

**UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**



**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS PARA OBTENER
EL TÍTULO PROFESIONAL DE
PSICÓLOGA**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO PÚBLICO DE
CHACHAPOYAS, 2023.**

Autora: Bach. Francia Gianella Sanchez Loja

Asesores: Dra. Sonia Tejada Muñoz

Mg. Jhamaly Avisac Gálvez Ramos

Registro: (.....)

CHACHAPOYAS – PERÚ

2024

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM



ANEXO 3-H

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM

1. Datos de autor 1

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): Sanchez Loja Francia Gianella
DNI N°: 77218861
Correo electrónico: 77218861@untrm.edu.pe.
Facultad: Ciencias de la Salud.
Escuela Profesional: de Psicología.

Datos de autor 2

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): _____
DNI N°: _____
Correo electrónico: _____
Facultad: _____
Escuela Profesional: _____

2. Título de la tesis para obtener el Título Profesional

Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un Instituto Pública de Chachapoyas, 2023.

3. Datos de asesor 1

Apellidos y nombres: Tejada Muñoz Sonia
DNI, Pasaporte, C.E N°: 33409098
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>): 0000-0002-1181-8540

Datos de asesor 2

Apellidos y nombres: Gálvez Ramos Jhamaly Avisac
DNI, Pasaporte, C.E N°: 46326542
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>): 0000-0002-9021-1172

4. Campo del conocimiento según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos- OCDE (ejemplo: Ciencias médicas, Ciencias de la Salud-Medicina básica-Inmunología)

https://catalogos.concytes.gob.pe/vocabulario/ocde_ford.html
5.01.00 Psicología.

5. Originalidad del Trabajo

Con la presentación de esta ficha, el(la) autor(a) o autores(as) señalan expresamente que la obra es original, ya que sus contenidos son producto de su directa contribución intelectual. Se reconoce también que todos los datos y las referencias a materiales ya publicados están debidamente identificados con su respectivo crédito e incluidos en las notas bibliográficas y en las citas que se destacan como tal.

6. Autorización de publicación

El(los) titular(es) de los derechos de autor otorga a la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas (UNTRM), la autorización para la publicación del documento indicado en el punto 2, bajo la *Licencia creative commons* de tipo BY-NC: Licencia que permite distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial por lo que la Universidad deberá publicar la obra poniéndola en acceso libre en el repositorio institucional de la UNTRM y a su vez en el Registro Nacional de Trabajos de Investigación-RENATI, dejando constancia que el archivo digital que se está entregando, contiene la versión final del documento sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador.

Chachapoyas, 05, marzo, 2024


Firma del autor 1

Firma del Asesor 1

Firma del autor 2

Firma del Asesor 2

DEDICATORIA

A mi querida madre Gladys Loja, que con mucho esfuerzo y dedicación me ha educado, brindándome ese amor puro e incondicional y acompañándome siempre en cada paso que doy en la búsqueda de ser mejor persona y profesional, pues sin ella no lo habría logrado.

A mi hermano porque siempre creyó en mí y me brindó el apoyo moral, para seguir adelante y siempre ser perseverante y cumplir con mis ideales.

AGRADECIMIENTO

A Dios por darme siempre fuerzas para continuar en momentos difíciles, por guiarme y darme sabiduría para cada día ser mejor.

A la Mg. Jhamaly Gálvez y a los estudiantes de la carrera de Asistencia Administrativa del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú-Japón, por su apoyo y colaboración porque gracias a ello se llevó a cabo de manera satisfactoria dicha investigación.

A la Dra. Sonia Tejada Muñoz, mi asesora, por su tiempo, dedicación y conocimientos impartidos, por orientarme y guiarme en todo el proceso del presente trabajo de investigación.

A la Lic. Iris Tomacita Tafur Santillán, por su apoyo incondicional que me brindo durante este proceso, por sus palabras de aliento reconfortantes y sabios consejos.

Y a todas las personas que de una y otra forma me apoyaron en la realización de este trabajo.

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ
DE MENDOZA**

Jorge Luis Maicelo Quintana, Ph.D.

Rector

Dr. Oscar Andrés Gamarra Torres

Vicerrector Académico

Dra. María Nelly Luján Espinoza

Vicerrectora de Investigación

Dr. Yshoner Antonio Silva Díaz

Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud

VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS



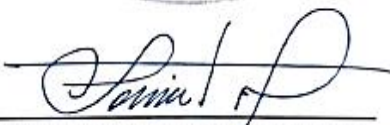
ANEXO 3-L

VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM ()/Profesional externo (), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada "Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un Instituto Público de Chachapoyas, 2023."; del egresado Francia Gianella Sanchez Loja de la Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Psicología de esta Casa Superior de Estudios.

