



UNIVERSIDAD JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS EMPRESARIALES Y
PEDAGÓGICAS**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN

TESIS

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LAS
ESTUDIANTES DEL IX Y X CICLO DEL PROGRAMA DE ESTUDIOS DE
EDUCACIÓN INICIAL EN EDUCACIÓN SUPERIOR, TACNA, 2022**

**PRESENTADO POR
BACH. HEYDI VANESSA GUERRA FLORES**

**ASESOR
DRA. JUANA ALEJANDRINA ROJAS BENITES**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN INICIAL**

MOQUEGUA – PERÚ

2022

ÍNDICE

| | |
|---|------|
| PÁGINA DEL JURADO | II |
| DEDICATORIA | iii |
| AGRADECIMIENTOS | iv |
| TABLA DE CONTENIDOS..... | v |
| ÍNDICE DE TABLAS | vii |
| ÍNDICE DE FIGURAS..... | viii |
| RESUMEN..... | ix |
| ABSTRACT..... | x |
| INTRODUCCIÓN | xi |
| CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN | 1 |
| 1.1. Descripción de la Realidad Problemática..... | 1 |
| 1.2. Definición del problema..... | 4 |
| 1.3. Objetivos de la Investigación..... | 5 |
| 1.4. Justificación e importancia de la investigación..... | 5 |
| 1.5. Variables. Operacionalización..... | 7 |
| 1.6. Hipótesis de la Investigación..... | 7 |
| CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO | 9 |
| 2.1 Antecedentes de la investigación..... | 9 |
| 2.2 Bases teóricas..... | 13 |
| 2.2.1 Inteligencia emocional..... | 13 |
| 2.2.2 Estrés académico..... | 16 |
| 2.3 Marco conceptual | 21 |
| CAPÍTULO III: MÉTODO..... | 22 |
| 3.1 Tipo de investigación..... | 22 |
| 3.2 Diseño de investigación..... | 23 |
| 3.3 Población y muestra..... | 23 |
| 3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos..... | 25 |
| 3.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos..... | 28 |

| | |
|---|----|
| CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS..... | 29 |
| 4.1 Presentación de resultados por variables..... | 29 |
| 4.2 Discusión..... | 42 |
| CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES..... | 44 |
| 5.1. CONCLUSIONES..... | 44 |
| 5.2. RECOMENDACIONES | 45 |
| BIBLIOGRAFÍA | 46 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla 1. Operacionalización de la variable inteligencia emocional y el estrés académico..... | 7 |
| Tabla 2. Distribución de la población..... | 24 |
| Tabla 3. Distribución de la muestra..... | 24 |
| Tabla 4. Ficha técnica del inventario de inteligencia emocional..... | 26 |
| Tabla 5. Ficha técnica del inventario de estrés académico..... | 27 |
| Tabla 6. Baremo para la variable “inteligencia emocional” | 29 |
| Tabla 7. Baremo para la variable “estrés académico” | 30 |
| Tabla 8. Baremo para la dimensión “estresores” | 30 |
| Tabla 9. Baremo para la dimensión “síntomas” | 31 |
| Tabla 10. Baremo para la dimensión “afrentamiento” | 31 |
| Tabla 11. Consolidado de la variable “inteligencia emocional” | 32 |
| Tabla 12. Consolidado de la variable “estrés académico” | 33 |
| Tabla 13. Consolidado de la dimensión “estresores” | 34 |
| Tabla 14. Consolidado de la dimensión “síntomas” | 35 |
| Tabla 15. Consolidado de la dimensión “afrentamiento” | 36 |
| Tabla 16. Correlación entre inteligencia emocional y estrés académico... .. | 38 |
| Tabla 17. Correlación entre inteligencia emocional y estresores..... | 39 |
| Tabla 18. Correlación entre inteligencia emocional y síntomas..... | 40 |
| Tabla 19. Correlación entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento..... | 41 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Figura 1. Consolidado de la variable “inteligencia emocional” | 32 |
| Figura 2. Consolidado de la variable “estrés académico” | 33 |
| Figura 3. Consolidado de la dimensión “estresores” | 34 |
| Figura 4. Consolidado de la dimensión “síntomas” | 35 |
| Figura 5. Consolidado de la dimensión “afrentamiento” | 36 |

RESUMEN

Cabe destacar que la presente investigación tiene como intención determinar la existencia del grado de asociación de las variables inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del IX y X Ciclo del Programa de Estudios de Educación Inicial de la EESPP “José Jiménez Borja”.

La metodología utilizada para la concreción del presente fue de tipo no experimental, por lo que no fue necesario manipular ninguna de las variables, con un diseño descriptivo con corte transversal y centrado en el estudio correlacional, para lo cual se determinó una muestra de trabajo de 62 estudiantes del referido programa de estudios. Para el recojo de la información fue necesario utilizar doce instrumentos que por la disposición fue el cuestionario el cual se aplicó de manera virtual, debido a que existió la necesidad de recabar información en tiempos de COVID. Como resultado se pudo observar que el nivel de relación de inteligencia emocional y el estrés académico en las estudiantes del IX y X ciclo, están relacionados inversa y significativamente, con un Rho de Spearman de -0,482 y una significancia estadística de $p=0,000$.

Se concluye, de acuerdo a los resultados obtenidos, la existencia de la correlación inversa y moderada entre el nivel de inteligencia emocional y el estrés académico de las estudiantes.

Palabras claves: Inteligencia emocional, estrés académico, estresores, síntomas, estrategias de afrontamiento.

ABSTRACT

It should be noted that the present investigation intends to determine the existence of the degree of association of the variables emotional intelligence and academic stress in the students of the IX and X Cycle of the Initial Education Study Program of the EESPP "José Jiménez Borja".

The methodology used for the concretion of the present was non-experimental, so it was not necessary to manipulate any of the variables, with a descriptive cross-sectional design focused on the correlational study, for which a work sample of 62 students of the aforementioned study program. To collect the information, it was necessary to use twelve instruments, which by arrangement was the questionnaire, which was applied virtually, because there was a need to collect information in times of COVID. As a result, it was observed that the relationship level of emotional intelligence and academic stress in the IX and X cycle students are inversely and significantly related, with a Spearman's Rho of -0,482 and a statistical significance of $p=0,000$.

It is concluded, according to the results obtained, the existence of the inverse and moderate correlation between the level of emotional intelligence and the academic stress of the students.

Keywords: Emotional intelligence, academic stress, stressors, symptoms, coping strategies.

INTRODUCCIÓN

En la vida diaria en la que se desenvuelve el estudiante académicamente, existen muchos factores que limitan su trabajo académico para que los resultados esperados se vean concretizados de manera satisfactoria. Uno de estos factores viene a ser el estrés académico, lo cual envuelve al estudiante con la aparición de ciertos estresores que se manifiestan rápidamente en su comportamiento o actitudes que con frecuencia le permite al estudiante entorpecer su avance satisfactorio en el desarrollo de los diferentes cursos o módulo que se desarrollan en los últimos ciclos de estudios. Esto conlleva al estudiante a buscar diversas estrategias de afrontamiento que le generarán mayor tranquilidad para afrontar los diversos factores manifestados en la vida académica de los estudiantes.

En ese sentido, la inteligencia emocional comprende un factor importantísimo para el afrontamiento de ciertas circunstancias que se presentan en la vida de los estudiantes sobre todo en los últimos ciclos de estudios. De esta manera ser inteligente y manejar sus emociones de manera positiva es una gran ventaja para cuando el estudiante afronta situaciones que le generan desequilibrio para el desarrollo de sus actividades académicas y otros que forman parte de hasta de su vida persona.

Con la intención de profundizar el conocimiento de las variables, fue necesario el desarrollo de los siguientes capítulos como a continuación se detallan estas:

En el capítulo I, se evidencia el planteamiento del problema que plasma de manera concreta la presencia del problema describiéndola dentro de los diferentes contextos en las que ésta se presenta, así mismo se plantea los objetivos, las hipótesis, la justificación, y por último para el conocimiento y manejo de las variables se da a conocer la operacionalización de las variables, con sus respectivas dimensiones, indicadores e ítems que se utilizan para la elaboración de instrumentos de recojo.

En el capítulo II, se presenta el Marco Teórico, el cual configura la fundamentación de las variables, no tan solo en el marco histórico, es decir en los antecedentes internacionales, nacionales o locales, sino además todas aquellas teorías que le dan respaldo a las variables que se estudian en el presente. De esta manera se logra profundizar no tan solo en el campo científico sino además en el campo teórico, generando una perspectiva diferente de parte del autor de la presente investigación.

En el capítulo III, referido a la metodología, se marca el camino a seguir por el investigador, esto quiere decir que se demarca el tipo y diseño de investigación, se señala la población y muestra del estudio, definiendo la forma de extraer esa muestra de la población planteada. Por otro lado, se señala la técnica e instrumento que se utilizaron en el presente estudio y por último, se da a conocer las técnicas que se siguen para procesar los datos de estudio.

En el capítulo IV, destinado a presentar los resultados que se obtuvieron en el trabajo de investigación, presentaron primero los baremos de ambas variables, luego los datos presentados de manera descriptiva y posterior a ello la estadística inferencial que comprueba las hipótesis planteadas. Este capítulo finaliza con la discusión de la contrastación de los resultados con respecto al marco histórico hallado en la investigación.

Por último, en el capítulo V, se centra en la definición de las conclusiones producto de todo el proceso teórico y científico realizado para luego plantear recomendaciones que puedan efectivizarse en posteriores estudios que se realicen vinculados a los resultados obtenidos en la presente investigación.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción de la Realidad Problemática.

