v15n25/v15n25a01.pdf>.

Freedman, J., Miller, M., Freedman, P., & Choi , D. (2024). State of the heart: new data on emotional intelligence, wellbeing, and the emotional recession 2024. Sixseconds the emotional intelligence network. Obtenido de <https://6secus.s3.amazonaws.com/SOH/SOH+2024+Global.pdf>

Gallo, M. B. (2023). Inteligencia emocional y adaptación conductual en adolescentes de acogimiento institucional y apoyo escolar: estudio comparado. <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/6043>.

García Bullé, S. (2021). ¿Qué es la inteligencia emocional y por que necesitamos enseñarla?

- García, N. B., & Mazo Zea, R. (2011). Estrés Académico. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006//ISSN 2145-4892.
- García, V. E. (2022). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de secundaria de instituciones educativas particulares de Ventanilla, 2021. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/renati/714114>.
- Gardner, Lopez Lopes, A., & Carrillo Garcia , M. E. (2012). la teoria de las inteligencias multiples. <file:///C:/Users/Core%20i3/Downloads/Dialnet-LaTeoriaDeLasInteligenciasMultiplesEnLaEnsenanzaDe-4690236.pdf>.
- Goleman, D. (1995). La Inteligencia emocional. En D. Goleman, La Inteligencia emocional. Obtenido de <https://iuymca.edu.ar/wp-content/uploads/2022/01/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Granda Asencio, L. Y., Mera Machuca, K. N., Peña Ni-vecela, G. E., & Solórzano López, J. B. (2020). Uso o abuso de las fuentes de información en la redacción académica. *Sociedad & Tecnología*, 3(1), 2–9.
- Vargas S., P. (2015). El estrés escolar. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-pdf-S0716864015000073>.
- Hernández Sampieri, R. (2014). Metodología de la investigación (6ta ed.). Mc Graw Hill Education.
- INEI. (2023). Encuesta Demográfica y de Salud Familiar. SENAJU. Obtenido de <https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>

- Kelly, R. H. (2022). Estrés Académico e Inteligencia Emocional en Estudiantes de la Institución Educativa Víctor Raúl Haya de la Torre, Ayacucho 2021. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/renati/6823>.
- León, M. d. (2023). Estrés académico en estudiantes de Medicina diagnosticados en la Unidad de Orientación Estudiantil. <https://www.redalyc.org/journal/3684/368475187007/>.
- Lewis, D. K. (2023). Los adolescentes y el estrés: cuando es más que una preocupación .
<https://magazine.medlineplus.gov/es/art%c3%adculo/los-adolescentes-y-el-estres/>.
- Linda J. Vorvick, M. (2022). Ayude a su hijo adolescente a lidiar con el estrés.
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000814.htm#:~:text=Causas%20del%20estr%C3%A9s%20entre%20adolescentes&text=Preocuparse%20por%20su%20trabajo%20escolar,o%20sentir%20presi%C3%B3n%20para%20hacerlo.>
- López, P. (2004). Población, muestra y muestreo.
- Lyle H. Miller, P. y. (2010). Los distintos tipos de estrés.
<https://www.apa.org/topics/stress/tipos?partner=nlm>.
- Manrique Solana, R. (2015). La cuestión de la inteligencia emocional.. .
Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría , 35 (128), 801-814.
- Martin Arrabal, E. M. (2018). Inteligencia emocional. España.
- MINEDU. (18 de 06 de 2024). Aprendemos a manejar el estrés académico. Ministerio de educación, págs. 1-2 . Obtenido de <https://educacionteescucha.minedu.gob.pe/meephowi/2024/06/Estu>

diantes-Aprendemos-a-manejar-el-estre%CC%81s-
acade%CC%81mico.pdf

Musitu, G., & Evaristo Callejas, J. (2017). El modelo de estrés familiar en la adolescencia. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349852544002.pdf>.

Naupas Paitán, H., Valdivia dueñas , M., Palacios Vilela , J., & Romero Delgado, H. (2018). Metodología de la investigación (5ta ed.). Bogota: EdicionesdelaU.

Nelly, U. (2001). Inteligencia emocional, Según Bar-On (1997. la evaluacion de la inteligencia emocional a traves del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana .

Ñaupas Paitán, H., Valdivia dueñas, M., Palacios Vilela, J., & Romero Delgado, H. (2018). Metodología de la investigación (5ta ed.). Bogota: EdicionesdelaU.

OMS. (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. Organizacion mundial de la salud. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

OMS. (2023). Estrés. Organización mundial de la salud. Obtenido de https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjw3vO3BhCqARlsAEWblcD0oYkZOiyqPBrIPbEXInurH5Mwr69ZD-yiDgDMe8yfnlaaRaE-130aAm7mEALw_wcB

ONU. (2015). 17 objetivos para el desarrollo sostenible. Organización de las Naciones Unidas. Obtenido de <https://sdgs.un.org/goals>

Ortiz González, L. A. (2023). Inteligencia emocional, autoestima y resiliencia de los adolescentes. Tecnológico de Monterrey. Obtenido de

https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/651235/OrtizGonz%c3%a1lesLuzAndrea_TesisMaestriapdfa.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Parreño, M. B., & del Rocio Martinez, A. (2023). Inteligencia emocional y adaptación conductual en adolescentes de acogimiento institucional y apoyo escolar: estudio comparado. Scielo. Obtenido de http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2550-67222023000300124&lang=es

Rodríguez Araínga, W. (2011). Guía de investigación científica. Fondo Editorial .

Romero, V. (2017). Prehipertensión: la influencia del estrés psicológico en los adolescentes. <https://www.redalyc.org/journal/3729/372950032004/>.

Ruiz-Ortega, A. M. (2023). Revisión sistemática sobre inteligencia emocional y bienestar en adolescentes: evidencias y retos. <https://www.redalyc.org/journal/2710/271075870003/>.

Salazar Espinoza, Y. R. (2022). Inteligencia emocional y autoestima en adolescentes de una entidad de educación de Lima Norte. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/renati/780398>.

Salovey, M. &. (1997). El Modelo de IE de Mayer y Salovey. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>.

Salud, M. d. (2020). La salud mental de niñas, niños y adolescentes en el contexto de la covid - 19. MINSA, págs. 1-48. Obtenido de <https://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5531.pdf>

Silva Gutiérrez, C. (2022). Inteligencia emocional y establecimiento de metas en adolescentes. www.redalyc.org.

Silva Prado , S. (2018). Construcción de la Escala de estrés académico para estudiantes de tercero a quinto de secundaria en instituciones educativas públicas-Carmen de La Legua. Callao, 2018. Repositorio Institucional Universidad Cesar Vallejo. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29853>

Slipak, O. E. (1991). Historia y concepto del estres. En O. E. Slipak. ALCMEON. Obtenido de https://www.alcmeon.com.ar/1/3/a03_08.htm#:~:text=Estr%C3%A9s%20deriva%20del%20griego%20STRINGERE,%2C%20STRESS E%2C%20STREST%20y%20STRAISSE.

Solana, M. (2015). La cuestión de la inteligencia emocional. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 35(128), 801-814.

Soto vildósola, C. F. (2023). “Construcción y propiedades psicométricas de una escala de estrés académico en estudiantes del 1er al 7mo ciclo de la Escuela de Psicología de una universidad privada de Lima, 2018”.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31390/Soto_VCF.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Trueba Atieza, C. (2009). La teoría aristotélica de las emociones - Signos Filosóficos. Scielo, 11(22), 147-170. Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-13242009000200007&lng=es&tlng=es.

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

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE(S) Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variable X: Inteligencia emocional	Enfoque: Cuantitativo
¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?	Determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024	Existe relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.	Dimensiones - Intrapersonal - Interpersonal - Manejo de estrés - Adaptabilidad - Impresión positiva	Tipo: Básica prospectiva Nivel: Correlacional Diseño: Básica transversal Población y muestra: Muestra censal de 195 estudiantes de entre 14 y 17 años, pertenecientes a una institución privada de Juliaca cercado – 2024.
Dificultades o situaciones desafiantes Específicos - ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y	Objetivos específicos - Determinar la relación entre inteligencia emocional y estímulos estresores	Hipótesis específicas - Existe relación entre inteligencia emocional y	Variable Y: Estrés académico Dimensiones	

estímulos estresores en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?

- ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y reacciones al estímulo en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión intrapersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión interpersonal y estrés académico en

en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

- Determinar la relación entre inteligencia emocional y reacciones al estímulo en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

- Determinar la relación entre la dimensión intrapersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

estímulos estresores en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

- Existe relación entre inteligencia emocional y reacciones al estímulo en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.