El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.

Chachapoyas, 19 de diciembre de 2023


Firma y nombre completo del Asesor

Sonia Tejada Fuentz

VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS



ANEXO 3-L

VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM ()/Profesional externo (X), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada "Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un Instituto Público de Chachapoyas, 2023";

del egresado Francio Gianella Sanchez Loja
de la Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de Psicología
de esta Casa Superior de Estudios.

El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.

Chachapoyas, 19 de diciembre de 2023

Firma y nombre completo del Asesor
Jhamaly Aviseac Gálvez Ramos

JURADO EVALUADOR DE LA TESIS

(Resolución Directoral N°344-2023-UNTRM-VRAC/FACISA)



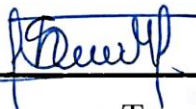
Lic. María Esther Saavedra Chinchayán

Presidente



Dra. Clelia Jima Chamiquit

Secretaria



Mg. Shirley Jhovanna Tuesta Mendoza

Vocal

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS



ANEXO 3-Q

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

Los suscritos, miembros del Jurado Evaluador de la Tesis titulada:

"Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un Instituto público de Chachapoyas, 2023"

presentada por el estudiante ()/egresado (X) Francia Gianella Sanchez Loja.

de la Escuela Profesional de Psicología.

con correo electrónico institucional 7721886151@untrm.edu.pe.

después de revisar con el software Turnitin el contenido de la citada Tesis, acordamos:

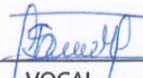
- a) La citada Tesis tiene 23 % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es menor (X) / igual () al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM.
- b) La citada Tesis tiene _____ % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es mayor al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM, por lo que el aspirante debe revisar su Tesis para corregir la redacción de acuerdo al Informe Turnitin que se adjunta a la presente. Debe presentar al Presidente del Jurado Evaluador su Tesis corregida para nueva revisión con el software Turnitin.



Chachapoyas, 12 de Febrero del 2024


SECRETARIO


PRESIDENTE


VOCAL

OBSERVACIONES:

.....
.....

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS



ANEXO 3-5

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 27 de FEBRERO del año 2024, siendo las 12:00 horas, el aspirante: FRANCIA GIANELLA SANCHEZ LOJA, asesorado por DRA. SONIA TEJADA MUÑOZ defiende en sesión pública presencial () / a distancia () la Tesis titulada: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO PÚBLICO DE CHACHAPOYAS, 2023. para obtener el Título Profesional de PSICÓLOGA a ser otorgado por la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:

Presidente: LIC. MARÍA ESTHER SAAVEDRA CHINCHAYÁN

Secretario: DRA. CLELIA JIMA CHAMIRUIT

Vocal: HG. SHIRLEY JOVANA TUESTA MENDOZA

Procedió el aspirante a hacer la exposición de la Introducción, Material y métodos, Resultados, Discusión y Conclusiones, haciendo especial mención de sus aportaciones originales. Terminada la defensa de la Tesis presentada, los miembros del Jurado Evaluador pasaron a exponer su opinión sobre la misma, formulando cuantas cuestiones y objeciones consideraron oportunas, las cuales fueron contestadas por el aspirante.

Tras la intervención de los miembros del Jurado Evaluador y las oportunas respuestas del aspirante, el Presidente abre un turno de intervenciones para los presentes en el acto de sustentación, para que formulen las cuestiones u objeciones que consideren pertinentes.

Seguidamente, a puerta cerrada, el Jurado Evaluador determinó la calificación global concedida a la sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional, en términos de:

Aprobado () por Unanimidad () / Mayoría () Desaprobado ()

Otorgada la calificación, el Secretario del Jurado Evaluador lee la presente Acta en esta misma sesión pública. A continuación se levanta la sesión.

Siendo las 12:45 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.


SECRETARIO


PRESIDENTE


VOCAL

OBSERVACIONES:

ÍNDICE

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM.....	ii
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO	iv
AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA	v
VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS	vi
VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS	vii
JURADO EVALUADOR DE LA TESIS.....	viii
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS.....	ix
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS.....	x
ÍNDICE.....	xi
ÍNDICE DE TABLAS	xiii
ÍNDICE DE FIGURAS	xiv
RESUMEN	xv
ABSTRACT.....	xvi
I. INTRODUCCIÓN	17
II. MATERIAL Y MÉTODOS	21
2.1. Diseño de la investigación.....	21
2.2. Variables de estudio	21
2.3. Población, muestra y muestreo	22
2.4. Métodos, técnicas e Instrumentos de recolección de datos.....	24
2.6. Análisis de datos	26
III. RESULTADOS	27
IV. DISCUSIÓN	34
V. CONCLUSIONES	39
VI. RECOMENDACIONES	40