Los tiempos convulsionados en la que nos desenvolvemos durante los últimos años, nos coloca frente a necesidades mayores en cuanto a saber afrontar hechos inusuales, es así como la Inteligencia Emocional (IE) gana una real importancia ya que comprende el manejo de las emociones, mas aun sabiéndose que juego un papel importante en todos los campos que vive el sujeto en especial en el ámbito educativo. Así, se hace una necesidad imperiosa el de profundizar sobre esta la inteligencia emocional de tal manera que pueda asegurarse el éxito en el ámbito académico, así como la adaptación a éste y otros ámbitos en los que se desenvuelve él. Jiménez y López (2009). Por otro lado, los autores refieren que, durante muchos años, la sociedad en general ha sobrestimado la inteligencia dando realce a otras cualidades propias de los individuos, sin embargo, la evidencia sugiere que ser inteligente cognitivamente no basta para garantizar el triunfo académico.

Así, Madrazo (2015) hace referencia que en diferentes países como es el caso de México han implementado ciertos programas educativos que se centran en la educación emocional, los cuales han obtenido resultados gratos, en donde los docentes le ha permitido al estudiante la incorporación de ciertas habilidades de carácter emocional como un componente fundamental para lograr el aprendizaje, propiciando así, la superación de las necesidades diversas que se muestran en el ámbito del aprendizaje, de

tal forma que la participación de los docentes es más dinámica cuando se encuentra frente a los estudiantes.

Es así que, en el Perú, Villegas (2016) hace referencia que la IE, aún no se logra enseñar en las instituciones de gestión pública o privada, esto quiere decir que no existe un ambiente dedicado a que los estudiantes aprendan el autocontrol emocional. Sin embargo, destaca, que en algunas instituciones de gestión privada se logra organizar los tiempos para destinar ciertas actividades dirigidas al progreso emocional.

De acuerdo a los estudios realizados con respecto al estrés académico se ha podido explicar que se encuentra íntimamente vinculado con la tensión, agobio, nerviosismo, cansancio entre otras sensaciones asociadas a éste. Zárate (2019); hace mención con respecto al estrés académico que comprende un estado que es generado cuando el estudiante percibe en su entorno el negativismo propio de los que le rodean, más aún cuando las demandas de su contexto, le generan estados de angustia afectando la etapa de formación inicial docente, lo cual tiene como consecuencias la pérdida del control para lograr afrontarlas. Se puede afirmar además que éste, se manifiesta en el descuido de muchas actividades que el estudiante realiza para su crecimiento personal.

Según Ewen, (2000) el estrés comprende "... una amenaza real a la integridad fisiológica o psicológica de un individuo..." (pág. 13). Esto quiere decir, que el estrés acumulado en el estudiante, puede generar grandes modificaciones de su conducta así además, repercute en el aspecto emocional, afectando enormemente su entorno académico en donde se desenvuelve.

De esta manera Barraza, (2005) deja en evidencia que el 86% de los estudiantes de educación superior han registrado un estrés alto medio durante el transcurso de su formación académica. Esto es ocasionado por

el exceso de responsabilidad académica, así como la sobrecarga de trabajos o tareas, así como la evaluación. En el contexto nacional Huerta (2018) concluye que la población en estudios superiores vive un constante estrés académico durante periodos largos de vida, lo cual puede llegar a generar trastornos depresivos, la ansiedad llegando incluso al consumo de alcohol. Esto nos permite afirmar que los estudiantes no acostumbran un trabajo de mucha exigencia, llegando a provocarles enfermedades que dañan y deterioran gradualmente su salud.

En la EESPP José Jiménez Borja, se ha podido revelar que los estudiantes de los últimos semestres del Programa de estudios de Educación Inicial, no han desarrollado adecuadamente su inteligencia emocional, situación que no les permite el control de sus emociones redundando en el estrés académico lo cual repercute en sus tareas, investigaciones y hasta los exámenes. Esto además afecta sus relaciones interpersonales, conductas inadecuadas como malestar físico, problemas digestivos, dolor constante de la cabeza, fatiga, ansiedad, somnolencia entre otros.

De esta manera es posible precisar que existen diversos factores asociados con el problema de los niveles de estrés. Así se puede afirmar que el estrés puede ser equilibrado considerando un apropiado manejo de su inteligencia emocional, el mismo que se refleja en su maduración de los estudiantes de acuerdo al paso de los años. De esto se puede deducir que el deficiente manejo de las emociones no permitirá ver formas para poder sobrellevar con el estrés académico, propio de los últimos años de estudio que les corresponde vivir dentro de su formación inicial docente.

Esto quiere decir, que con una deficiente inteligencia emocional será imposible controlar los niveles del estrés a los cuales nos vemos sometidos durante el transcurso del día. En diferentes estudios se ha podido determinar que la inteligencia emocional permite una asociación

directa, esto quiere decir que un estudiante logra una inteligencia emocional adecuada podrá dominar el estrés académico, entonces, estará en la dirección de lograr con éxito sus actividades académicas.

En ese sentido, el estudio presente permite identificar la asociación existente entre la inteligencia emocional y los niveles de estrés académico para definir la importancia que esto tiene para lograr el desarrollo dentro de los diferentes ámbitos de los estudiantes que se encuentran en los últimos ciclos de estudio por lo que son parte de la EESPP “José Jiménez Borja”. Esto quiere decir que los resultados esperados nos darán una mejor visión acerca de como regular el estrés académico en estudiantes que se encuentran por terminar sus estudios de Formación Inicial Docente.

1.2. Definición del problema.

Problema principal

¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y estrés académico de las estudiantes del IX y X ciclo, Tacna 2022?

Problemas específicos

¿Existirá relación entre la inteligencia emocional y los estresores del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial?

¿Existirá relación entre la inteligencia emocional y los síntomas del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial?

¿Existirá relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial?

1.3. Objetivos de la Investigación.

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y estrés académico de las estudiantes del IX y X ciclo, Tacna 2022.

1.3.2 Objetivos específicos

- a. Identificar la relación existente entre la inteligencia emocional y los estresores del estrés académico de los estudiantes.
- b. Identificar la relación existente entre la inteligencia emocional y los síntomas del estrés académico de los estudiantes.
- c. Identificar la relación existente entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento del estrés académico de los estudiantes.

1.4. Justificación e importancia de la investigación.

El estudio pretende contribuir con la literatura existente acerca de la inteligencia emocional en el sector educación, así como además tiene la pretensión de colaborar con el dominio del contexto del estrés académico de los estudiantes como una línea de sustentos y debates que permitan mayores y mejores propuestas en la enseñanza, trazando rutas que favorezcan a los estudiantes tanto académico como emocionalmente con plena capacidad para afrontar la vida en todas sus dimensiones. A continuación, se dará a conocer algunos factores de relevancia del presente estudio:

Relevancia práctica, los efectos derivados permitirán una visión más clara acerca de la inteligencia emocional, que hoy es tan necesaria para que los jóvenes puedan controlar sus emociones de tal forma que su vida en

sociedad sea más placentera, así como también los estudiantes puedan hacer frente a situaciones pedagógicas con mayor claridad acerca de su participación delante de los conflictos de los estudiantes. Por otro lado, esta investigación, nos permite una visión más amplia acerca del estrés académico que los estudiantes hacen frente en una sociedad tan convulsionada como es la que vivimos. Definitivamente ambas variables de estudio son útiles para que el estudiante pueda hacer frente a las diversas situaciones que enfrenta día a día y además será posible tomar medidas preventivas y correctivas al respecto.

Relevancia teórica, el presente estudio además permitirá una adecuada recopilación de información, así como la ampliación de conceptos actualizados y relacionados a la inteligencia emocional y el estrés académico, tomando en consideración diversos autores, así como de reconocidos investigadores relacionados al tema. Así también con el sustento teórico del estudio podrá ser posible determinar la asociación entre ambas variables de los estudiantes del IX y X ciclo. Considerando los resultados, además, la investigación podrá ser generalizada, incorporándose el conocimiento científico y por otro lado servirá para llenar los vacíos existentes con relación a los conocimientos de los mismos, teniendo como base las teorías que aportarán en investigaciones futuras.

Relevancia metodológica, el presente estudio puede ser utilizado en estudios posteriores debido a que en ella se ha recurrido al uso de diferentes metodologías que refieren diversas técnicas para la elaboración de los instrumentos debidamente validados y con la confiabilidad plena para que puedan ser utilizados en otras investigaciones que se den en diferentes contextos.

Por último, la investigación que se presente, es importante debido a que demuestra la relación de las variables inteligencia emocional y estrés académico para permitir una visión objetiva a los posibles investigadores

futuros, dejando como evidencia una base de trabajo útil para mejorar las condiciones pedagógicas y personales de los estudiantes.

1.5. Variables. Operacionalización.

Tabla 1

Operacionalización de la variable inteligencia emocional y el estrés académico

| Variab les | Dimensiones | Ítems | Niveles de rango |
|------------------------|------------------------------|--------------|------------------------------|
| Inteligencia emocional | Percepción | 1-8 | Muy alto 102-120 |
| | Comprensión | 9-16 | Alto 83-101 Medio 64-82 |
| | Regulación | 17-24 | Baja 43-63 Muy baja 24-42 |
| | | | |
| Estrés académico | Estresores | 1-6 | Alto Moderado |
| | Síntomas | 7-12 | Bajo |
| | Estrategias de afrontamiento | 13-18 | |

Nota: Datos obtenidos de las teóricas correspondientes a las variables de estudio.