- Existe relación entre la dimensión intrapersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada

- Estímulos estresores
- Reacciones al estímulo

Técnicas e instrumentos:
- Inventario de BAR-ON ICE
- Escala de estrés académico “EEA – SC18”
Técnicas de análisis y procesamientos de datos:

<p>estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre la dimensión adaptabilidad y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre la dimensión manejo de estrés y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre la dimensión estado de</p>	<p>- Determinar la relación entre la dimensión interpersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.</p> <p>- Determinar la relación entre la dimensión adaptabilidad y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.</p> <p>- Determinar la relación entre la dimensión manejo de estrés y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una</p>	<p>de Juliaca cercado – 2024.</p> <p>- Existe relación entre la dimensión interpersonal y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.</p> <p>- Existe relación entre la dimensión adaptabilidad y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.</p> <p>- Existe relación entre la dimensión manejo de estrés y estrés</p>
---	---	---

<p>ánimo y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024?</p>	<p>institución privada de Juliaca cercado – 2024.</p> <p>- Determinar la relación entre la dimensión estado de ánimo y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.</p>	<p>académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.</p> <p>- Existe relación entre la dimensión estado de ánimo y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.</p>
---	---	---

Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos

INVENTARIO EMOCIONAL BAR-ON ICE

Nombre :.....

Edad :..... **Sexo:** F M

Grado :..... **Sección** :.....

Instrucciones: lea cada oración y elija la respuesta que mejor te describe, es decir cómo te sientes, piensas o actúas la mayor parte del tiempo en la mayoría de lugares, por favor as un aspa en la respuesta de cada oración.

	1	2	3	4	
	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo	
Nº	ITEMS	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 como me siento.	1	2	3	4
3.	Me gusta 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
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 decirles a las personas como 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 decirles a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
27.	Ne molesto fácilmente.	1	2	3	4
28.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
29.	Cuando me molesto actué sin pensar	1	2	3	4
30.	Se cuando la gente está molesta	1	2	3	4

ESCALA DE ESTRÉS ACADÉMICO "EEA – SC18"

Nombre :

Edad : **Sexo:** **F** **M**

Grado : **Sección** :

"EEA-SC18"

Instrucciones Lee cada frase y marca con una **(X)** la respuesta que crea conveniente. No hay respuestas buenas ni malas. Las métricas resultantes serán secretos y confidenciales.

Recuerda que todas las frases están relacionadas al ámbito escolar.

Nº	Ítems	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1.	La presión familiar y social influye en mi desarrollo académico.					
2.	Cuando tengo muchos trabajos me levanto con dolores de cuello y espalda.					
3.	En época de exámenes tengo dificultades o situaciones desafiantes para dormir.					
4.	En el colegio dejan mucha tarea o trabajos de investigación.					
5.	Es difícil estudiar para dos o más exámenes en un solo día.					
6.	Cuando estudio mucho siento dolores de cabeza.					
7.	Cuando me dejan muchas tareas me siento cansado.					
8.	Cuando tengo que exponer me siento nervioso.					

9. A pesar de tener muchos trabajos por presentar me siento calmado.
10. Es complicado estudiar para los exámenes cuando tengo tareas por presentar.
11. Me siento enojado cuando tengo muchas tareas.
12. Cuando obtengo notas bajas en mis trabajos me siento triste.
13. He pensado en retirarme del colegio.
14. Mi alimentación aumenta y/o disminuye cuando estoy preocupado.
15. Necesito más tiempo para realizar mis tareas.
16. El tiempo que tengo para presentar mis trabajos es muy corto
17. Me cuesta realizar mis trabajos escolares.
18. Prefiero apartarme de mis amigos cuando estoy en exámenes.
19. Es complicado separar mis horas de estudio con otras actividades como comer, dormir, salir, etc.
20. Si no estudio como es debido podre repetir el año.

Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

"ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL – BAR-ON ICE"

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE JULIACA CERCADO, 2024.

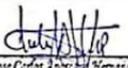
Nombre del Experto: Dr. JOSE CARLOS APARCANA HERNANDEZ

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	CUMPLE	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con los criterios de validez, por lo tanto, es aplicable.


José Carlos Aparcana Hernández
DOCTOR EN EDUCACIÓN

Código ORCID N.º 0000-0001-7398-6817
DNI. N.º 21553760

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

"INVENTARIO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EEA-SC18 "

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE JULIACA CERCADO, 2024.

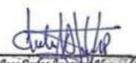
Nombre del Experto: Dr. JOSE CARLOS APARCANA HERNANDEZ

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	CUMPLE	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con los criterios de validez, por lo tanto, es aplicable.



José Carlos Aparcana Hernández
DOCTOR EN EDUCACIÓN

Código ORCID N.º 0000-0001-7398-6817
DNI. N.º 21553760

:



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN "ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL – BAR-ON ICE"

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE JULIACA CERCADO, 2024.

Nombre del Experto: Huarcaya Saenz Susy Liliana

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna


Lic. Susy Liliana Huarcaya Saenz,
Psicóloga
C.P. No. 12889

Nombre: Huarcaya Saenz Susy Liliana

No. DNI: 40352765

Grado académico: Magister en gestión de servicios de salud / Segunda Especialidad Profesional en Terapia Cognitivo Conductual



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

"INVENTARIO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EEA-SC18"

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE JULIACA CERCADO, 2024.

Nombre del Experto: Huarcaya Saenz Susy Liliana

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna


Lic. Susy Liliana Huarcaya Saenz
Psicóloga
C.P. No 12589

Nombre: Huarcaya Saenz Susy Liliana

No. DNI: 40352765

Grado académico: Magister en gestión de servicios de salud / Segunda Especialidad Profesional en Terapia Cognitivo Conductual



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN
"ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL – BAR-ON ICE"

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE JULIACA CERCADO, 2024.

Nombre del Experto: Geldres Gallardo, Luis Felipe

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna


Ps. Luis Felipe Geldres Gallardo
C.Ps.P. 20772

Nombre: Geldres Gallardo, Luis Felipe
No. DNI: 41589125
Grado académico: Magister en intervención psicológica



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN
"INVENTARIO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EEA-SC18"

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE JULIACA CERCADO, 2024.

Nombre del Experto: Geldres Gallardo, Luis Felipe

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna


P.S. Luis Felipe Geldres Gallardo
C.P.S.P. 20772

Nombre: Geldres Gallardo, Luis Felipe
No. DNI: 41589125
Grado académico: Magister en intervención psicológica



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN "ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL – BAR-ON ICE"

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE JULIACA CERCADO, 2024.

Nombre del Experto: Jimenez Lozada, Jose Eduardo

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna



JOSÉ EDUARDO JIMÉNEZ LOZADA
Psicólogo Especialista
C.P.S.P. 5172

Nombre: Jimenez Lozada, Jose Eduardo

No. DNI: 09643281

Grado académico: Maestro en ciencias de la familia con mención en Terapia Familiar



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN "INVENTARIO DEL ESTRÉS ACADÉMICO EEA-SC18"

I. DATOS GENERALES

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE JULIACA CERCADO, 2024.

Nombre del Experto: Jimenez Lozada, Jose Eduardo

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna



JOSÉ EDUARDO JIMÉNEZ LOZADA
Psicólogo Especialista
C.P.S.P. 5558

Nombre: Jimenez Lozada, Jose Eduardo

No. DNI: 09643281

Grado académico: Maestro en ciencias de la familia con mención en Terapia Familiar

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Bar-On Ice NA

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PRIVADA DE JULIACA CERCADO - 2024.

Nombre del Experto: Psi. YEISON BRUSS MAMANI QUISPE

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

- El cuestionario cumple los aspectos a evaluar.
- (2022)


Yeison Bruss Mamani Quispe

PSICÓLOGO

C.P.S.P. N° 53031

Nombre: YEISON BRUSS MAMANI QUISPE

N° DNI: 70141175

Grado académico: Licenciado.

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

"ESCALA DE ESTRÉS ACADEMICO "EEA - SC18"

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADEMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PRIVADA DE JULIACA CERCADO - 2024.

Nombre del Experto: Psi. YEISON BRUSS MAMANI QUISPE

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

- El cuestionario cumple los aspectos de evaluación.
- 2022.


Yeison Bruss Mamani Quispe
PSICÓLOGO
C.P.S.P. N° 53031

Nombre: YEISON BRUSS MAMANI QUISPE
N° DNI: 7041175
Grado académico: Licenciado.

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Bar-On Ice NA

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PRIVADA DE JULIACA CERCADO - 2024.