VII.REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	41
ANEXOS.....	48

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1. Distribución de la muestra</i>	23
<i>Tabla 2. Relación entre Inteligencia y estrés académico</i>	28
<i>Tabla 3. Prueba de hipótesis</i>	28
<i>Tabla 4. Edades de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</i>	63

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. <i>Inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</i>	27
Figura 2. <i>Dimensión intrapersonal y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</i>	29
Figura 3. <i>Dimensión interpersonal y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</i>	30
Figura 4. <i>Dimensión adaptabilidad y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</i>	31
Figura 5. <i>Dimensión manejo de estrés y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</i>	32
Figura 6. <i>Dimensión estado de ánimo y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</i>	33
Figura 7. <i>Sexo de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</i>	62

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023. La muestra se conformó por 90 estudiantes de la carrera de Asistencia Administrativa del I, III y V ciclo. Fue de enfoque cuantitativo, correlacional, prospectivo, transversal y no experimental. Para la recolección de datos se utilizó el Inventario de inteligencia emocional (BARON) y el inventario de estrés académico SISCO SV-21. En los resultados se evidenció que el 36.67% de los estudiantes obtuvieron un nivel extremadamente debajo del promedio en inteligencia emocional y se ubicaron en nivel medio y alto de estrés académico, el 27,78% obtuvo un nivel debajo del promedio y nivel medio y alto de estrés académico, el 15.56% muestra nivel adecuado y nivel bajo de estrés académico, el 12,22% mostró inteligencia emocional inusualmente deteriorada y obtuvo nivel medio y alto de estrés académico, el 4.44% nivel adecuado y nivel medio de estrés académico, el 2.22% nivel extremadamente desarrollada y obtuvo nivel bajo de estrés académico y el 1.11% evidenció nivel bien desarrollada y se ubicó en bajo estrés académico. Se concluyó que si existe relación ($r=0,692$ $p=0,000<0.05$) significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico.

Palabras claves: Inteligencia emocional, asistencia administrativa, estrés académico, adolescentes.

ABSTRACT

The objective of this research was to identify the relationship between emotional intelligence and academic stress in students of the Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón - Chachapoyas, 2023. The sample consisted of 90 students of the career of Administrative Assistance of the I, III and V cycle. The approach was quantitative, correlational, prospective, cross-sectional and non-experimental. The emotional intelligence inventory (BARON) and the academic stress inventory SISCO SV-21 were used for data collection. In the results it was evidenced that 36.67% of the students obtained an extremely below average level in emotional intelligence and were located in medium and high level of academic stress, 27.78% obtained a level below average and medium and high level of academic stress, 15.56% showed adequate level and low level of academic stress, 12.22% showed unusually deteriorated emotional intelligence and obtained medium and high level of academic stress, 4.44% showed adequate level and medium level of academic stress, 2.22% showed extremely developed level and obtained low level of academic stress and 1.11% showed well developed level and were located in low academic stress. It was concluded that there is a significant relationship ($r=0.692$ $p=0.000<0.05$) between emotional intelligence and academic stress.

Key words: Emotional intelligence, administrative assistance, academic stress, adolescents.

I. INTRODUCCIÓN

El acceso universal a la educación superior ha aumentado en todo el mundo, en los últimos 20 años los matriculados se han duplicado del 19 a 38% entre los años de 2000 y 2020. En la región de América Latina, el Caribe y Asia oriente y sudoriental, se ha expandido fácilmente la educación superior desde el año 2000. Asimismo, en África pese a que se duplicó entre estos años las tasas siguen siendo bajas 9% en 2020 (Organización de las Naciones Unidas para la Cultura, las Ciencias y la Educación [UNESCO], 2020). A su vez, un estudio realizado en América Latina ha puesto en manifiesto que las situaciones que más comúnmente generan estrés en los estudiantes suelen estar vinculadas a cuestiones individuales y relaciones interpersonales dentro del ámbito educativo. Estas situaciones suelen incluir la sobrecarga académica, las evaluaciones realizadas por los docentes, la personalidad de los mismos y el mal manejo emocional como factores destacados que contribuyen al estrés. Además, el 83% de estudiantes refiere haber experimentado estrés académico durante el semestre, con mayor presencia de niveles medio y medio alto (Cassaretto et al., 2021).