1.6. Hipótesis de la Investigación.

1.6.1 Hipótesis general

Determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y estrés académico de las estudiantes del IX Y X ciclo, es significativa.

1.6.2 Hipótesis específicas

- a. La relación existente entre la inteligencia emocional y los estresores del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial, es moderada.

- b. La relación existente entre la inteligencia emocional y los síntomas del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial, es moderada.

- c. Existirá relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial, es moderada., 2021, es baja.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación.

Previo análisis de la revisión de las tesis, se mencionan las investigaciones encontradas vinculadas a las variables de estudio, las mismas que se describen a continuación:

En el ámbito internacional se encuentra a Dunque, (2020) realiza la investigación acerca de la inteligencia emocional para un correcto manejo del estrés académico en la Universidad Tecnológica Indoamérica matriz Ambato. La metodología utilizada fue de tipo correlacional que busca demostrar la relación entre variables estadística, además fue bibliográfica documental, así mismo utiliza una metodología de campo. El método de manejo fue el fenomenológico y descriptivo, con enfoques mixtos, eso quiere decir cuantitativos y cualitativos. La población considerada fueron 57 estudiantes de tres facultades que se encuentran en nivel I y II de titulación. El instrumento aplicado es el test de Bar-On con respecto a la medición de la Inteligencia Emocional y para medir los niveles de estrés, fue necesario el Inventario SISCO, por último los resultados fueron tabulados con Excel y el programa estadístico de SPSS, de otra forma se aplicó el estadístico Chi-cuadrado para que las hipótesis puedan ser comprobadas. Como resultados se obtuvo que existen relación entre ambas variables, lo cual permite plantear una propuesta que promueve adecuadamente una adecuada intervención con la

participación de la psicológica con técnicas e instrumentos idóneos en función a los estudiantes.

Por otro lado, Bederman-Miller, y Arcangelo (2019), realizaron un estudio cuyo objetivo fue relacionar las variables de inteligencia emocional y estrés académico; para luego lograr la comparación entre las mismas en los distintos años y géneros. Para ello, se realizó una investigación de tipo cuantitativo, no experimental; en donde se aplicaron las encuestas Total-Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form y University Stress Scale, a una muestra de 134 estudiantes de distintas carreras. Como efectos se encontró una relación moderada entre los niveles de inteligencia emocional y el estrés académico, así como también se pudo determinar las diferencias significativas entre ambas variables las mismas que se encuentran vinculadas a los grupos de género, así como los niveles de estrés académicos entre géneros de los distintos años de estudio.

En la investigación de Thomas, y Joy (2021) plantean comprobar el vínculo de la inteligencia emocional y su asociación con el estrés académico. Así, fue necesario la realización de un estudio de condición correlacional y descriptivo, en donde fue necesario aplicar a la muestra de estudio una encuesta a través de Google Forms, contando con una muestra definida de 119 estudiantes de nivel superior en el grupo etario entre 18 a 24 años, provenientes de varios centros de educación de nivel superior de Kerala. Para el análisis monovariado de las variables se halló la frecuencia, porcentaje, media y su debida desviación estándar. Para el análisis de variables se utilizó el Test de Spearman y el Test de Mann-Whitney a través del programa SPSS. El resultado hallado denota la presencia de una relación entre la relación de la inteligencia emocional y el estrés académico. Además, se verificó la existencia de diferencias significativas de la inteligencia de las emociones entre estudiantes varones y mujeres; en donde los primeros son los que tienen mayor inteligencia emocional.

En el ámbito nacional, Sánchez y Zavala (2021) en la Universidad de Trujillo, realizaron la investigación para determinar el grado de relación entre

las variables inteligencia emocional y estrés académico. Por lo cual existió la necesidad de realizar un estudio de corte no experimental, descriptivo, correlacional y transversal; en donde se aplicó una encuesta por la plataforma de Google Forms a una muestra de 118 alumnos que estudiaban Enfermería del III y IV ciclo de estudios, la misma que se seleccionó considerando el muestreo aleatorio probabilístico aleatorio simple. Para el procesamiento fue necesario la utilización de la hoja de cálculo Excel 2016 y el programa SPSS versión 25. Como resultados fue posible determinar que si existe relación inversamente proporcional lo que se significa que cuando se les presente una inteligencia emocional mayor, entonces como consecuencia se reflejará menores grados de estrés en los estudiantes.

Dominguez (2019) realizó una investigación con el objetivo fue determinar el vínculo entre el estrés académico y la inteligencia emocional en estudiantes de sexto grado de educación básica regular. Para esto, fue necesario la realización de un estudio de característica experimental de nivel descriptivo y con corte transversal en donde se pretendió establecer la relación de las variables para lo cual fue necesario aplicar una muestra de 60 alumnos del VI ciclo de la EBR con edades de 11 a 13 años que constitúan la totalidad de la población. Cabe señalar que para procesar los datos se necesitó el programa estadístico SPSS. Se pudo obtener la coexistencia de una asociación alta entre las variables de estudio; en el sentido de que, al existir un alto nivel de inteligencia emocional, los niveles de estrés académico disminuyen en los estudiantes.

En la Universidad Autónoma de Ica, Ocoruro (2021), presenta su investigación cuyo objetivo principal fue la de observar el vínculo del estrés académico y la inteligencia emocional entre los estudiantes pertenecientes a la Escuela profesional de Psicología de la Universidad Alas Peruanas de sede Juliaca. El tipo de investigación utilizada en este estudio fue la no experimental, trasversal y correlacional; en donde se aplicó el “Inventario SISCO” desarrollada por Arturo Barraza para la medición del estrés académico; y el Inventario de Inteligencia de BarOn. La muestra consistió en un total de 83 estudiantes que cursan del primer al octavo ciclo de la escuela mencionada, la

misma que se seleccionó considerando el muestreo probabilístico estratificado. De esta manera para lograr el procesamiento de los datos fue necesario el uso de Excel y el SPSS para la estadística. El resultado encontrado es que hay una correlación positiva moderada lo que evidencia que presentada la mayor inteligencia emocional, se presenta mayor capacidad de parte de los estudiantes para enfrentar con estrés académico.

En el ámbito regional, en la Universidad Privada de Tacna, Chipana et al., (2021), exhiben una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y la adaptación a los estudios universitarios. Para ello, fue necesario la realización de un estudio cuyo nivel es descriptivo, pertenecientes al tipo correlacional para lo cual fue necesario un diseño no experimental ya que no fue necesario manipular las variables y con corte transversal debido a que se hará en un solo momento la aplicación de los cuestionarios Trait Meta-Mood Scale, desarrollado por Mayer y Salovey; y Vivencias Académicas versión reducida, desarrollado por Ferreira y Almeida. La muestra consistió con 120 estudiantes de traslado de la UPT, la que fue seleccionada de manera no probabilística. De esta manera fue necesario que para procesar los datos se utilice el SPSS 26. Así fue, que como resultados se encontró la presencia de la relación de variables en la muestra estudiada. En discusión, menciona también la existencia de la asociación entre los niveles de estrés de los estudiantes y su adaptación a los estudios universitarios.

Así, Condori (2013), realizó una investigación que busca identificar el vínculo entre la variable estrés académico y las estrategias de afrontamiento considerada en la carrera de enfermería. La metodología se trabajó dentro del enfoque cuantitativo de tipo descriptivo correlacional por su interés en sus logros y de corte transversal por ser el cuestionario elaborada por Marín Ferrera; y una diseñada teniendo de base al instrumento creado por Barraza, en un solo momento. La muestra incluyó a 220 alumnos pertenecientes a la especialidad de Enfermería de la UNJBG del año académico 2012. Para lograr el análisis de los datos fue necesaria la utilización del programa SPSS 18. Esta investigación tuvo como resultado la existencia de la asociación de variables. Asimismo, se obtuvo que las reacciones más frecuentes de los estudiantes frente

al estrés académico son la mayor necesidad de dormir, angustia, desesperación y ansiedad, y disminución en la preocupación de la imagen personal.

Por último, Mendoza (2021) realizó una investigación con la finalidad de ver de determinar la relación entre el Estrés Académico y el Síndrome de Burnout Académico; así el autor definió este último como una forma impropia para el afrontamiento del estrés crónico. Para ello, se realizó una investigación de tipo observacional, transversal, prospectiva y analítica; en donde se aplicaron las encuestas “Maslach Inventory Student Survey” para la medición del Síndrome de Burnout y el “Inventario SISCO” para la medición del estrés académico. La muestra consistió en un total de 108 estudiantes, la que fue calculada por la fórmula de muestreo. Para el procesamiento de los datos se utilizaron los programas informáticos. Como resultado fue posible encontrar una relación entre las variables de Burnout Académico y el Estrés Académico, Se obtuvo también de que esta última variable, se encuentra en mayores niveles en las estudiantes de sexo femenino y aquellos pertenecientes al tercer año de la carrera profesional.

2.2 Bases teóricas.

2.2.1 Inteligencia emocional

2.2.1.1 Concepto de inteligencia emocional

Como término, la inteligencia emocional, y desde una perspectiva teórica se utilizó por vez primera por Mayer y Salovey (1997), haciendo referencia a un trabajo que solo buscaba su estudio empírico. Desde ese momento la inteligencia emocional como concepto ha evolucionado y ha variado ya que diversos autores han hecho referencia a este término. Es así, como el autor lo conceptualiza como una habilidad que posee la persona, el cual implica el valorar, percibir y expresar ciertas emociones que se han percibido del entorno por uno mismo. Además, señala que es la capacidad para la generación de sentimientos que le permita facilitar el pensamiento

y por ende la comprensión de emociones dominando el conocimiento emocional que lo conduzca a regular sus emociones promoviendo el crecimiento intelectual y emocional.