Nombre del Experto: Psi. YOVANA CHAMBI HANCCO

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	✓	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	✓	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	✓	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	✓	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	✓	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	✓	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	✓	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	✓	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	✓	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	✓	

III. OBSERVACIONES GENERALES

EL INSTRUMENTO CUMPLE LOS ASPECTOS A EVALUAR
- 2022


Yovana Chambi Hancco
PSICÓLOGA

C.P.S.P. N° 53032

Nombre: YOVANA CHAMBI HANCCO

N° DNI: 46992761

Grado académico: LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

"ESCALA DE ESTRÉS ACADÉMICO "EEA – SC18"

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PRIVADA DE JULIACA CERCADO – 2024.

Nombre del Experto: Psi. YOVANA CHAMBI HANCCO

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	✓	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	✓	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	✓	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	✓	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	✓	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	✓	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	✓	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	✓	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	✓	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	✓	

III. OBSERVACIONES GENERALES

- EL INSTRUMENTO CUMPLE LOS ASPECTOS A EVALUAR
- 2022

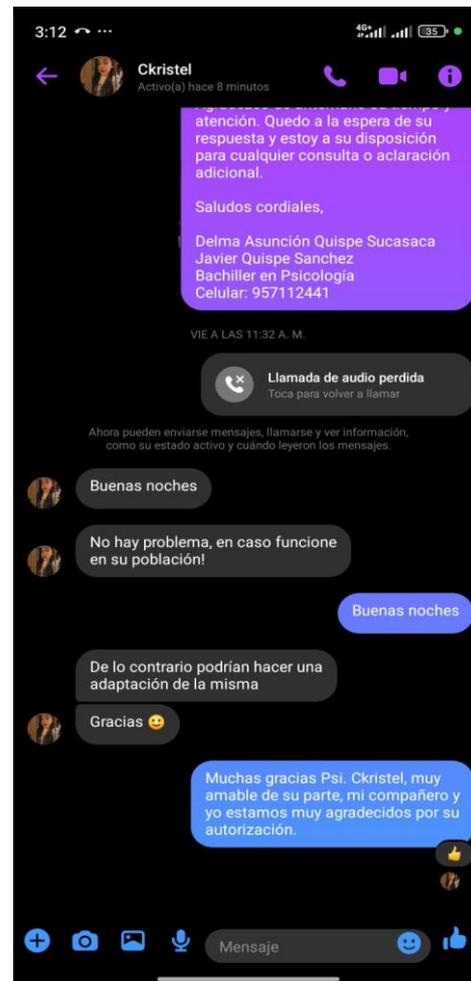
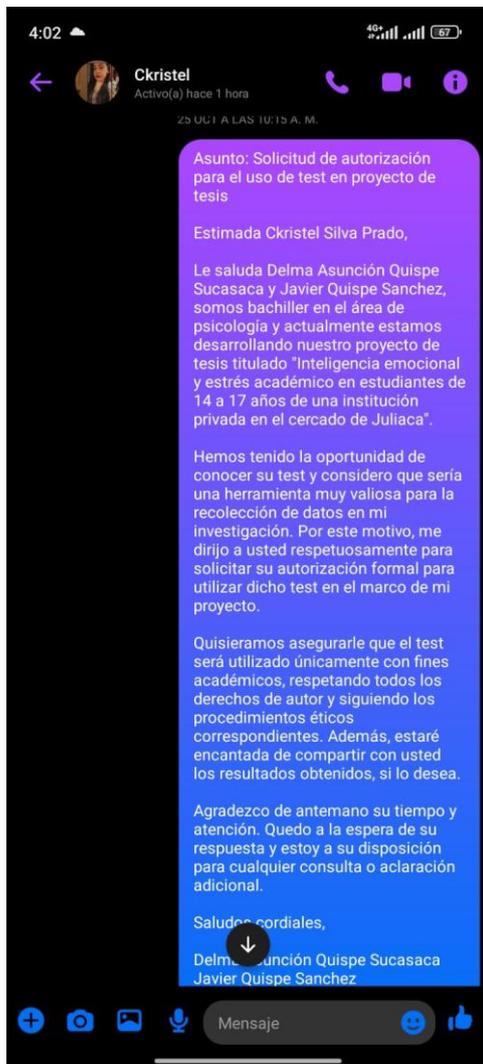

.....
Yovana Chambi Hancco
 PSICÓLOGA
C.Ps.P. N° 53032

Nombre: YOVANA CHAMBI HANCCO

N° DNI: 46942761

Grado académico: PSICÓLOGA

Anexo 4: Autorización para el uso del instrumento



Anexo 5: Oficio y carta de presentación



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Chincha Alta, 27 de Noviembre del 2024

OFICIO N°1320-2024-UAI-FCS
CARLOS ANDREU MAMANI QUISPE
Director
COLEGIO SAN IGNACIO
Presente.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en la formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, responsabilidad social y bienestar universitario en inserción laboral.

En tal sentido, nuestra estudiante se encuentra en el desarrollo de su Tesis, que le permitirán obtener el Título Profesional anhelado, de acuerdo con las líneas de investigación de nuestra Facultad, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. La estudiante ha tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **autorización** de la Institución elegida, para que la estudiante pueda proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la carta de presentación de la estudiante con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación.

Sin otro particular y con la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.



Mag. Jose Yomil Perez Gomez
DECANO (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

☎ (056) 269176
✉ info@autonomadeica.edu.pe
📍 Av. Abelardo Alva Maurtua 489
🌐 autonomadeica.edu.pe



CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que
suscribe

Hace Constar:

Que, **QUISPE SUCASACA, Delma Asunción** identificada con código N°0072838413 y **QUISPE SANCHEZ, Elvis Javier**, ambas del Programa Académico de Psicología, quienes vienen desarrollando la tesis denominada: **"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PRIVADA DE JULIACA CERCADO – 2024"**

Se expide el presente documento, a fin de que el encargado, tenga a bien autorizar a las estudiantes en mención, a recoger los datos y aplicar su instrumento para su investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 27 de Noviembre del 2024



Mag. José Yomil Pérez Gomez
DECANO (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA



Anexo 6: Solicitud de aplicación de investigación

SOLICITUD DE PERMISO PARA LA APLICACIÓN DE PROYECTO DE TESIS

Juliaca, 11 de noviembre del 2024

Sr.:

Dir. Lic. Carlos Andreu Mamani Quispe



Presente. –

Estimado Director:

Nos dirigimos a usted, Delma Asunción Quispe Sucasaca y Elvis Javier Quispe Sánchez, bachilleres en Psicología, para solicitar su autorización en la aplicación de nuestro proyecto de tesis en la institución. Este proyecto se desarrollará en la Universidad Autónoma de Ica como parte de los requisitos para obtener el grado de Licenciatura en Psicología.

La investigación, titulada "Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024", busca explorar los factores que afectan el bienestar emocional y académico de los estudiantes de nivel secundario.

Para el adecuado desarrollo de este estudio, nos comprometemos a cumplir con los siguientes puntos:

1. Respetar la confidencialidad de la información obtenida, siguiendo los lineamientos éticos establecidos.
2. Obtener el consentimiento informado de los apoderados de los participantes.
3. No interferir en el horario académico y coordinar el momento adecuado para aplicar los instrumentos de recolección de datos.

Agradecemos de antemano su apoyo y quedamos a disposición para cualquier aclaración o coordinación adicional.

Atentamente,

Delma Asuncion Quispe Sucasaca
Bachiller en psicología
DNI: 72838413
Cel: 957112441
delmaasuncionq@gmail.com

Elvis Javier Quispe Sanchez
Bachiller en psicología
DNI:70116260
Cel:960682545
Vjavierz893@gmail.com

Delma Asunción Quispe Sucasaca
DNI: 72838413

Elvis Javier Quispe Sánchez
DNI: 70116260

Anexo 7: Consentimiento y asentimiento informado



U N I V E R S I D A D
AUTÓNOMA
D E I C A

CONSENTIMIENTO INFORMADO

“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN PRIVADA DE JULIACA CERCADO – 2024”

Institución : Universidad Autónoma de Ica.
Responsables : Quispe Sucasaca Delma Asunción
Quispe Sánchez Elvis Javier

Objetivo: Por la presente lo estamos invitando a su menor hijo(a) a participar de la investigación que tiene como finalidad: **Determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes entre 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024.** Al participar del estudio, su menor hijo (a) deberá resolver un cuestionario de 24 ítems y otro de 28, los cuales serán respondidos de forma anónima.

Procedimiento: Si autoriza que su menor hijo(a) participe de este estudio, su hijo(a) deberá responder un cuestionario denominado “**instrumento Bar-On Ice NA y instrumento escala de estrés académico (EEA – SC18)**”, los cuales deberán ser resueltos en un tiempo de 30 minutos, dichos cuestionarios serán realizado a través de sesiones educativas presencial.