Por otro lado, en el Ecuador 7 Institutos Superiores Públicos donde cursan sus estudios 3312 estudiantes, siendo el Instituto Tena que concentra un 29,9%, seguido el Instituto Martha Bucaram de Roldós en el cual se educan el 22,98% y el Instituto Francisco de Orellana el 17,27%; lo cual, determina que en estas tres entidades se educan el 69,54% de estudiantes que acuden a Institutos Superiores Públicos en la región amazónica (Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación [SENESCYT], 2019). Así mismo, Ruiz (2019) en su investigación realizada en Quito, demostró que el 77,04% de estudiantes de nivel superior poseían una capacidad emocional regular. En México Silva et al. (2020) evidenció que el 86.3% de estudiantes que cursan sus estudios superiores muestran un grado de estrés moderado.

En el Perú, más de 400 mil estudiantes están matriculados en institutos de educación tecnológica, según un estudio del Sistema Nacional de Evaluación, Acreditación y Certificación de la Calidad Educativa (SINEACE). La mayoría se encuentra en regiones, Arequipa, Cusco, La Libertad, Junín, Lima, esta última, lidera con 198,916 estudiantes, seguida por otras regiones con números descendentes (SINEACE, 2018). Por su parte, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2020) detalla que la cobertura de matrícula a la educación superior en el 2019 por departamentos son los siguientes:

Moquegua (47,1%), Madre de Dios (40,4%), Tacna (40,9%), Cuzco (37,7%), Apurímac (37,4%), Arequipa (36,2%), Lima (35,4%), Ica (34,9%), Tumbes (34,6%), Junín (30,7%), Callao (31,9%), Lambayeque (28,0%), Amazonas (28,0%), Libertad (25,2%). En el extremo opuesto, Ayacucho (21,8%), Ucayali (19,7%) y Loreto (16,6%). A su vez menciona que, en el 2019 el 32,2% estudió educación superior no universitaria el 15,1% y universitaria el 17,1%. Desde el 2011 al 2019 de acuerdo a la educación superior no universitaria que representa una carrera técnica el 10,7% eligió la carrera de secretariado ejecutivo, considerándose está la tercera carrera más elegida en Perú.

En este sentido, en un estudio realizado por la Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU, 2023) se evidencia que el 32.3 % de jóvenes de 15 a 29 años presentaron algún problema de salud mental. Así mismo indicó que el 23 % de la población joven, se sintió desanimada, deprimida, triste o sin esperanza y el 5.6% de la población joven, tuvo pensamientos de morir o de hacerse daño. En Perú, el estrés ha aumentado anualmente afectando al 30% de la población en Lima y Callao, se destaca que el 85% de la comunidad de educación superior enfrenta problemas de salud mental, con ansiedad (82%) y estrés académico (79%) predominante entre estudiantes. Asimismo, en una investigación llevada a cabo con 1203 individuos de diversas zonas del país, alrededor del 36,9% indicaron haber enfrentado estrés académico de forma constante en los últimos años. Este fenómeno parece afectar especialmente a la población joven, específicamente a aquellos de 18 a 29 años, y se observa una mayor incidencia en mujeres, según datos del Instituto de Opinión Pública (IOP, 2018). Por su parte, Infantas & Heredia (2023) en su estudio realizado en Tacna, evidenció que el 72.18% de los estudiantes poseen un nivel moderado y el 15.79% severo de estresores a los que están sometidos a nivel académico. Por otro lado, Asenjo et al. (2021) en su estudio realizado en Cajamarca, encontró niveles altos de estrés académico en jóvenes entre 17 y 29 años, en ambos sexos.

Existen investigaciones relacionadas con las variables de estudio, como afirma Gonzales & Terrones (2023) la inteligencia emocional en relación con el estrés académico es una problemática que viene siendo estudiada a profundidad en los últimos años, las poblaciones objetivas de la mayoría de las investigaciones vienen a ser estudiantes de la educación superior. Entonces, la formación de educación superior ya sea técnica o universitaria, suele ir acompañada de estrés académico, y algunos estudiantes no tienen un adecuado manejo y control sobre esta problemática. A su vez, Ocoruro (2021), manifiesta que un gran número de estudiantes carecen de un adecuado desarrollo de

inteligencia emocional en relación a las actividades académicas de la educación superior, lo que en algunas ocasiones generan grandes exigencias académicas lo que les conlleva a manifestar malestar emocional, psicológico y físico, cuya repercusión genera que los estudiantes se sientan desmotivados, cansados y en ocasiones se evidencia una deserción académica.

Así mismo, Quiroz (2022) concluye que los estudiantes a mayores capacidades emocionales, interpersonales y personales existirá mayor utilización de afrontamiento a presiones y exigencias de su medio. A su vez Briones (2020) afirma que existe una influencia entre la inteligencia emocional y el manejo de conflictos, concluyendo que a mayor inteligencia emocional mejor manejo de dificultades tendrán los estudiantes. También Salazar (2021) reportó hallazgos de una buena inteligencia emocional y que le proporciona un mejor desenvolvimiento académico, brindando al estudiante un buen afrontamiento ante situaciones que generan estrés y emociones desagradables.