Para Tan, (2015) viene a ser la habilidad para controlar las emociones tales como los impulsos, el entusiasmo, la motivación, la perseverancia, entre otros. Estas emociones pueden configurar los rasgos del carácter tales como la autodisciplina y la compasión, que son muy indispensables para enfrentar una adecuada adaptación social. De otra forma Goleman (2011), afirma que la inteligencia emocional comprende la capacidad para crear motivaciones direccionadas a uno mismo y de mantenerse en la búsqueda de una meta; el control de los impulsos y por último saber esperar la satisfacción de sus deseos.

Entonces, la inteligencia emocional comprende la habilidad de identificar primeramente los sentimientos propios y por consecuencia la de los demás. Esto conlleva al sujeto al manejo adecuado de sus emociones para el control de nosotros mismos y de aquellas relaciones que son parte de nuestro contexto con el único propósito de lograr el control adecuado de nuestras emociones basándose en las situaciones con pleno reconocimiento y valor pertinente.

2.2.1.2 Modelo de Mayer y Salovey (1997)

El modelo de Mayer y Salovey, (1997) asume como centro del mismo a la inteligencia emocional. De esta manera es posible afirmar que los modelos de habilidades se centran en las emociones diversas que posee el sujeto y su interacción basada en el pensamiento. Mayer y Salovey, explican a través de las cuatro habilidades correspondiente a la inteligencia emocional en su conjunto es posible componer una inteligencia real.

- A. **La percepción emocional.** Consiste en la habilidad para el reconocimiento de los sentimientos que son propios y del entorno del estudiante. Cabe resaltar que esta habilidad para lograr el nivel en donde los estudiantes pueden concretizar la identificación de sus emociones de tal forma que pueda ser posible la determinación de sus necesidades cognitivas y fisiológicas. Esta habilidad comprende la posibilidad para discernir las diversas actitudes que pueden demostrar los sujetos. De esta manera, la percepción es la **atención emocional**, comprendiéndola como una capacidad para posesionarse a conciencia que tiene que sentirse para posteriormente poder expresar las emociones de la manera mejor posible.
- B. **La facilitación o asimilación emocional.** Refiere a la habilidad que posee el sujeto considerando los sentimientos, como consecuencia se logra el razonamiento para de esta manera solucionar el problema que se hubiera presentado. De esta manera, la importancia central radica en las emociones, así como los estados afectivos que poseemos pueden ser de básicos para tomar decisiones.
- C. **La comprensión emocional.** Comprende la capacidad que tiene el sujeto para analizar y comprender las emociones. También se le denomina **claridad emocional. Referida a la capacidad de visualizar** la comprensión que se tiene en relación a los estados emocionales, desglosando de ellas una variada escala de señales emocionales, detallando en aquellas emociones que se dirigen a reconocer la categoría en donde son agrupados los sentimientos. De esta manera, la comprensión emocional refiere a aquella capacidad que tiene el individuo para comprender nuestras emociones, haciendo diferencia de ellas de tal forma que luego se pueda entender cómo funciona su evolución para lograr integrarlas al pensamiento.

D. La regulación emocional. La regulación emocional viene a ser una de las habilidades más complicadas, puesto que contiene la capacidad para la apertura de los sentimientos puedan ser estos positivos o negativos para posteriormente reflexionar sobre los mismos de tal forma que se deseche o aproveche la información tomando en cuenta la función utilitaria. Además, encierra la habilidad para la regulación de sus propias emociones o de aquellos que son parte de su entorno, logrando la moderación de aquellas emociones negativas intensificándolas en positivas.

En conclusión, estas condiciones mencionadas serán utilizadas en el presente estudio como las dimensiones de la investigación, exceptuando a la comprensión emocional, debido a que en la muestra no se aprecia con claridad la dimensión antes mencionada.

2.2.2 Estrés académico

2.2.2.1 Concepto del estrés académico

Alsulami et al., (2018) definen al estrés como la respuesta del cuerpo frente a distintos eventos que son percibidos como amenazas y desafíos del medio ambiente a los cuales se les debe enfrentar. El estrés en cantidades pequeñas es positivo ya que las personas son impulsadas a ser más productivas y activas; así De Rearte, y Castaldo, (2013) mencionan que no es posible vivir sin la presencia del estrés pues es una fuerza que impulsa al ser humano en su vida diaria. No obstante, este estrés en cantidades elevadas y durante un prolongado periodo, pueden repercutir en problemas físicos y mentales.

Los altos niveles de estrés son considerados como una alteración de la salud mental. Worku, et al., (2020) citan información de la OMS del año 2011, en donde se deduce que un 13% de la población mundial total tiene problemas de salud mental no tratados; y que además para el año

2030, estos últimos, constituirán la principal razón para la mortalidad y morbilidad en el mundo.

Alsulami, y otros (2018) definen al estrés académico como aquella respuesta generada por las exigencias académicas que exceden los niveles de adaptación de los estudiantes. Se menciona también que el estrés académico, según la American College Health Association encontró a través de una encuesta que el estrés académico de los estudiantes fue el mayor obstáculo de salud para su desempeño académico.

Considerando las situaciones heterogéneas en las que se encuentran los estudiantes en las distintas etapas de la carrera, De Rearte, y Castaldo, y Inés (2013) mencionan que los estudiantes de los primeros cursos de la carrera, son quienes presentan mayores índices de estrés académico.

De esta manera, el estrés académico es reacción negativa de la persona que le toca vivir de manera intempestiva, también podría afirmarse que es una fase en donde la persona se desequilibra tanto de manera psicológica, física y emocional dando lugar a la inestabilidad.

2.2.2.2 Causas del estrés académico

Si bien es cierto, existen causas de estrés académico que se repiten con amplia frecuencia; sin embargo, también hay ciertas variables que hacen que dichas causas afecten a los estudiantes de distinta manera. En este sentido, De Rearte, y Castaldo, y Inés (2013) detallan que dichos factores son los moderadores biológicos, psicosociales, psicoeducativos y socioeconómicos.

Asimismo, mencionan que la mayoría de causas relacionadas con el estrés de aquellos estudiantes que cursan estudios de nivel superior son aquellos que justamente tienen que ver con el área académica. Se cita a

cinco causas en especial: el no poder entender a los docentes, las clases con poca dinámica, la carga de actividades por realizar, el hecho de realizar las tareas y la presión por cumplir con la universidad de manera satisfactoria.

Selvi y Rajprabha (2020) encuentran las causas de estrés académico en estudiantes de nivel superior que encabezan el listado son la imposibilidad de faltar a clases especiales, falta de accesibilidad a librerías, deficiencias en las habilidades de comunicación, las reglas de la institución, los exámenes frecuentes y las tareas muy demandantes. De la misma manera, Alsulami, y otros (2018) mencionan que las causas de estrés académico reportadas comúnmente lo comprenden la sobrecarga de actividades académicas, los exámenes y el insuficiente tiempo para la realización de las tareas.

2.2.2.3 Consecuencias del estrés académico

Anaman-Torgbor et al., (2021) mencionan que los altos niveles de estrés pueden desencadenar problemas como la ansiedad, depresión, insomnio y desmejorar el logro de metas. Asimismo, se menciona que los altos niveles de estrés pueden provocar una muerte súbita en jóvenes y afectar la producción normal de las hormonas del organismo.

Mendiola (2010), clasifica a estos problemas causados por el estrés en consecuencias fisiológicas y psicológicas; incluyendo en las primeras a la hipertensión arterial, problemas respiratorios y alteraciones del sueño; y en las segundas a la ansiedad, depresión, preocupación e irritabilidad, alteración de memoria acorto y largo plazo, y pérdida de interés.

De una manera similar, de Rearte y Castaldo (2013) clasifican a dichas consecuencias en tres tipos principales de efectos: conductuales, cognitivas y fisiológicas. En el campo conductual se mencionan los

cambios de conductas negativos que tienden a tener los estudiantes, como el hecho de dormir de más o enojarse frecuentemente; en el cognitivo, se mencionan los cuestionamientos que suelen surgir relacionados a la elección de la carrera o incluso a el hecho de poder culminarla satisfactoriamente; y en el plano fisiológico, se habla de aquellas respuestas del organismo frente al estrés, como por ejemplo la inmunodepresión.

Pascoe et al., (2019) en su revisión de trabajos de investigación sobre estrés académico, destacan el impacto que puede tener éste sobre numerosas áreas en la vida de los estudiantes, destacando a la alteración salud tanto mental como física, el aumento de tendencia al consumo de sustancias adictivas, la disminución de los logros académicos y el abandono académico.

2.2.2.4 Recomendaciones para afrontar el estrés académico

Ochoa (2018) menciona que es muy importante manejar adecuadamente las situaciones de estrés en los estudiantes de nivel superior, ya que ello evitaría que existiera de consecuencias psicológicas y mejoraría el rendimiento académico de los mismos.

Pérez et al., (2010) proponen, antes de la aplicación de cualquier tipo de estrategia, el identificar aquellas situaciones que generen más estrés en los estudiantes para poder tener un autoconocimiento más amplio y mayor posibilidad del manejo adecuado de la situación. Fuchs (2021) sugiere consejos para el manejo del estrés, los cuales incluyen:

- La planificación de una lista de tareas por realizar a lo largo del día
- La reproducción de un sistema de recompensas al concluir una tarea.
- La petición a otras personas externas de ayuda con las actividades.