Confidencialidad de la información: El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, los responsables de la investigación garantizan que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

Consentimiento: Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el/las Investigadoras(es), y autorizo voluntariamente, que mi menor hijo(a) participe/ participar en el estudio indicado, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación, así mismo, autorizo la toma de fotos (evidencia fotográfica), durante la resolución del instrumento de recolección de datos.

Juliaca, de, de 2024

Nombre y apellidos:

DNI:



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

ASENTIMIENTO INFORMADO

Estimado/a: _____

Actualmente estamos llevando a cabo una investigación titulada “inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de 14 a 17 años en una institución privada de Juliaca cercado – 2024”, y por ello nos gustaría contar con tu valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de un cuestionario que deberá completarse en aproximadamente 30 minutos. Los datos recolectados serán tratados con estricta confidencialidad y utilizados únicamente para los fines de este estudio.

Si decides participar en la investigación, será necesario firmar este documento como prueba de que has sido informado sobre los procedimientos. Si tienes alguna duda acerca de las preguntas del cuestionario, simplemente levanta la mano para solicitar una aclaración, y con gusto te explicaré cada una de ellas de manera personalizada.

Gracias por tu gentil colaboración.

Acepto participar voluntariamente en la investigación: Si () No ()

Lugar: Departamento de Puno, Provincia de San Román Distrito de Juliaca

Fecha: / /

**Firma de la participación
nombres y apellidos:**

Anexo 8: Constancia de aplicación de investigación



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

CERTIFICADO 004-2024-D/SIR-JULIACA

CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Mediante el presente quien suscribe, Director de la Institución Educativa “San Ignacio de Recalde”, con Código Modular N° 1727320; de la ciudad de Juliaca.

Hace constar que;

DELMA ASUNCION QUISPE SUCASACA

DNI N° 72838413

ELVIS JAVIER QUISPE SANCHEZ

DNI N° 70116260

Estudiantes egresados, para optar el **Título Profesional en PSICOLOGÍA** en la **UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA**; quienes han realizado el trabajo de investigación con la TESIS denominada **“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES ENTRE 14 A 17 AÑOS, DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE JULIACA CERCADO 2024”**; los cuales fueron aplicados a nuestros estudiantes del Nivel de Educación Secundaria en el año escolar 2024.

Finalmente, precisamos la **RESPONSABILIDAD, PUNTUALIDAD y DEDICACIÓN** en las labores realizadas y **VOCACIÓN** a su carrera profesional.

Se expide la presente constancia a solicitud del interesado para los fines que vea conveniente en conformidad a la ley.

Juliaca, 31 de diciembre de 2024.

Regístrese, comuníquese y archívese.



FIRMA DIGITAL:
EL PRESENTE DOCUMENTO HA SIDO
EMITIDO POR:
CARLOS ANDREU MAMANI QUISPE
DNI: 43753905
CEL: 992 661 450
FECHA: 31-12-2024 - HORA: 11:26AM

PROF. CARLOS ANDREU MAMANI QUISPE
DIRECTOR
COLEGIOS "SAN IGNACIO"

Anexo 8: Análisis de confiabilidad Base de datos

Variable inteligencia emocional

n	P-1	P-2	P-3	P-4	P-5	P-6	P-7	P-8	P-9	P-10	P-11	P-12	P-13	P-14	P-15	P-16	P-17	P-18	P-19	P-20	P-21	P-22	P-23	P-24	P-25	P-26	P-27	P-28	P-29	P-30
1	4	2	2	4	2	1	3	2	2	4	3	2	4	1	4	3	2	4	3	1	1	4	4	3	1	1	1	4	2	3
2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3
3	2	2	3	3	1	2	3	1	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3
4	2	2	3	3	2	1	2	1	3	3	3	4	3	1	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	2	4	2	4	2	3
5	2	3	2	4	2	2	3	1	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	4	2	4	1	3
6	1	1	1	3	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	4	1	3	2
7	2	1	3	3	1	1	3	3	2	2	3	4	2	1	3	3	2	2	4	2	1	4	2	4	2	4	1	2	3	4
8	4	3	3	4	2	3	4	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2
9	3	2	3	3	2	2	4	1	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	4	4	3	2	4	2	4
10	2	1	3	4	1	1	4	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	3	4	4	1	3	3	3	4	1	1	4	1	4
11	2	2	2	1	2	2	3	1	2	3	3	3	2	1	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2
12	3	2	3	2	3	2	2	1	3	3	1	3	3	2	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	1	1	3	4	2	4
13	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	3	3	3
14	4	1	1	3	2	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	3	1	1	1	4	1	1	1	1	2	3	3	3
15	2	2	3	4	1	2	3	1	1	3	1	1	3	2	3	4	1	2	3	3	3	2	2	2	1	3	3	2	3	3
16	3	4	1	4	1	1	3	1	1	4	4	1	4	2	3	4	1	3	4	1	2	3	4	4	2	1	1	4	1	3
17	3	1	3	3	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	3	1	2	3	3	1	1	2	3	2	3	1	2	2	1	3
18	1	2	1	3	4	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	4	2	2	2	1	1	1	2	2	1	4	2	4	4
19	3	3	2	2	4	3	2	3	3	2	1	1	2	2	2	3	4	4	3	2	2	2	1	3	2	2	3	4	4	3
20	2	1	2	4	2	1	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2

21	2	1	3	3	2	1	3	1	2	3	3	1	3	1	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	1	3	
22	1	2	1	3	1	1	2	1	1	3	4	1	3	3	2	3	1	1	4	4	3	4	1	3	2	2	1	4	1	4	
23	2	1	3	4	3	2	3	2	2	3	2	1	3	2	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	2	1	3	3	2	3	
24	3	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	3	2	3	3	3	
25	2	1	3	4	4	2	3	1	3	1	1	2	1	1	3	1	4	3	1	3	1	2	4	1	3	1	4	3	4	3	
26	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	2	1	1	2	3	2	3	3	2	1	2	4	4	2	1	2	2	2	3	3	
27	3	2	3	3	4	2	3	4	4	2	1	2	2	2	3	2	2	3	3	1	1	2	3	3	1	2	4	3	4	2	
28	4	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
29	2	1	2	3	2	1	3	2	3	2	1	1	3	1	3	3	3	3	3	1	1	3	2	3	2	1	2	3	3	2	
30	2	1	2	3	2	1	1	1	1	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	3	3	1	4	
31	3	2	3	4	2	1	2	1	1	2	3	1	3	2	4	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	
32	3	2	3	4	2	1	2	3	1	3	2	1	2	3	4	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	
33	3	1	3	3	3	1	2	3	3	2	2	1	2	1	3	2	3	2	2	1	1	2	3	2	2	1	3	3	3	3	
34	2	1	3	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	1	2	3	2	
35	2	1	3	3	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	3	1	1	1	1	1	2	1	1	4	1	2	3	2
36	1	2	1	2	2	1	3	2	3	3	1	2	4	3	4	3	1	4	4	4	2	4	1	4	2	2	2	4	4	4	
37	1	1	3	4	2	1	4	1	1	3	4	1	3	1	2	2	1	3	2	1	1	4	1	2	4	1	1	3	1	3	
38	2	4	1	4	3	4	3	2	3	3	1	3	3	4	1	3	2	1	3	2	4	4	3	2	3	2	3	2	1	3	
39	3	1	3	3	1	1	3	1	1	2	3	4	2	3	3	2	1	3	2	1	1	2	2	2	3	3	3	2	1	2	
40	1	2	1	2	1	1	3	2	4	2	3	1	1	2	2	1	2	3	4	2	1	2	3	1	2	1	3	4	2	3	
41	2	1	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	4	3	4	
42	4	1	3	4	2	1	3	2	2	3	2	1	2	1	4	3	2	4	2	1	1	2	4	2	2	1	2	4	2	4	
43	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	
44	2	2	4	4	3	3	1	1	1	4	3	4	3	1	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	2	2	4	1	3	
45	3	2	3	3	2	2	3	1	2	2	3	1	2	2	4	2	2	3	2	2	1	3	3	2	2	3	1	3	3	3	
46	2	1	3	4	2	1	3	2	2	3	1	1	3	2	2	3	2	3	3	3	1	4	4	2	2	3	2	4	2	3	