En Amazonas existe un total de 9 institutos tecnológicos públicos, en el 2022 los matriculados fueron un total de 3014 estudiantes, de los cuales pertenecen a Chachapoyas 30.4% (916), Leymebamba 3.8% (114), Bagua 9.9% (297), Imaza 11.3% (340), Nieva 4.0% (122), Lamud 6.8% (204), San Nicolas 7.5% (225), Bagua Grande 17.7% (533), Lonya Grande 8.7% (263) (INEI, 2022). En un estudio llevado a cabo en la región de Amazonas, se observó que 52,7% presentó un nivel medio, el 24,7% alto y 22,7% bajo de estrés académico (Escobedo 2022). Por otro lado, en Chachapoyas, Vigo & Chávez (2020) evidenció que el 44.56% posee bajo afrontamiento al estrés y el 4.34% nivel alto en jóvenes de educación superior.

Por todo lo precedente antes mencionado, el estudio plantea la siguiente pregunta: ¿Existe relación entre la Inteligencia Emocional y el Estrés Académico en estudiantes del Instituto Tecnológico Público Perú-Japón? Su objetivo principal es identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y estrés académico en dichos estudiantes. Además, busca determinar cómo influyen las diferentes dimensiones de la inteligencia emocional, como la intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo en el estrés académico. La hipótesis es que sí existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de Chachapoyas en el año 2023.

Existen diversas posturas teóricas con respecto a la variable de inteligencia emocional, y en este caso se considera la propuesta por Goleman quien detalla que la inteligencia emocional viene a ser una cualidad mediante la cual se compenetran actitudes y cualidades que van a permitir a las personas entender el mundo afectivo de sí mismos y también de las demás personas que les rodean. Puntualizando así que está integrada por conocimientos de sí mismos (cualidades personales), la regulación y la capacidad de canalización de las emociones, incluyendo también la tolerancia al estrés y los niveles óptimos de motivación (Goleman, 1996, citado en Goleman, 2002).

También se tomó la teoría del estrés propuesta por (Lazarus & Folkman, 1986, citado en Encinas, 2019) el cual afirma que, en momentos estresantes las personas identifican las causas del estrés y luego evalúan y utilizan sus recursos personales y del entorno para recuperar el equilibrio.

Además, el presente estudio es un precedente para futuras investigaciones, ya que en la actualidad los estudiantes de educación superior están sometidos a múltiples situaciones estresantes, porque al no contar con un buen manejo de sus emociones, el estrés generado por actividades académicas podría ocasionar dificultades de salud mental en los jóvenes y por ende ocasionar deserción estudiantil, obstaculizando de esta forma el logro de sus metas trazadas y en un futuro menos profesionales.

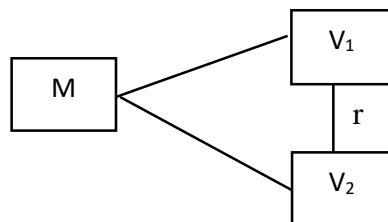
II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Diseño de la investigación

La investigación fue de enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, según el tiempo investigación fue prospectivo, de acuerdo a la periodicidad de la recolección de datos fue transversal, según el nivel de manipulación de la variable es no experimental (Sampieri Hernández et al., 2014).

Fue de enfoque cuantitativo porque se usó la recopilación de información para determinar la hipótesis con fundamento en la medida de los números y el estudio estadístico. De nivel correlacional ya que tuvo el motivo de saber cuál es la conexión de agrupación que existe mediante una o más variables, así mismo categorías en un entorno. Prospectivo ya que el análisis de comienzo es precedente sucesos estudiados y van sucediendo y por la frecuencia fue transversal porque recopiló información en un solo momento, no experimental debido a que ejecutan sin el manejo intencional de las variables, ya que solamente se aprecia las manifestaciones en su entorno natural para estudiarlos (Sampieri Hernández et al., 2014).

Diseño de investigación



Donde

M: Estudiantes de la carrera de Asistencia Administrativa

V₁: Inteligencia emocional

V₂: Estrés académico

r: Relación en ambas variables

2.2. Variables de estudio

V₁: Inteligencia emocional Es la capacidad que posee la persona para poder reconocer sus propios sentimientos cuando estas aparecen, el conocerse a sí mismo y reconociendo su sentir le ayuda en la gestión de sus propias emociones

y la adecuada expresión de la misma, de manera controlada en situaciones que le generan tensión (Jiménez, 2020).