- Los descansos a la mitad de la realización de las actividades de estudios.
- La alimentación sustanciosa y muy saludable
- El descanso adoptado debe de ser aprovechado de manera óptima.
- El ejercicio debe de realizarse mínimamente una media hora diaria.
- Realizar actividades relajantes durante determinados días.
- La búsqueda de soporte profesional en caso fuere necesario.

2.2.2.5 Componentes del estrés académico

Los componentes sistémicos del estrés académico son: estresores, sintomatología y estrategias de afrontamiento. Barraza (2008) refiere los siguientes componentes:

- a. Estresores.** Vienen a ser los estímulos, que enfrenta un individuo para lograr adaptarse a un determinado lugar o situación. Rodríguez et al., (2014) sostiene que los estresores se encuentran orientados a una cadena de situaciones estresantes, lo cual ocurre por la falta de control de las emociones, generando el estrés en los estudiantes. Así entonces, se puede afirmar que los estresores comprenden las situaciones de estrés originado por el deficiente control de emociones en su vida personal.
- b. Síntomas del estrés académico.** Barraza (2006) sostiene que los síntomas del estrés desequilibran el comportamiento del sujeto. Esto se da a través de una gama de síntomas que vendrían a ser los indicadores, que se dan tanto en el aspecto físico, en el campo psicológico y además en el comportamental. Por otro lado, Castro (2019) refiere que los síntomas vienen a ser las alteraciones que experimenta el sujeto y que se manifiesta en el impulso, habla, afecto, percepción entre otros. Se concluye que los síntomas son las señales que envía nuestro cuerpo a través del estrés académico y se manifiesta en el aspecto físico y psicológico en especial.

- c. **Estrategias de afrontamiento.** Según Barraza (2008) la diversidad de estrategias de afrontamiento, son muchísimos, como evitar distracciones, elogios, confiar, informarse sobre la situación, planificar sus tareas para llevarlas a cabo dentro de los tiempos establecidos. Por otro lado, Díaz (2010) menciona que las estrategias de afrontamiento son una solución frente a un determinado problema de tal forma que se logre una orientación adecuada que lo llevará al sujeto a solucionar un conflicto con el propósito de lograr su bienestar físico y emocional. De esta manera, la estrategia de afrontamiento permite ponerse frente a una situación de estrés para darle un alto y buscar la solución al conflicto.

Estos componentes son básicos en la existencia del ser humano debido a que su puesta en práctica permitirá la solución de problemas que a diario se le presenta al hombre. Por otro lado, es necesario destacar que los estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento serán manejados como dimensiones para medir el estrés académico.

2.3 Marco conceptual

- a. **Estrés académico.** Refiere a una reacción negativa de la persona frente a una determinada situación que le toca vivir intempestivamente, también podría afirmarse que es una fase en donde la persona se desequilibra tanto de manera psicológica, física y emocional dando lugar a la inestabilidad.
- b. **Inteligencia emocional.** Es la habilidad de identificar primeramente nuestros sentimientos y por consecuencia la de los demás. Esto conlleva al sujeto al manejo adecuado de sus emociones para el control de nosotros mismos y de aquellas relaciones que son parte de nuestro contexto con el único propósito de lograr el control adecuado de nuestras emociones basándose en las situaciones con pleno reconocimiento y valor pertinente.

CAPÍTULO III: MÉTODO

3.1 Tipo de investigación

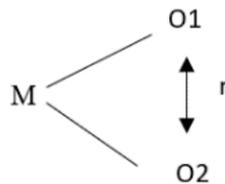
Todo estudio se circunscribe dentro de una tipología de investigación, en ese sentido el presente estudio responde al tipo de investigación no experimental, justificado por no existir manipulación alguna sobre las variables o categorías de estudio planteadas; sino que estas son analizadas respetando su comportamiento real.

Carrasco (2005) menciona con respecto a la investigación no experimental que es aquella en donde las variables en condición de independientes no tienen una manipulación intencional y por consecuencia no trabaja no grupo experimental ni mucho menos el grupo control. Cabe destacar que en estos estudios se analizan determinados hechos o fenómenos perteneciente a la realidad.

Es así que se explica que respondiendo al estudio que se presenta, no se llega a la manipulación de las variables, lo cual determina la existencia de una investigación que tiene por interés, medir el grado de asociación que vincula a las variables, percibido en los matriculados en el IX y X ciclo.

3.2 Diseño de investigación.

Mediante el diseño optado para la presente investigación se construye el plan de investigación, de tal forma que pueda ser posible la obtención de respuestas a las interrogantes realizadas o aquellas que se desea comprobar. En este caso trabajamos el diseño de investigación de tendencia descriptiva y correlacional. El fin del diseño es determinar el grado de vinculación entre dos o más variables, considerando la misma unidad de análisis o de estudio, que lo comprenden los sujetos de estudio. Hernández et al., (2010). Observar lo siguiente:



Donde:

M: Muestra

O1: Variable 1. Inteligencia emocional

O2: Variable 2. Estrés académico

r: Relación

3.3 Población y muestra.

3.2.1 Población

Morales (1994) citado por Arias (2006) hacen referencia que la población puede ser comprendida como un conjunto de sujetos o animales que determinan un grupo que posee la misma especie que son tomados en cuenta en un determinado momento durante la investigación.

De esta manera, la población se encuentra comprendida por 101 estudiantes que pertenecen al IX y X ciclo, distribución que se detallan a continuación:

Tabla 2

Distribución de la población

| Ciclo académico | Inicial | Primaria |
|------------------------|----------------|-----------------|
| IX | 30 | 21 |
| X | 32 | 18 |
| Subtotal | 62 | 39 |
| TOTAL | 101 | |

Nota: Datos extraídos de la oficina de secretaría académica de la Escuela -2022

3.2.2 Muestra.

Morales (1994), citado por Arias (2006) refiere que la muestra comprende a un subconjunto o subgrupo que representa al universo o población seleccionada. Esto quiere decir que de la población elegida se ha extraído una parte correspondiente al IX y X lo cuales se encuentran estudiando en los últimos ciclos de estudios.

Tabla 3

Distribución de la muestra

| CICLO ACADÉMICO | N° DE ESTUDIANTES |
|------------------------|--------------------------|
| IX | 30 |
| X | 32 |
| TOTAL | 62 |

Nota: Datos extraídos de las fichas de matrícula de secretaría académica.

En este sentido, la muestra se encuentra conformada por 62 estudiantes que cursan el IX y X ciclo matriculados lo cual responde al 61% de la población.

El muestreo fue determinado de manera no probabilístico, intencional, a razón de la necesidad de fijar una muestra considerando los datos con los que se cuenta.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

3.4.1 Técnicas

La investigación requiere de datos para su correspondiente procesamiento, en ese sentido la técnica que se utilizó para desarrollar el presente estudio fue la aplicación de una encuesta dirigida a estudiantes del IX y X ciclo, para identificar los niveles de estrés académico y la inteligencia emocional.

- a. **La encuesta.** Es un instrumento cuya aplicación tiene como objetivo la indagación directa para obtener datos sobre determinados hechos o conocimientos. Este instrumento puede ser desarrollado de manera escrita u oral. Según Ponto (2015) refiere que este método se puede utilizar tanto en investigaciones cuantitativas, como cualitativas; y es a menudo usada para las investigaciones del campo de las ciencias sociales y psicología.

3.4.2 Instrumentos

Cabe destacar que con la que el investigador va a ser posible el recojo de los datos para su correspondiente procesamiento, este ha de aplicarse en una muestra determinada. Carrasco (2009) refiere que los instrumentos son todos los materiales u objetos físicos utilizados con el objetivo de generar y obtener una respuesta de aquello que se encuentra en

estudio. La Universidad del Sur de California (2022) refiere que los instrumentos de investigación deben ser siempre validados para su posterior aplicación; y que para su elección es necesario evaluar los criterios de relevancia, validez y confiabilidad de los mismo. El instrumento utilizado en la presente investigación es el siguiente:

- a. **Cuestionario.** Con la intención de realizar la medición de la variable de la muestra fue necesario optar por un cuestionario que posee la escala de Likert; que, según Ñaupas, et al., (2018), comprende ítems presentados en la forma de afirmaciones. A continuación, se realiza la presentación de la ficha técnica del cuestionario utilizado para medir la variable.

Tabla 4

Ficha técnica del inventario de inteligencia emocional

| Ficha técnica inteligencia emocional | |
|---|--|
| Nombre | Inventario de cociente emocional de Inteligencia emocional |
| Autor | Mayer y Salovey (1997) |
| Procedencia | Canadá |
| Objetivo | Determinar el nivel de inteligencia emocional |
| Dimensiones | Percepción (1 - 6) Comprensión (7 - 18) Regulación (19 – 24) |
| Escala de liker | Nunca Casi nunca A veces Casi siempre Siempre |
| Forma de aplicación | Auto aplicación indirecta |
| Forma de administración | Individual |
| Escala y puntuación | Escala tipo Likert |
| Duración de la prueba | De 10 a 15 minutos |

Nota: Información obtenida del cuestionario de (Mayer & Salovey, 1997)

- b. **Cuestionario.** Con el objetivo de medir el estrés académico se optó por aplicar un cuestionario con categorías de escala de Likert; que, según Ñaupás, et al., (2018), se refiere a los ítems que se presentan a manera de afirmaciones. Se presenta a continuación las características de la ficha técnica.