47	3	2	2	4	2	1	3	1	2	3	2	1	3	1	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	1	2	2	3	3	3	
48	4	2	2	4	3	1	2	1	3	3	1	4	3	1	3	3	3	4	3	1	1	1	1	3	4	4	4	4	3	2	4
49	3	2	3	3	1	2	2	3	3	2	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	1	2	3	3	1	2	1	4	2	4	
50	4	1	4	4	1	2	4	1	1	3	1	2	3	4	4	4	1	3	3	3	2	4	4	3	2	3	1	3	1	3	
51	2	1	1	4	1	2	3	1	1	1	3	3	1	3	3	2	3	2	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	
52	4	1	4	4	2	1	4	1	1	2	4	1	2	1	4	2	1	4	2	1	1	3	4	2	2	1	1	3	2	3	
53	2	1	3	3	2	1	3	1	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	1	2	3	2	3	
54	2	1	3	4	2	1	3	1	1	2	2	4	3	1	2	2	2	3	2	2	1	3	3	4	3	4	1	4	2	4	
55	3	2	3	4	1	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	1	2	3	2	3	3	3	2	1	3	2	4	2	4	
56	3	1	2	4	4	2	3	2	4	2	1	1	3	1	3	3	4	4	4	2	1	3	2	4	1	4	1	4	3	4	
57	2	1	1	3	3	1	1	1	3	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	3	1	3	2	1	3	2	3	2	
58	3	1	3	3	3	2	3	2	4	3	3	1	3	2	4	3	2	3	3	1	1	3	2	2	2	2	1	3	2	3	
59	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	3	2	1	3	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	
60	3	2	3	4	2	1	3	1	1	4	3	1	3	2	4	4	2	3	4	4	2	3	4	3	3	2	2	4	1	3	
61	4	1	4	4	2	1	3	1	1	3	3	1	2	2	4	2	2	4	3	1	1	2	4	2	2	1	2	3	3	2	
62	2	1	1	4	2	1	3	1	3	2	2	1	2	1	3	2	3	4	2	1	1	3	3	2	3	1	2	3	3	4	
63	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	3	3	
64	3	1	3	3	2	2	3	1	2	2	3	1	2	2	2	3	1	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	3	1	2	
65	2	2	1	3	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	4	2	2	1	2	2	2	3	1	2	4	1	1	3	2	3	
66	4	2	3	2	1	2	2	1	2	1	3	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	3	1	2	
67	2	1	2	3	1	1	2	1	2	4	4	3	3	2	3	3	2	4	3	3	1	4	3	3	3	2	2	4	2	4	
68	3	4	4	4	1	4	4	2	1	4	1	3	4	2	3	4	1	3	4	3	3	4	2	4	2	2	1	4	1	4	
69	2	2	3	3	1	2	2	1	2	3	3	4	4	1	3	4	3	3	2	1	1	4	3	2	1	4	1	4	3	3	
70	4	1	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	3	3	3	
71	2	1	1	3	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	4	2	2	1	1	2	2	1	1	4	2	3	2	2	
72	2	3	3	3	2	2	2	1	1	3	3	2	3	2	4	3	2	1	3	1	2	2	2	3	2	2	1	3	3	3	

73	2	2	2	3	1	3	3	2	1	4	4	2	3	2	3	3	1	1	4	2	1	3	1	3	4	4	4	2	2	2
74	2	4	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	3	4	2	2	2	2	3	3	3
75	1	4	1	3	2	2	2	2	2	1	1	4	2	2	2	2	4	3	3	1	3	1	2	3	2	3	3	3	2	3
76	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3
77	3	1	1	2	1	2	1	2	3	3	2	1	2	1	2	3	3	3	3	1	1	3	4	3	1	1	3	4	4	4
78	2	4	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	4	2	1	4	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2
79	3	1	1	3	1	1	2	1	1	1	3	1	2	1	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	3	1	3
80	2	2	3	4	3	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	2	1	2	3	1	2	3	4	3	1	3	3	4	4
81	2	1	1	3	2	1	3	1	1	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	2
82	4	1	1	3	2	1	3	4	4	2	3	4	1	1	3	2	4	2	2	1	1	4	4	2	1	1	3	2	4	2
83	3	1	2	3	3	1	3	3	2	2	3	4	2	2	3	3	3	2	2	1	1	3	2	1	4	4	3	2	3	2
84	3	2	3	3	1	1	3	1	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	1	3	2	3
85	1	2	3	4	2	1	3	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	1	2	3	1	2	3	3	1	3	2	3
86	3	1	3	2	4	1	4	2	4	2	1	1	2	1	3	3	2	3	1	1	1	3	2	2	3	4	4	4	3	4
87	2	1	2	3	2	2	3	1	1	2	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2
88	2	2	4	2	2	2	2	3	2	4	2	1	2	3	2	3	2	2	4	2	2	4	4	3	1	2	3	3	4	3
89	2	3	3	3	1	2	3	1	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2
90	1	1	3	3	1	2	2	1	1	4	4	3	3	2	1	4	2	2	3	3	1	3	1	3	4	4	4	3	1	4
91	2	1	4	3	4	2	3	2	2	3	1	1	1	2	4	2	4	2	2	2	1	3	3	1	2	1	4	1	4	1
92	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	4	1	1	2	4	3	2	3	3	1	4	4	2	1	4	2	2	2	3
93	3	2	1	4	1	1	4	1	2	3	2	1	2	1	3	2	3	1	2	3	1	4	1	2	1	1	1	1	2	4
94	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3
95	1	1	2	3	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3
96	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	3	4	2	1	4	2	2	2	2	1	1	3	2	3	2	4	1	2	2	1
97	3	1	2	3	3	2	3	1	2	2	2	1	2	1	3	2	2	3	1	1	1	2	2	1	3	2	3	3	1	3
98	3	2	2	3	1	1	3	1	1	2	2	1	1	2	2	3	2	1	2	1	1	3	2	2	2	1	1	3	2	2

99	4	2	2	3	1	1	3	3	2	2	3	1	2	1	3	2	2	3	3	1	1	2	4	2	3	2	1	3	4	3	
100	1	1	2	3	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	
101	1	1	2	3	2	2	3	1	2	3	2	3	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	
102	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	
103	3	1	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	3	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	
104	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2
105	3	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	
106	3	1	3	3	2	1	3	1	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	3	1	3	
107	1	4	4	1	1	2	3	4	1	3	3	2	3	4	1	3	1	3	3	4	1	3	4	4	3	1	1	4	4	4	
108	3	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	4	2	4	3	2	
109	1	2	3	2	2	2	2	3	3	4	1	2	4	1	1	4	2	1	4	1	1	4	1	4	3	2	3	2	2	4	
110	1	1	3	3	3	1	3	1	2	3	2	1	3	1	3	2	2	1	2	3	1	2	4	3	1	4	4	3	4	2	
111	3	2	2	4	4	2	2	1	2	3	1	1	2	2	3	3	2	3	4	1	1	4	4	2	3	4	4	3	2	3	
112	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	2	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	4	4	3	3	3	2	
113	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	4	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
114	3	2	3	4	3	2	3	1	4	3	3	2	3	2	4	3	2	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	2	4	4	
115	2	1	3	1	2	2	2	1	2	3	2	1	3	1	1	2	1	2	3	2	1	3	1	2	3	1	3	3	3	3	
116	2	2	1	3	1	2	2	1	1	2	4	2	3	2	3	4	1	3	3	1	2	3	4	4	2	3	3	2	3	4	

117	2	2	3	3	3	2	2	1	2	3	1	4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2
118	4	2	2	4	3	2	2	1	3	2	1	1	3	3	4	4	3	4	2	2	2	4	4	2	4	2	4	4	4	2
119	2	1	2	4	1	1	2	1	1	3	3	1	3	2	1	1	1	2	3	1	1	3	3	2	3	2	1	3	1	4
120	1	1	2	3	2	1	2	2	1	3	3	1	4	2	1	1	1	2	3	4	1	2	1	2	2	1	1	2	2	3
121	3	2	3	3	2	1	3	1	3	2	2	3	1	2	3	2	3	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	3	2	2
122	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	2	1	2	4	2	3
123	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	2	1	3	1	3	2	1	2	3	2	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3
124	4	1	3	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	1	3	2	2	3	2	1	1	2	4	1	1	1	2	3	3	3
125	2	1	1	3	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	3	2
126	2	2	2	4	2	1	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3
127	2	2	3	3	3	1	2	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	1	3	3	2	3	4	3	3	2	3
128	3	4	4	4	4	2	3	1	2	3	2	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	1	3	2	4	4	4
129	2	1	1	3	3	1	2	1	2	3	3	1	3	1	2	3	3	2	3	2	1	2	3	2	2	1	3	1	1	2
130	3	2	3	3	3	2	3	1	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3
131	3	3	2	3	2	3	3	1	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3
132	2	4	2	3	2	2	3	2	1	3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	2	4	3	3	4	2	4	2	3	2	3
133	3	4	2	4	1	1	3	1	1	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	1	4	3	3	4	4
134	3	1	3	3	2	2	3	1	2	3	2	4	3	1	2	3	1	2	3	2	1	3	3	2	2	1	1	3	1	3