V₂: Estrés académico Es de carácter psicológico y adaptativo, se desarrolla cuando el estudiante está sometido a muchas situaciones estresantes las cuales provocan un desequilibrio en la persona y mediante esto se da reacciones manifestadas por síntomas, lo que induce al estudiante a optar por acciones donde afronte la situación para mantener su equilibrio (Pinto & Villa, 2022).

2.3. Población, muestra y muestreo

2.3.1. Población

La población se conformó de 117 estudiantes de la carrera de Asistencia Administrativa del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.

Criterios de inclusión

- Estudiantes de sexo masculino y femenino que fluctuaban entre 17 a 37 años matriculados en la carrera de Asistencia Administrativa del Instituto Tecnológico Perú Japón – Chachapoyas, 2023 - II.

Criterios de exclusión.

- Estudiantes que no aceptan participar en la Investigación.

2.3.2. Muestra

Para encontrar el tamaño de la muestra se aplicó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N \times Z^2 \times pq}{e^2 (N-1) + z^2 pq}$$

Donde:

n: Tamaño de muestra buscada

N: (117)

Z: 1.96

p: 50%

q: 50%

e: 5%

$$n = \frac{117 \times 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}{0.05^2 \times (117 - 1) + 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n = \frac{117 \times 3.84 \times 0.5 \times 0.5}{0.0025 \times (116) + 3.84 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n = \frac{449.28 \times 0.25}{0.29 + 3.84 \times 0.25}$$

$$n = \frac{112.32}{0.29 + 0.96}$$

$$n = \frac{112.32}{1.25}$$

n =	90
-----	----

Tabla 1.

Distribución de la muestra

Ciclos	Población (n)	Factor	Muestra
I	44	0.769	34
III	41	0.769	32
V	32	0.769	24
Total	117	0.769	90

Nota: Nomina de matrícula carrera de Asistencia Administrativa del Instituto Tecnológico Perú Japón.

2.3.3. Muestreo

El muestreo fue probabilístico sistemático es un método basado en probabilidades evitando posibles influencias mediante la ejecución de la investigación, se utiliza números aleatorios los cuales se asigna a la

población, lo cual están seleccionados para formar parte de la muestra (Otzen y Manterola 2017).

2.4. Métodos, técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Para la realización de dicho estudio se hizo uso de lo siguiente:

Método: La encuesta es un conjunto de interrogantes que tienen que estar relacionadas a las variables de estudio que se tienen en cuenta en la investigación (Hernández & Mendoza, 2018).

Técnica: El cuestionario es aquel instrumento que consta de un conjunto de preguntas que se encuentra estandarizadas el cual se va a emplear para recoger datos en la investigación de las variables que se pretenden medir (Hernández & Mendoza, 2018).

Instrumentos:

Inventario de Inteligencia Emocional de BARON ICE

Para la evaluación de la variable I.E se utilizó el “**Inventario de Inteligencia Emocional de BARON ICE en jóvenes y adultos**” el cual fue adaptado y estandarizado en Perú por la Doctora en Educación y Psicología Nelly Raquel Ugarriza Chávez y Liz Pajares del Águila.

Para la validación del inventario se aplicó un análisis factorial a los ítems para obtener una mejor comprensión del inventario. Se utilizó análisis exploratorios y confirmatorios que dieron solidez y desarrollo del instrumento. Al emplear la prueba de rotación Varimax, para verificar el ajuste del instrumento dio como resultado significativo, lo que pone en evidencia una adecuada validez. Verificando así la estructura factorial 5 a 1 según lo que proponía Barón, lo cual significa que dicho instrumento mide lo que pretende medir. La confiabilidad se dio mediante el alfa de Cronbach donde se obtuvo alta confiabilidad de (0,93). Por otro lado, sus componentes están dentro de 0,77 y 0,91 (Ugarriza & Pajares, 2003, como se cita en Cárdenas & Lima, 2021). Dicho inventario está conformado de 133 ítems, el cual está compuesto por 5 dimensiones las cuales son interpersonal, manejo de estrés, estado de ánimo, intrapersonal e adaptabilidad. Las cuales están conformadas de 15 factores.

Se tiene en cuenta una escala de Likert en donde se tiene en cuenta alternativas como:

- Rara vez
- A veces
- Pocas veces
- Muchas veces
- Con mucha frecuencia.

Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21

Para la evaluación de la variable de E.A se hizo uso del **Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21** se encuentra adaptado en Perú por los licenciados en Psicología Mattos y Taracaya (2020).

Para dar validez al instrumento paso por juicio de expertos, de esa forma se modificó algunos ítems. Se dio la validez con evidencia en la estructura interna del instrumento a través del análisis factorial en el cual se hizo la eliminación mediante el índice de modificación.