Tabla 5

Ficha técnica del inventario de estrés académico

| Ficha técnica de Estrés académico | |
|--|--|
| Nombre | Cuestionario de Estrés académico |
| Autor | Arturo Barraza autor del instrumento |
| Adaptación | Heydi Guerra |
| Administración | Individual / grupal |
| Aplicación | Adolescentes y adultos |
| Procedencia | Durango – México / Universidad |
| Propósito | Determinar el nivel de Estrés académico |
| Nro de ítems | 18 ítems |
| Dimensiones | Dimensión 1: Estresores Dimensión 2: Síntomas Dimensión 3: Afrontamiento |
| Escala de valoración | 1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre |
| Categoría | Bajo (18 – 42) Medio (43 – 66) Alto (67 – 90) |
| Tiempo de aplicación | 35 minutos |

Nota: Información obtenido del cuestionario de (Barraza Macías, 2008)

3.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos.

3.5.1 Técnicas de procesamiento

Se utilizó una Laptop y una PC con los softwares de Microsoft Excel y el SPSS para la determinación la baremación de los datos y cálculo de correlaciones -causales detalladas en las hipótesis de investigación.

3.5.2 Técnicas de análisis e interpretación

El análisis estadístico realizado fue descriptivo, con la utilización de tablas con frecuencias absolutas y relativas y las figuras que determinan las frecuencias porcentuales. También, se aplicó la inferencia, para que se determine la normalidad de las variables para lo cual se aplicó el estadístico de Kolmogorov, el mismo que verificó la utilización del estadístico de correlación Rho de Spearman.

3.5.3 Técnicas de prueba de hipótesis

En un estudio cuantitativo es necesario comprobar las hipótesis es la prioridad estadística, para lo cual la decisión estadística planteadas en la hipótesis general y por ende las específicas fue necesaria la utilización del criterio de “P valor” o “Sig” considerando un margen de error que ha de presentarse en cualquier actividad de corte investigativo.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1 Presentación de resultados por variables

Información acerca del nivel de inteligencia emocional en estudiantes del IX y X ciclo de Educación Inicial en la EESPP “José Jiménez Borja”.

Esta información se percibe en función a indicadores, hallados en el marco operacional del trabajo presentado.

La escala utilizada para el nivel de inteligencia emocional, lo conforman las categorías que a continuación se presentan:

- Percepción
- Comprensión
- Regulación

El instrumento quedó conformado por 24 preguntas.

Tabla 6

Baremo para la variable “inteligencia emocional”

| Nivel | Escala |
|-------|--------|
| Alto | 89-120 |
| Medio | 47-88 |
| Bajo | 24-56 |

Nota. Extraído de los autores Mayer y Salovey (1997)

Información sobre el nivel de estrés académico en estudiantes del IX y X ciclo de Educación Inicial.

Esta información se encuentra comprendida en relación a los indicadores, identificados en el marco operacional del trabajo presentado.

La escala utilizada para el nivel del estrés académico, lo conforman las categorías que a continuación se presentan:

- Estresores
- Síntomas
- Afrontamiento

El instrumento quedó conformado por 18 preguntas.

Tabla 7

Baremo para la variable “estrés académico”

| Nivel | Escala |
|-------|--------|
| Alto | 67-90 |
| Medio | 43-66 |
| Bajo | 18-42 |

Nota. Extraído en base a la teoría de Arturo Barraza

Tabla 8

Baremo para la dimensión “estresores”

| Nivel | Escala |
|-------|--------|
| Alto | 23-30 |
| Medio | 15-22 |
| Bajo | 6-14 |

Nota. Extraído en base a la teoría de Arturo Barraza

Tabla 9

Baremo para la dimensión “síntomas”

| Nivel | Escala |
|-------|--------|
| Alto | 23-30 |
| Medio | 15-22 |
| Bajo | 6-14 |

Nota. Extraído en base a la teoría de Arturo Barraza

Tabla 10

Baremo para la dimensión “afrentamiento”

| Nivel | Escala |
|-------|--------|
| Alto | 23-30 |
| Medio | 15-22 |
| Bajo | 6-14 |

Nota. Extraído en base a la teoría de Arturo Barraza

Presentación y análisis de resultados

En tablas y figuras que a continuación se presentan, se dan a conocer los logros obtenidos con respecto al proceso de investigación para determinar la relación entre el nivel de inteligencia emocional y el estrés académico en las estudiantes del IX y X ciclo de Educación Inicial.

4.1.1. Resultados de estadística descriptiva

Posterior al procesamiento, se instituyeron los resultados que a continuación se dan a conocer.

Tabla 11

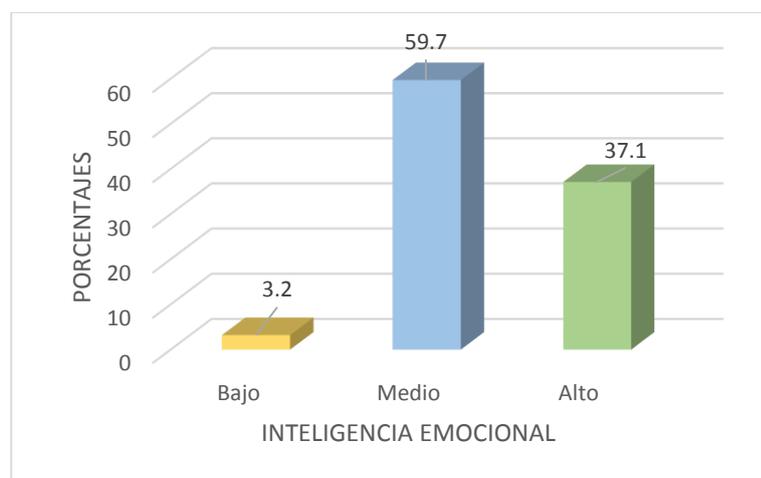
Consolidado de la variable “inteligencia emocional”

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------------|-------|------------|------------|
| Inteligencia emocional | Bajo | 2 | 3.2 |
| | Medio | 37 | 59.7 |
| | Alto | 23 | 37.1 |
| Total | | 62 | 100.0 |

Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

Figura 1

Consolidado de la variable “inteligencia emocional”



Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

Considerando los resultados logrados posteriormente a la aplicación del instrumentos de recojo de la inteligencia emocional, el cual fue dirigido a los estudiantes del IX y X ciclo, en la cual fue posible evidenciar con respecto a la misma, que el nivel predominante es el medio con el 59,7% del total, seguido del promedio alto con 37,1%, y por último el 3,2%, de los estudiantes se concentraron en el nivel bajo con respecto a la percepción de los estudiantes de su inteligencia emocional.

Tabla 12

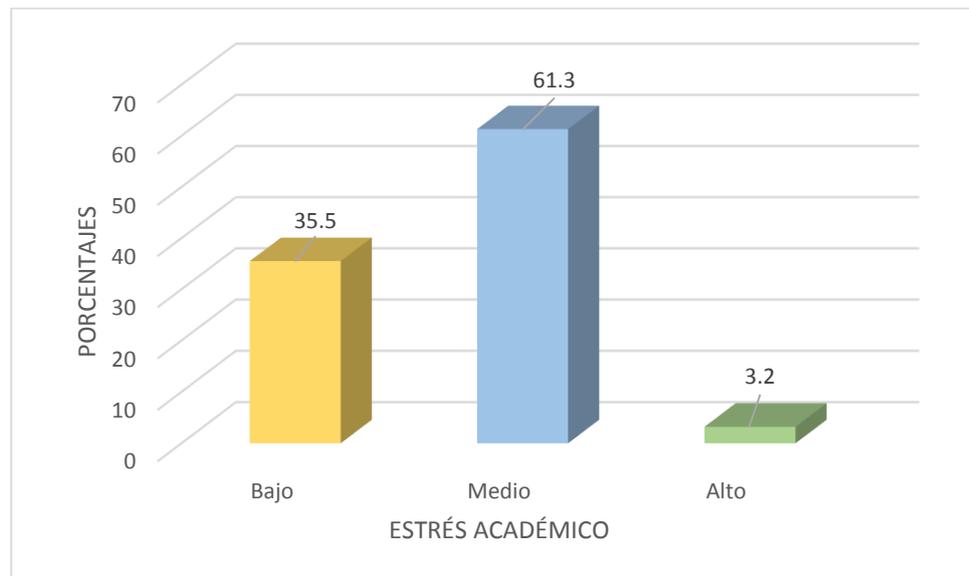
Consolidado de la variable “estrés académico”

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------|-------|------------|------------|
| Estrés académico | Bajo | 22 | 35.5 |
| | Medio | 38 | 61.3 |
| | Alto | 2 | 3.2 |
| Total | | 62 | 100.0 |

Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

Figura 2

Consolidado de la variable “estrés académico”



Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

Considerando los resultados que se lograron obtener posterior a la aplicación del cuestionario de estrés académico, aplicado a los estudiantes del IX y X ciclo de Educación Inicial se pudo obtener lo siguiente: el nivel predominante es el medio con un 61,3% del total, luego el 35,5% se concentró en el nivel bajo y por último el 3,2%, se ubicó en el nivel bajo con respecto al estrés académico.