13 5	2	2	3	4	2	2	3	2	1	4	2	1	3	2	2	3	2	3	4	2	2	3	2	4	2	2	2	3	2	3	
13 6	2	1	1	1	1	2	2	3	3	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	1	3	1	4	4	4	4	4	
13 7	3	1	3	4	1	4	4	1	1	3	4	1	4	3	2	3	1	2	3	2	4	3	4	3	4	1	1	4	2	4	
13 8	4	1	3	4	2	1	3	1	2	3	2	1	2	1	3	4	2	2	3	1	1	3	2	3	4	1	2	3	4	2	
13 9	3	2	3	4	2	2	3	2	2	4	2	1	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	
14 0	3	2	2	3	2	2	4	4	1	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	3	
14 1	1	1	2	3	2	1	3	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	
14 2	3	2	3	3	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	3	1	3	2	1	2	
14 3	1	1	1	3	4	1	1	4	1	2	4	1	1	1	3	1	4	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1
14 4	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	
14 5	3	2	2	2	2	1	2	1	3	4	3	1	3	1	2	3	2	2	3	3	1	3	2	3	1	1	2	2	2	3	
14 6	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	
14 7	3	2	3	4	2	1	4	2	1	3	3	4	2	1	3	3	2	4	4	1	1	3	1	2	1	1	1	4	1	4	
14 8	3	2	2	3	4	1	3	4	1	2	4	2	2	3	1	1	4	2	3	2	2	4	2	3	1	1	4	3	4	3	
14 9	4	4	4	1	4	4	2	4	1	4	1	2	4	2	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	4	3	
15 0	4	2	4	2	3	2	1	3	1	3	1	3	1	3	2	1	4	4	4	4	2	1	1	2	1	4	1	3	4	2	3
15 1	4	4	1	3	4	1	1	4	3	1	3	3	3	1	3	4	3	4	4	4	1	2	1	3	1	3	4	4	4	3	4
15 2	4	1	3	3	4	3	4	3	1	1	2	1	3	1	2	4	1	1	4	1	4	4	1	2	1	4	4	1	4	2	

15 3	3	4	3	2	4	2	3	4	3	3	2	2	1	1	3	2	2	1	4	1	1	4	1	1	1	3	3	2	3	2
15 4	4	4	1	1	4	2	3	3	1	4	2	1	3	1	3	2	3	4	3	2	3	2	4	1	1	4	3	2	4	1
15 5	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	1	3	3	3	3	4	3	4	1	1	2	1	2	3	1	4	2
15 6	4	3	4	4	3	2	2	4	2	1	2	1	3	2	1	4	1	1	4	1	2	3	1	2	3	4	4	2	1	1
15 7	3	2	1	2	3	2	2	3	2	1	4	4	2	1	1	2	2	3	4	3	1	3	3	3	3	1	2	1	3	2
15 8	4	3	4	3	4	1	3	4	1	1	3	3	2	1	2	2	1	2	3	4	3	2	3	3	1	4	3	1	3	2
15 9	3	4	2	4	3	3	2	4	1	4	4	3	4	3	3	3	2	4	4	1	4	1	3	2	4	2	4	1	4	3
16 0	4	4	3	1	4	2	3	4	3	1	1	1	2	1	4	2	3	4	4	2	3	3	3	4	3	1	2	4	3	3
16 1	4	3	4	2	4	4	4	3	1	1	2	1	2	3	1	2	1	3	4	2	1	4	2	1	3	1	2	2	3	2
16 2	4	2	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	1	3	3	4	3	1	1	2	1	1	4	2	4	4	2
16 3	4	1	4	2	4	3	2	4	2	1	4	4	2	3	1	4	4	2	4	1	2	1	3	4	2	2	2	1	2	1
16 4	4	4	2	4	3	3	1	4	3	2	1	2	2	2	2	3	2	1	4	2	3	4	1	4	4	3	1	4	4	4
16 5	4	3	2	2	4	4	2	4	3	4	2	1	4	2	4	2	1	3	4	4	1	3	1	3	4	2	1	4	1	2
16 6	3	3	4	2	4	3	4	4	1	2	3	3	4	3	2	1	2	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	2	2	4
16 7	4	4	3	1	4	1	3	3	2	1	2	1	2	2	4	2	2	3	4	4	4	3	3	2	2	3	4	2	3	2
16 8	4	1	1	1	3	3	3	4	2	4	1	1	4	1	1	1	1	4	3	3	2	4	3	3	1	1	3	4	4	2
16 9	3	1	1	1	4	2	1	4	2	4	3	4	2	3	1	3	1	2	3	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4
17 0	4	2	1	3	4	4	1	4	1	1	3	4	2	2	2	1	1	2	4	4	4	2	1	2	3	1	4	2	4	4

17	1	3	3	2	4	4	2	4	4	1	2	3	2	3	1	4	2	2	4	4	1	1	3	4	2	4	3	4	4	1	3	
17	2	4	1	2	2	4	1	4	3	1	2	3	4	1	3	4	3	2	2	3	1	1	2	2	1	2	3	1	3	4	4	
17	3	4	1	2	3	3	1	1	4	3	2	1	4	3	2	2	4	3	1	4	3	4	4	2	3	2	1	1	3	4	2	
17	4	4	4	2	1	4	3	2	4	1	1	4	2	2	1	3	4	3	4	4	3	4	2	2	4	3	4	4	1	3	2	
17	5	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	2	2	1	1	2	1	3	4	4	2	1	4	1	2	1	4	1	3	1	3	
17	6	3	4	3	3	3	2	4	4	2	1	3	1	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	3	4	2	2	4	1	1	2	
17	7	4	4	2	2	4	2	4	4	1	2	4	1	1	1	3	1	4	4	3	2	3	2	2	3	1	3	2	1	1	3	
17	8	3	1	3	2	4	1	1	4	3	1	4	2	1	1	3	3	3	1	4	3	1	4	4	1	4	2	3	1	3	1	
17	9	4	1	3	4	4	3	4	4	1	1	4	4	2	1	2	4	4	1	4	4	2	3	1	1	4	3	2	1	4	4	
18	0	4	2	2	3	3	4	2	4	1	4	4	1	4	3	2	3	1	1	4	2	4	1	1	2	1	2	1	1	4	3	
18	1	4	1	4	3	3	2	4	4	1	2	4	4	2	2	4	4	1	4	4	1	1	4	4	1	4	2	2	2	2	4	
18	2	4	4	3	4	4	1	4	3	3	2	3	1	4	2	1	2	3	2	4	3	4	4	4	2	4	1	4	2	2	3	3
18	3	4	1	4	2	4	2	4	4	2	3	2	4	1	2	1	4	1	3	4	4	2	3	1	1	2	4	3	3	2	1	
18	4	3	2	2	1	3	2	2	4	1	1	1	2	3	1	3	3	4	1	4	3	2	4	3	4	3	2	4	4	1	3	
18	5	4	1	3	2	3	4	2	3	1	1	4	3	4	3	1	2	2	3	4	2	2	4	4	2	2	1	2	3	3	2	
18	6	4	3	3	3	3	2	2	4	1	1	1	3	2	1	2	1	3	2	3	2	4	2	2	2	2	3	3	2	4	2	
18	7	4	2	1	3	4	4	2	4	1	3	1	2	3	2	1	3	1	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	2	4	
18	8	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	3	2	1	4	3	2	2	4	4	4	2	4	2	4	1	4	1	4	2	

18 9	3	2	4	2	4	3	1	4	1	2	3	1	2	1	1	3	3	1	3	1	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	
19 0	3	3	1	2	4	4	3	4	1	1	1	1	2	1	1	2	1	4	4	4	1	4	2	3	3	4	1	4	4	4	
19 1	4	3	3	1	4	3	4	4	1	4	4	4	2	2	1	1	3	2	3	2	3	1	2	2	4	3	3	2	3	3	
19 2	3	1	2	3	3	1	1	3	2	3	1	3	4	2	1	3	4	4	3	1	1	1	4	3	2	3	4	2	2	3	
19 3	4	1	3	3	4	3	1	4	2	1	3	3	2	3	1	4	4	2	4	4	2	2	3	2	1	2	4	2	1	3	
19 4	3	4	2	4	4	1	1	3	1	1	3	1	2	1	2	4	4	3	4	3	1	3	1	4	3	4	3	4	4	1	
19 5	3	3	2	3	4	2	4	4	1	2	1	4	2	3	2	1	3	3	3	3	2	1	1	2	1	4	4	1	3	3	1