Así mismo se obtuvo alta confiabilidad en el instrumento, en cuanto a las dimensiones en síntomas 0.865, estresores 0.832 y en afrontamiento 0.848.

Dicho inventario está formado de 3 dimensiones las cuales son estrategias de afrontamiento, estresores, y síntomas. Está conformado por 13 ítems, los cuales involucran las siguientes alternativas:

- Nunca
- Casi nunca
- Rara vez
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

2.5. Procedimientos de recolección de datos

Para la ejecución de esta investigación, en primer lugar, se tuvo que revisar trabajos de investigación y diferentes estudios relacionados con el tema que se va a investigar, considerando la antigüedad que sea menor a 5 años. También se realizó la selección de los instrumentos para recolectar los datos según nuestras variables de estudio.

Luego se emitió una solicitud al director del Instituto Tecnológico Perú Japón, requiriendo el permiso y la organización de los horarios para poder acceder a las aulas de la carrera de Asistencia Administrativa de dicha Institución con la finalidad de aplicar los instrumentos para la obtención de datos.

Seguidamente se realizó la calificación de los cuestionarios según corresponden, para luego ser ingresados los datos al programa SPSS versión 27, a fin de elaborar tablas y figuras según corresponda.

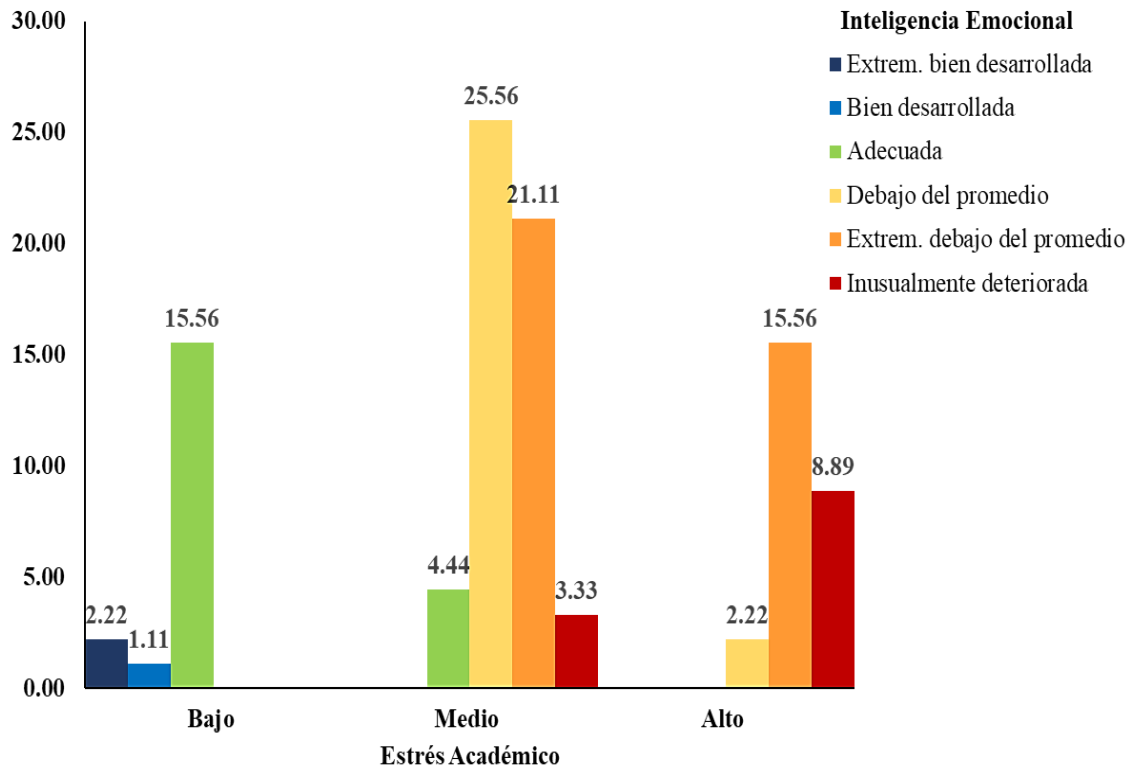
2.6. Análisis de datos

Los resultados fueron procesados en Excel y el software SPSS versión 27, así mismo para calcular la relación de las variables Inteligencia emocional y Estrés Académico, se ejecutó mediante la estadística inferencial, de análisis no paramétrico, mediante Chi Cuadrada. (X^2), también se utilizó el coeficiente de correlación Tau-b de Kendall, por otro lado, se muestran los resultados en tablas simples, tablas de contingencia respectivamente.

III. RESULTADOS

Figura 1.

Inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.