Tabla 13

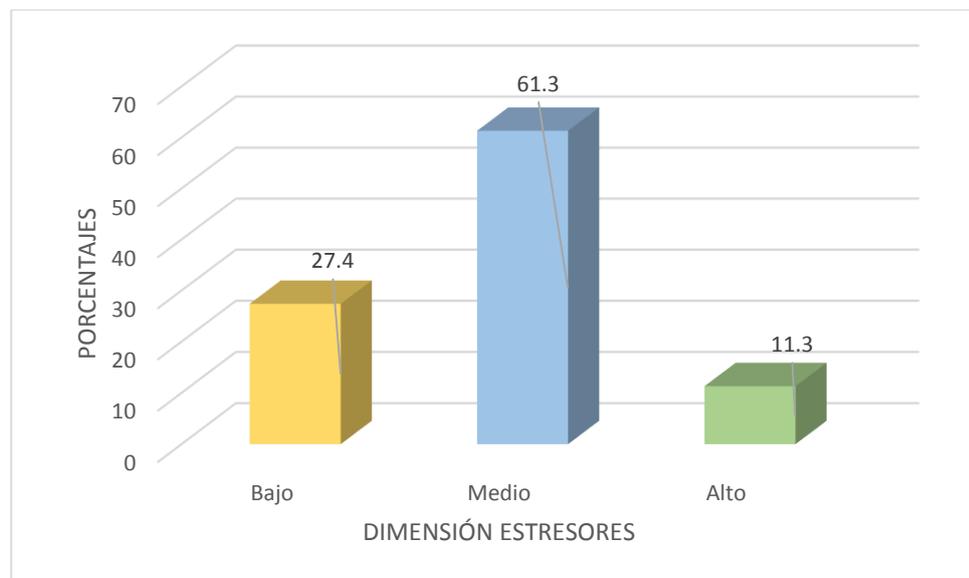
Consolidado de la dimensión “estresores”

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|------------|-------|------------|------------|
| Estresores | Bajo | 17 | 27.4 |
| | Medio | 38 | 61.3 |
| | Alto | 7 | 11.3 |
| Total | | 62 | 100.0 |

Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

Figura 3

Consolidado de la dimensión “estresores”



Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

En base a los efectos visualizados después de la aplicación del cuestionario de estrés académico, dirigido a las estudiantes del IX y X ciclo se pudo observar con respecto a la dimensión estresores, que el 61,3% se ubica en el nivel medio, el 27,4% se concentra en el nivel bajo, mientras que el 11,3% se ubican en el nivel alto con respecto a los estresores del estrés académico.

Tabla 14

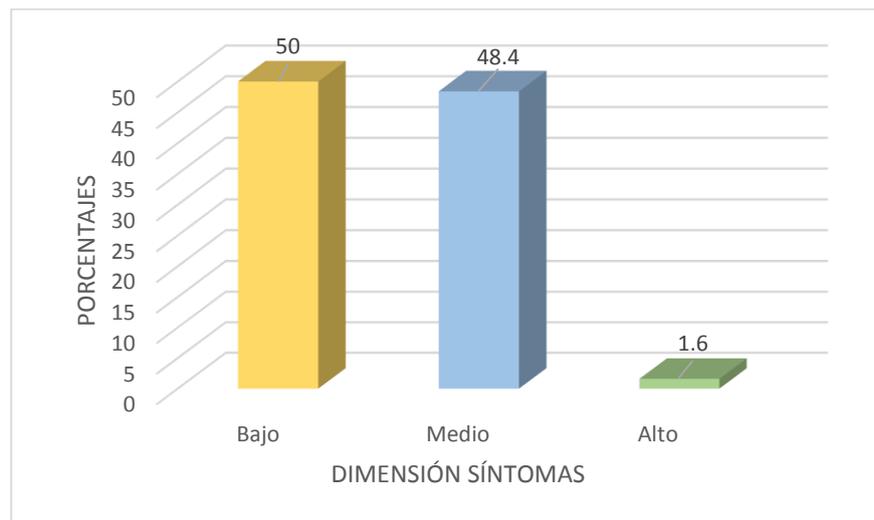
Consolidado de la dimensión “síntomas”

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|----------|-------|------------|------------|
| Síntomas | Bajo | 31 | 50.0 |
| | Medio | 30 | 48.4 |
| | Alto | 1 | 1.6 |
| Total | | 62 | 100.0 |

Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

Figura 4

Consolidado de la dimensión “síntomas”



Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

Considerando los efectos logrados como producto de la aplicación del cuestionario de estrés académico dirigido a los estudiantes del IX y X ciclo, se pudo observar el siguiente resultado: el 50% de estudiantes se ubica en el nivel bajo, el 48,4% del total, se ubica en el nivel medio, mientras que el 1,6%, de estudiantes se ubicó en el nivel alto con respecto a la dimensión síntomas de la variable estrés académico.

Tabla 15

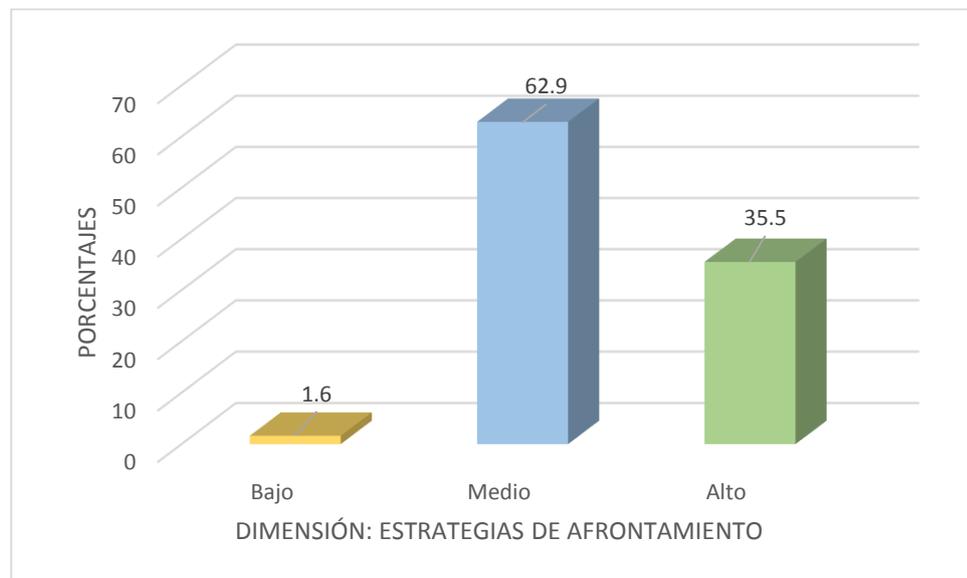
Consolidado de la dimensión “estrategias de afrontamiento”

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|-------|------------|------------|
| Afrontamiento | Bajo | 1 | 1.6 |
| | Medio | 39 | 62.9 |
| | Alto | 22 | 35.5 |
| Total | | 62 | 100.0 |

Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

Figura 5

Consolidado de la dimensión “estrategias de afrontamiento”



Nota. Datos obtenidos del procesamiento realizado como producto de la aplicación del cuestionario.

Habiendo aplicado el cuestionario como instrumentos de recojo de estrés académico en las estudiantes del IX y X ciclo se pudo obtener como resultado en la tabla y figura correspondiente que el 62,9% del total, se concentra en el nivel medio; el 35,5% se ubica en el nivel alto y por último el 1,6% se concentra en el nivel bajo con respecto a las estrategias de afrontamiento como dimensión adoptados por los estudiantes.

4.1.2. Resultados de estadística inferencial

Prueba Estadística

Considerando que el objetivo es determinar la existencia e una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico; por lo que a consecuencia de la naturaleza del estudio se determina aplicar el coeficiente de correlación de Rho de Spearman. Como regla común por la que se fija la afirmación: “No existe motivo para para considerar que la presunción que se tiene acerca de la presencia de una significativa relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico, sea verdadera”; en función a lo anteriormente afirmado se procede a calcular el coeficiente de correlación.

Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman

La determinación acerca de la existencia de una significancia estadística con respecto a la asociación analiza entre las variables de nuestro interés, se realiza el planteamiento de la hipótesis de la siguiente manera: “Que el coeficiente de correlación es igual a cero”:

$$H_0: \rho = 0$$

$$H_1: \rho \neq 0$$

De esto se deduce que el valor del estadístico asociado se funda en base del coeficiente correlacional muestral para lo cual es necesario considerar el tamaño de la muestra, si conseguimos un p-valor menor que a 0,05; entonces tendríamos que rechazar la hipótesis nula. Es necesario enfatizar que para la realización de los cálculos fue necesario emplear el programa IBM SPSS.

Hipótesis general

H₀: La relación existente entre la inteligencia emocional y estrés académico de las estudiantes de los ciclos IX y X no es significativa e inversa.

H₁: La relación existente entre la inteligencia emocional y estrés académico de las estudiantes de los ciclos IX y X, es significativa e inversa.

A través del programa se llega a lo siguiente:

Tabla 16

Correlación entre inteligencia emocional y estrés académico

| | | | Inteligencia emocional | Estrés académico |
|-----------------|------------------------|----------------------|------------------------|------------------|
| Rho de Spearman | Inteligencia emocional | Coef. de correlación | 1 | -0,482 |
| | | Sig. (bilateral) | | 0,000 |
| | | N | 62 | 62 |
| | Estrés académico | Coef. de correlación | -0,482 | 1 |
| | | Sig. (bilateral) | 0,000 | |
| | | N | 62 | 62 |

Nota. Resultados obtenidos del coeficiente Rho de Spearman

Como se muestra en la tabla, el nivel de relación de inteligencia emocional y el estrés académico en las estudiantes del IX y X ciclo, está relacionado inversa y significativamente, con un Rho de Spearman de -0,482 y una significancia estadística de $p=0,000$.

Hipótesis específicas

Hipótesis N° 1

H₀: La relación existente entre la inteligencia emocional y los estresores del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial, no es moderada.

H₁: La relación existente entre la inteligencia emocional y los estresores del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial, es moderada.