Variable estrés académico

n	P-1	P-2	P-3	P-4	P-5	P-6	P-7	P-8	P-9	P-10	P-11	P-12	P-13	P-14	P-15	P-16	P-17	P-18	P-19	P-20
1	5	5	3	2	2	2	4	4	5	3	3	4	5	4	3	2	2	3	1	2
2	3	3	2	2	4	2	3	5	3	4	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3
3	3	3	2	2	2	2	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	3	3	3
4	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	1	4	3	3	3	3	3	2
5	4	4	4	3	5	4	4	5	3	5	4	5	3	5	4	5	4	3	4	2
6	3	2	1	3	3	1	3	5	5	3	1	4	3	3	1	1	5	1	1	5
7	3	2	2	2	3	2	4	1	3	2	1	5	2	1	3	2	4	2	1	5
8	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	5
9	3	2	2	2	2	1	2	4	4	2	1	3	3	2	2	2	2	1	4	1
10	1	2	2	2	3	3	3	3	4	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2
11	4	3	4	2	4	3	4	5	2	5	3	5	1	4	3	2	2	3	5	1
12	2	2	3	4	3	2	5	5	4	4	5	3	3	1	2	5	3	1	1	1
13	3	4	4	5	4	3	4	4	2	5	5	3	5	2	4	5	4	3	4	5
14	5	4	4	3	5	4	4	5	3	5	4	5	5	5	5	5	5	2	5	5
15	2	4	4	4	3	2	4	5	4	3	1	2	1	2	2	3	3	2	2	1
16	3	5	1	2	1	5	5	2	5	1	1	1	5	1	2	2	2	1	5	1
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	3
18	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	3	1	1	2	1	2	1	1	1	1
19	5	5	5	4	5	5	4	5	1	5	5	5	2	5	3	4	2	2	4	5
20	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	4	3	3	2	3	2	3
21	3	2	1	2	3	1	4	2	4	1	2	4	2	2	3	3	1	1	4	1
22	2	1	1	1	1	1	1	3	5	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
23	3	3	2	5	4	2	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4

24	3	4	2	2	2	3	2	3	4	3	1	4	3	4	2	2	3	2	2	2
25	3	2	3	3	4	3	4	5	3	4	2	5	1	3	4	3	3	3	5	4
26	4	3	2	3	3	2	4	2	3	3	2	4	1	2	3	2	3	2	5	5
27	4	3	3	2	4	4	5	4	2	3	3	5	3	5	3	3	4	3	4	4
28	3	4	2	2	4	2	4	2	2	2	3	2	3	3	4	4	3	2	4	4
29	4	5	4	3	3	4	3	5	1	4	3	5	4	4	3	2	3	3	5	3
30	3	2	3	4	4	2	4	4	2	5	5	3	3	2	3	3	3	1	3	2
31	2	1	2	5	3	1	2	2	4	3	2	2	1	2	3	3	2	3	2	2
32	3	1	4	5	5	1	2	2	4	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3
33	3	4	5	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3
34	3	4	3	3	3	1	4	5	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	3
35	3	2	3	4	2	2	3	3	4	3	2	3	2	2	2	2	3	1	2	3
36	1	1	1	3	3	1	3	1	5	3	1	1	1	1	3	3	1	5	1	3
37	1	1	1	2	4	1	1	5	2	4	1	3	1	1	2	4	2	5	2	5
38	1	2	1	2	3	1	3	1	4	4	3	5	3	1	4	3	2	2	3	2
39	3	4	3	3	5	2	3	5	2	4	1	3	1	4	3	2	2	1	3	3
40	1	2	3	3	4	4	4	2	3	5	4	5	1	2	4	4	2	1	2	3
41	2	3	4	5	3	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	4
42	3	4	3	3	4	3	3	5	3	5	2	5	1	5	5	3	3	3	3	2
43	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3	1	3	3	3	2	2	4	2
44	3	2	1	3	2	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	1	2	3
45	3	4	3	4	4	2	3	4	1	5	4	5	3	3	4	3	3	3	3	5
46	3	4	2	2	3	1	4	4	3	5	3	4	2	1	3	4	2	1	3	5
47	4	5	4	4	4	2	4	5	3	4	2	4	3	4	3	3	2	1	2	1
48	5	3	4	3	5	4	3	3	2	3	2	5	5	4	5	3	3	5	5	3
49	3	4	2	2	3	2	3	3	5	3	1	2	4	2	5	4	5	3	5	5

50	4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	2	4	1	1	3	2	2	3	2	4
51	4	3	1	3	2	3	3	3	3	4	3	5	4	3	1	2	4	3	3	4
52	4	4	3	2	4	4	4	5	3	4	4	5	2	5	4	4	4	3	5	4
53	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	3	4	3	3
54	4	2	2	4	4	2	4	3	5	5	3	2	1	4	5	3	3	3	4	4
55	3	3	4	2	3	3	3	2	3	5	2	5	4	1	3	2	4	3	3	4
56	3	4	5	3	4	3	5	5	4	5	4	5	3	5	4	3	3	3	5	4
57	3	3	2	2	3	4	3	3	5	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2
58	5	4	4	3	5	3	4	4	3	5	2	3	5	1	3	3	3	1	3	5
59	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	3	2
60	2	4	3	4	2	2	3	2	2	3	1	4	1	4	3	3	2	3	2	5
61	4	3	3	4	4	4	4	4	2	5	4	3	3	3	4	3	3	1	3	4
62	3	4	1	3	4	3	3	5	3	4	3	4	5	3	3	3	3	2	3	4
63	3	1	1	3	3	1	3	4	3	3	1	4	1	1	3	3	3	1	3	3
64	2	3	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	4	3	2	3	3	2	3
65	3	2	1	3	3	1	2	4	4	3	2	1	1	1	3	3	2	2	2	3
66	3	2	1	3	3	2	2	4	3	3	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2
67	3	2	1	2	1	3	2	2	4	3	2	2	3	2	1	1	2	2	2	1
68	3	1	1	3	2	3	3	2	5	3	2	3	1	3	2	2	3	3	1	1
69	3	5	3	1	5	1	5	2	3	3	5	1	2	5	5	5	5	1	5	5
70	4	5	4	3	3	4	3	5	2	4	3	5	3	3	3	2	5	2	5	
71	3	3	3	2	5	3	4	5	2	5	2	4	3	5	3	2	3	2	4	4
72	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2
73	1	2	1	1	2	1	2	3	5	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1
74	3	2	1	3	3	2	3	5	3	4	1	3	3	1	3	2	3	1	2	3
75	2	4	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	1	3	2	4	3	4	3	4

76	4	3	2	3	3	5	4	3	3	5	2	5	2	5	3	3	2	2	2	3
77	4	4	4	5	3	3	5	1	2	2	3	5	4	4	4	3	3	4	3	5
78	3	3	3	4	3	3	3	5	3	3	2	5	1	3	3	3	3	3	4	
79	3	4	4	4	4	3	5	5	4	5	2	5	1	4	5	3	5	3	5	5
80	5	5	1	4	5	5	5	5	4	5	2	4	5	2	3	3	2	2	3	5
81	3	4	2	3	2	2	2	5	4	3	2	5	2	2	3	3	3	2	2	5
82	4	3	3	3	3	2	2	4	3	5	3	3	5	4	2	2	3	5	3	3
83	3	3	4	3	4	5	3	5	3	3	3	4	5	4	4	3	3	2	4	4
84	3	3	2	3	3	2	4	5	3	4	2	3	1	2	3	3	2	1	2	2
85	3	4	4	4	5	4	5	5	3	5	3	3	5	4	4	4	5	5	4	5
86	4	3	2	3	5	4	3	4	3	4	4	5	3	5	2	2	3	3	4	5
87	3	2	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3
88	3	4	3	5	5	3	5	4	2	5	4	4	4	4	5	4	3	2	4	4
89	2	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4
90	2	2	2	3	2	1	3	3	4	4	1	2	3	2	4	3	3	2	2	3
91	2	1	1	2	3	1	2	5	3	3	1	1	1	4	2	3	3	3	4	3
92	5	4	2	3	2	2	3	3	4	3	2	5	3	5	3	4	5	2	5	4
93	3	5	5	3	5	4	3	5	3	4	2	4	1	3	3	2	3	4	3	4
94	3	2	3	2	3	3	2	5	3	2	1	4	2	3	2	3	3	2	2	3
95	5	1	1	1	2	1	1	5	1	3	1	5	1	1	2	2	1	1	3	5
96	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	5	5
97	3	4	2	3	4	3	2	4	2	3	4	3	4	3	2	2	3	2	2	4
98	3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3
99	4	4	3	3	5	3	5	5	4	5	2	4	5	4	3	3	4	2	2	5
100	1	1	1	3	4	1	1	2	3	3	2	3	2	1	2	3	3	1	1	4
101	4	4	2	3	3	4	2	5	5	3	1	4	4	4	2	2	2	3	3	4

102	3	2	3	3	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4
103	4	3	3	4	5	1	2	5	5	5	3	5	3	3	2	3	4	1	5	5
104	4	3	3	3	4	2	4	4	2	3	3	4	2	5	4	3	3	4	4	3
105	3	5	3	2	3	2	4	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	2	3	2
106	3	4	2	3	2	2	4	5	2	4	3	3	1	2	4	3	3	1	3	3
107	1	2	1	5	1	1	5	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1
108	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	1	1
109	4	3	3	3	3	3	3	5	3	3	2	3	1	4	3	2	3	2	3	3
110	1	1	2	1	2	1	2	1	5	1	1	2	4	1	3	1	3	1	2	4
111	3	3	1	3	5	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	5	4	3
112	3	4	5	3	5	5	5	5	3	2	4	3	5	2	3	4	3	3	5	4
113	3	4	5	3	5	5	5	5	5	4	4	3	4	2	3	4	3	4	5	4
114	1	1	1	3	3	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	3	3	3
115	3	2	5	2	3	3	2	5	4	2	4	5	2	1	4	4	3	4	2	5
116	3	2	1	5	3	1	4	3	4	3	2	3	1	1	2	4	3	2	3	3
117	2	3	1	5	5	5	3	4	2	3	2	3	1	1	3	3	3	2	3	4
118	3	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	5	2	3	3	3	3	2	2	4
119	3	2	4	3	5	2	4	5	3	5	3	5	3	2	5	2	3	2	5	5
120	1	3	1	1	3	1	4	5	4	3	1	4	3	1	3	1	1	1	1	5
121	3	2	1	3	3	1	2	2	4	1	1	1	5	5	2	3	2	1	1	5
122	3	3	3	3	4	4	4	5	2	4	2	5	1	2	4	3	3	2	4	3
123	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	2	5	3	4	3	2	3	3	3	4
124	2	3	2	3	3	1	2	4	4	4	3	4	1	1	3	2	2	1	5	3
125	4	3	4	3	4	3	3	5	3	4	3	5	2	4	3	2	2	2	3	4
126	2	4	4	3	1	3	3	5	1	3	3	4	4	3	4	4	1	1	1	1
127	3	2	2	2	2	1	2	4	4	3	2	5	2	3	3	2	2	5	3	5

128	2	3	1	2	1	3	1	5	5	3	2	1	3	3	1	3	2	1	1	1
129	5	1	1	2	1	5	5	1	5	1	5	5	1	5	1	1	1	1	5	3
130	3	5	4	4	3	4	5	2	2	4	5	4	4	2	5	4	3	4	4	2
131	3	4	2	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3
132	3	4	3	4	4	2	4	4	3	4	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3
133	3	4	3	4	5	3	4	4	4	4	3	4	2	5	3	4	3	3	4	3
134	1	2	3	3	2	3	3	4	5	4	1	5	3	1	3	3	1	5	5	1
135	2	3	2	4	4	3	4	2	1	4	3	4	2	3	4	3	3	2	4	3
136	3	5	5	5	5	4	4	2	3	5	4	2	3	3	4	5	1	3	5	2
137	5	5	4	4	4	5	4	5	2	4	3	1	5	5	4	3	4	1	5	2
138	4	3	2	4	3	2	4	1	5	4	2	5	2	4	4	4	4	3	4	2
139	5	3	2	3	2	4	3	5	2	3	2	1	3	5	3	1	2	5	4	5
140	2	4	5	4	4	4	4	5	2	4	3	5	2	4	4	3	3	4	4	3
141	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	5	1	5	3	3	3	4	5	3
142	3	3	3	3	3	3	2	2	3	5	1	5	5	1	5	5	5	3	1	5
143	3	4	2	5	5	1	3	1	3	4	2	4	5	3	5	4	2	3	4	3
144	3	1	3	2	3	2	4	5	1	4	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3
145	1	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3
146	3	3	3	3	2	1	3	4	2	3	4	3	5	2	3	3	3	5	2	3
147	4	4	3	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3
148	3	4	5	3	3	4	3	5	3	4	2	5	3	5	3	3	2	4	5	3
149	2	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	2	4
150	3	2	4	3	4	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	4	2	3	2	3
151	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3
152	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4
153	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3

154	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3
155	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3
156	3	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3
157	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	2	3	4	2	2	2	4	3
158	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3
159	2	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4
160	4	2	2	4	4	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3
161	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	3
162	3	3	4	2	3	3	4	2	2	3	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3
163	2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4
164	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	4	2	3
165	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
166	2	4	3	3	3	2	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3
167	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3
168	4	3	2	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2
169	3	2	2	3	3	2	3	4	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4
170	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	4	3
171	4	3	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3
172	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	4	3	3	4
173	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
174	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3
175	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3	2	4
176	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	2	4	3
177	4	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3
178	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	4
179	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4

180	2	3	4	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3
181	4	3	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4
182	4	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2
183	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3
184	4	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	2	3	4
185	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2
186	4	3	3	2	4	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2
187	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	2	3	2	4	3
188	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4
189	3	4	4	4	3	2	4	4	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	4	2
190	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	2	2	3	2	3	3	3	2	3
191	2	4	4	2	3	3	4	2	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4
192	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	4	4	3	3	2
193	2	4	3	4	2	2	4	4	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	2	3
194	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4
195	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	2	3	3	3	2	3	3	4	4

Anexo 9: Informe de Turnitin 7% de similitud



3-TESIS_QUISPE SANCHEZ ELVIS JAVIER y QUISPE SUCASACA DELMA ASUNCION.docx

📅 2025

📅 2025

🏫 Universidad Autónoma de Ica

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid::3117:442249919

Fecha de entrega
24 mar 2025, 5:44 p.m. GMT-5

Fecha de descarga
24 mar 2025, 6:06 p.m. GMT-5

Nombre de archivo
3-TESIS_QUISPE SANCHEZ ELVIS JAVIER y QUISPE SUCASACA DELMA ASUNCION.docx

Tamaño de archivo
5.7 MB

177 Páginas

36.427 Palabras

157.269 Caracteres



7% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Small Matches (less than 15 words)

Top Sources

- 6%  Internet sources
- 0%  Publications
- 3%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 6% Internet sources
- 0% Publications
- 3% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	repositorio.autonmadeica.edu.pe	2%
2	Internet	hdl.handle.net	2%
3	Internet	www.repositorio.autonmadeica.edu.pe	<1%
4	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
5	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2016-04-08	<1%
6	Internet	repositorio.upla.edu.pe	<1%
7	Submitted works	Universidad Católica de Santa María on 2025-01-20	<1%
8	Internet	repositorio.unheval.edu.pe	<1%
9	Submitted works	Universidad Privada San Juan Bautista on 2024-11-11	<1%
10	Publication	Maria Piqueras Blasco. "Estructuras prefabricadas y modulares para ampliación v...	<1%
11	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2016-08-16	<1%

12	Submitted works	Universidad Católica de Santa María on 2022-11-24	<1%
13	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2016-09-20	<1%
14	Submitted works	Universidad Privada del Norte on 2024-11-13	<1%
15	Internet	repositorio.unsaac.edu.pe	<1%
16	Publication	Gutierrez Vizcarra, Jorge Luis Mendoza Roncal, Anabary Maria Morales Rojas, Ke...	<1%
17	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2016-04-09	<1%
18	Submitted works	Universidad Andina del Cusco on 2024-06-20	<1%
19	Submitted works	Universidad Autónoma de Ica on 2023-01-11	<1%
20	Submitted works	Universidad San Ignacio de Loyola on 2018-09-29	<1%
21	Submitted works	Universidad Tecnológica del Peru on 2023-12-15	<1%
22	Internet	repositorio.udaff.edu.pe	<1%
23	Submitted works	Universidad Peruana Los Andes on 2020-12-29	<1%
24	Internet	repositorio.urp.edu.pe	<1%
25	Submitted works	Universidad Ricardo Palma on 2025-03-13	<1%

Anexo 10: Evidencias fotográficas