A través del programa se llega a lo siguiente:

Tabla 17

Correlación entre inteligencia emocional y estresores

| | | Inteligencia emocional | Estresores |
|-----------------|------------------------|------------------------|------------|
| Rho de Spearman | Inteligencia emocional | 1 | -0,491 |
| | Coef. de correlación | | 0,000 |
| | Sig. (bilateral) | | |
| n | Estresores | 62 | 62 |
| | Coef. de correlación | -0,491 | 1 |
| | Sig. (bilateral) | 0,000 | |
| | N | 62 | 62 |

Nota. Resultados obtenidos del coeficiente Rho de Spearman

Después de observar la tabla, el nivel de estresores del IX y X ciclo de estudios, se encuentra relacionada inversa y moderadamente con su inteligencia emocional, esto se encuentra determinada de manera significativa estadísticamente con $p=0,000$. Por otro lado, la correlación de Spearman de -0,491, permite una visualización más profunda, en donde se indica que coexiste un vínculo entre la variable y la dimensión “estresores” con respecto a la variable “rendimiento académico”.

Hipótesis N° 2

H₀: La relación existente entre la inteligencia emocional y los síntomas del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial, no es moderada

H₁: La relación existente entre la inteligencia emocional y los síntomas del estrés académico de los estudiantes de Educación Inicial, es moderada.

Con la ayuda del programa se obtiene:

Tabla 18

Correlación entre inteligencia emocional y síntomas

| | | | Inteligencia emocional | Síntomas |
|-----------------|------------------------|----------------------|------------------------|----------|
| Rho de Spearman | Inteligencia emocional | Coef. de correlación | 1 | -0,533 |
| | | Sig. (bilateral) | | 0,000 |
| | | N | 62 | 62 |
| | Síntomas | Coef. de correlación | -0,533 | 1 |
| | | Sig. (bilateral) | 0,000 | |
| | | N | 62 | 62 |

Nota. Resultados obtenidos del coeficiente Rho de Spearman

Se ha podido observar en la tabla que la dimensión de “síntomas” con relación a la “inteligencia emocional” en los estudiantes del IX y X ciclo, muestran un vínculo inverso y moderado, evidenciándose una significancia estadística de $p=0,000$. Por otro lado, la correlación según Spearman de 0,533, nos demuestra una relación moderada.

Hipótesis N° 3

H₀: La relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento del estrés académico de los estudiantes, no es baja.

H₁: La relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento del estrés académico de los estudiantes, es baja.

Con la ayuda del programa obtenemos:

Tabla 19

Correlación entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento

| | | Inteligencia emocional | Estrategias de Afrontamiento |
|-----------------|------------------------------|------------------------|------------------------------|
| Rho de Spearman | Inteligencia emocional | 1 | 0,289 |
| | Coef. de correlación | | |
| | Sig. (bilateral) | | 0,000 |
| | N | 62 | 62 |
| | Estrategias de Afrontamiento | 0,289 | 1 |
| | Coef. de correlación | | |
| | Sig. (bilateral) | 0,000 | |
| | N | 62 | 62 |

Nota. Resultados obtenidos del coeficiente Rho de Spearman

Es posible observar en la tabla, que el grado de manejo de la dimensión de las “estrategias de afrontamiento” en estudiantes del IX y X ciclo, demuestran un relación baja y positiva con respecto a la variable “inteligencia emocional” . Esto se demuestra con un $p=0,000$ la significancia de la relación, así mismo nos demuestra que la correlación según Rho de Spearman es de 0,289, pudiendo visualizar la existencia de una relación baja, entonces, se acepta la hipótesis de trabajo y se rechaza la hipótesis nula.

4.2 **Discusión**

El estudio que a continuación se presenta, ha sido producto del estudio realizado permitiendo considerar diversos aspectos producto de su trabajo operacional. Entonces, se puede afirmar que el objetivo principal del estudio es determinar la existencia de la relación entre las variables inteligencia emocional y estrés académico mostrados en los estudiantes que se encuentran matriculados en el IX y X ciclo de Educación Inicial. Entonces, como producto del análisis de los resultados se puede evidenciar que la correlación es significativa. Es así, como en consideración a los niveles de asociación de las dimensiones “estresores”, “síntomas” y “estrategias de afrontamiento” y la variable “inteligencia emocional”, fue posible percibir que las dimensiones estresores y síntomas se asocian con la variable inteligencia emocional mediante, mientras que la dimensión estrategias de afrontamiento presenta una relación baja con respecto a la variable en mención. En el caso de la significatividad las tres dimensiones demuestran tener una relación significativa con la variable inteligencia emocional. Cabe destacar que la relación que se plantea es una vinculación inversa por lo que “a mayor inteligencia emocional, mejor estrés académico”.

De esta manera Sánchez y Zavala (2021) de la Universidad de Trujillo realizaron en la investigación realizada por ambos determinaron que el grado de asociación de la inteligencia emocional y la variable estrés académico, cabe destacar que fue de corte no experimental puesto que su interés no fue manipular las variables, con un diseño correlacional aplicado a una muestra de 118 estudiantes de Enfermería, de lo cual fue posible observar la existencia de la relación de manera inversa y proporcional por lo que se deduce que la presencia de una mayor inteligencia emocional permitirá mejores y mayores maneras de cómo lograr poner límites para que el estrés académico forje los estragos en su vida académica. Se puede deducir que en relación a los resultados obtenidos en la presente investigación dejan

vislumbrar una similitud con la investigación de Sánchez y Zavala, ya que en ambos casos los estudios son inversos.

Por otro lado, el trabajo de Chipana et al., (2021), presentan una investigación aplicada a estudiantes del nivel universitario en donde busca identificar la relación entre la inteligencia emocional y la adaptación a los estudios universitarios, el mismo que se realizó con el nivel descriptivo, de tipo correlacional para lo cual se adoptó un diseño no experimental aplicando el instrumento en un solo momento por lo que es de corte transversal en donde se aplicaron los cuestionarios Trait Meta-Mood Scale, desarrollado por Mayer y Salovey. Pudo visualizarse como resultado la presencia de la relación de la inteligencia emocional y la adaptación a la universidad en la muestra estudiada.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

Primera:

Considerando los resultados extraídos, si existe correlación inversa y moderada con una significación de 0,000 entre las variables definidas como inteligencia emocional y el estrés académico.

Segunda:

Según los resultados obtenidos, el nivel de relación existente entre los estresores y la inteligencia emocional en las estudiantes del IX y X ciclo es inverso moderadamente.

Tercera:

Considerando los resultados abordados en el presente estudio, el grado de relación que se presenta entre el nivel de síntomas y la inteligencia emocional en los estudiantes del IX y X ciclo es inverso moderado con una significancia de 0,000 de asociación.

Cuarta:

Teniendo en cuenta el estudio, el nivel de relación entre las estrategias de afrontamiento con la inteligencia emocional de las estudiantes del IX y X ciclo es bajo con una significancia de 0,000 según Rho de Spearman.

5.2. RECOMENDACIONES

Primera.

A los directivos de la EESPP, publicar los resultados obtenidos, ya que otros investigadores podrán darle solución a un problema tan predominante en el presente siglo debido a la presencia de muchos estresores presentes en nuestra vida diaria.

Segunda.

A los docentes, detenerse para observar a los estudiantes, debido a que, si no se precisa a tiempo el problema de estrés en los estudiantes, este puede recaer en conductas asociales, que no le permitirá crecer como futuro profesional de la educación

Tercera.

A los docentes, aplicar estrategias de afrontamiento a los estudiantes durante las clases con el propósito, que ellos mismos conozcan las formas de regular adecuadamente su estrés de tal forma que no les perjudique en su progreso académico.

Cuarta.

A los estudiantes, se les recomienda, tomar las diversas situaciones académicas con calma, preocupándose en su condición emocional y como esta le puede afectar en su vida personal y profesional cuando éste llegue a ejercer profesionalmente.

BIBLIOGRAFÍA

- Arias, F. (2006). *El proyecto de investigación: introducción a la metodología científica*. Venezuela.
- Barraza, A. (Diciembre de 2006). Un modelo conceptual para el estudio de estrés académico. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), p.20. Recuperado el Viernes 17 de Diciembre de 2021, de <http://revistas.unam.mx/index.php/rep/article/viewFile/19028/18052>
- Castro, J. F. (2019). El síntoma. *Revista de la facultad de Ciencia medica*, 3, 5. Obtenido de <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/jennyalvarado-8-el-sintoma-69-73.pdf>
- Erazo, O. (2012). El rendimiento académico, un fenómeno de múltiples relaciones y complejidades. fundacion Universitaria Minuto de Dios. *Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 25.
- Ferrera, C. T. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del estudiante. *Salud y Administración*, 3, 2.
- Figueroa, C. (2004). *Sistema de evaluación académica*. El salvador : Universitaria.
- Goldstein, A. (1980). *Escala de evaluación de habilidades sociales*. Colombia: Biblioteca de psicometría.
- Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, P. (1998). *Metodología de la Investigación* (5 ta edición ed.). México, México .
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress*. New York: Springer Publishing Company. Recuperado el 28 de Junio de 2022
- López, A., & Farfán., &. (2003). El Enfoque por Competencias en la Educación. *Universidad de Guadalajara*, 434.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). *La Inteligencia Emocional*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Mazur, E. (2010). *La innovación en la enseñanza: transformaciones para una mejor calidad de la educación* . Bogota: Ministerio de Educacion Nacional.

Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, F. (2018). *Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, Metodología de la investigación. Cuantitativa-Cualitativa y Redacción de tesis. .* Bogotá: Ediciones de la U.

Villegas, M. (2016). Inteligencia emocional: la habilidad necesaria para manejar situaciones. *Vital*.