En la figura 1, se puede evidenciar que el 25.56% de la población estudiantil tuvo una capacidad emocional por debajo del promedio con estrés académico medio; el 21.11% manifestó una capacidad emocional extremadamente por debajo del promedio con estrés académico medio; a su vez el 15.56% reflejó también una capacidad emocional por debajo del promedio con estrés académico alto; el 8.89% tuvo una capacidad emocional deteriorada con estrés académico alto; por otro lado, el 15.56% reflejó una capacidad emocional adecuada con estrés académico bajo; el 4.44% tuvo una capacidad emocional adecuada con estrés académico medio; el 3.33% evidenció una capacidad emocional deteriorada y estrés académico medio; el 2.22% tuvo una capacidad emocional por debajo del promedio y estrés académico alto; el 2.22% obtuvieron una capacidad emocional extremadamente bien desarrollada con estrés académico bajo y por último el 1.11% tuvo una capacidad emocional bien desarrollada y se ubicó en bajo de estrés académico.

Tabla 2.*Relación entre Inteligencia y estrés académico***Medidas simétricas**

	Valor	Error estándar asintótico ^a	T aproximada ^b	Significación aproximada
Ordinal por ordinal Tau-b de Kendall	,692	,051	10,158	,000
N° de casos válidos	90			

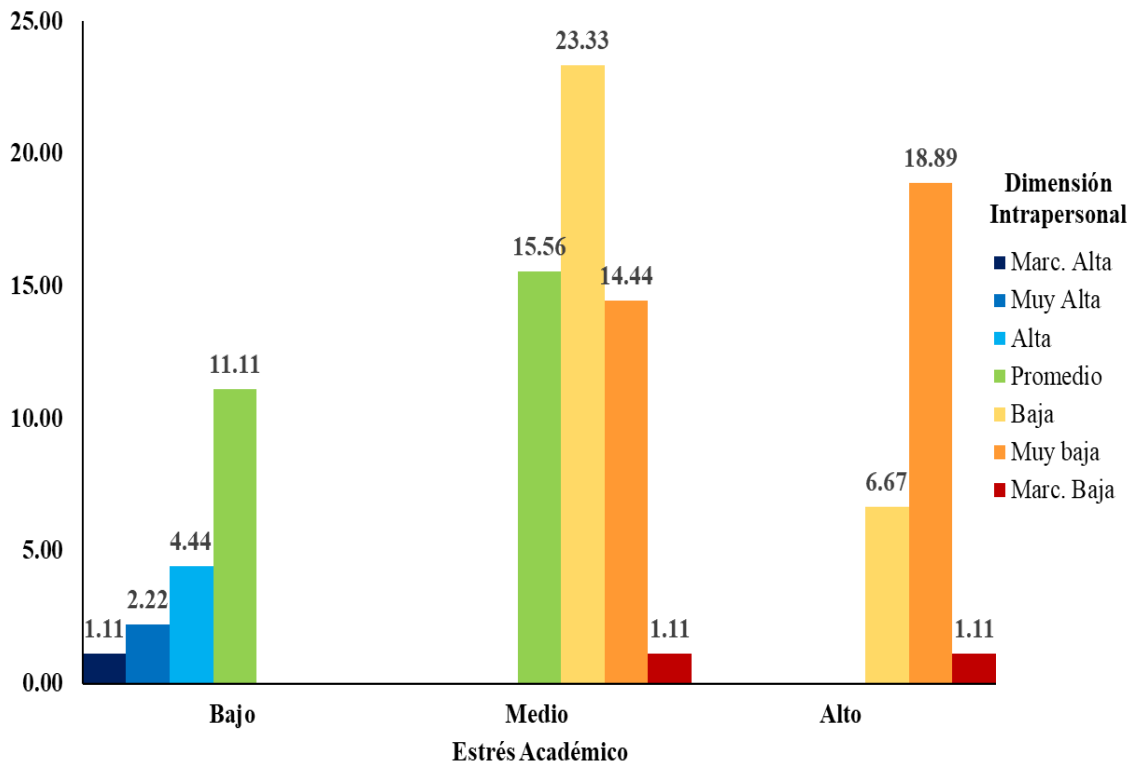
Tabla 3.*Prueba de hipótesis***Pruebas de chi – cuadrado**

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	90,314 ^a	10	,000
Razón de verosimilitud	88,805	10	,000
Asociación lineal por lineal	50,567	1	,000
N de casos válidos	90		

Entonces se podría decir que existe relación ($r= 0,692$ correlación de Tau-b de Kendall, $p=0,000<0.05$) significativa (5% de significación) entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023. ($\chi^2=90,314$ y $p=0,000<0.05$ Prueba Chi-cuadrado).

Figura 2.

Dimensión intrapersonal y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.

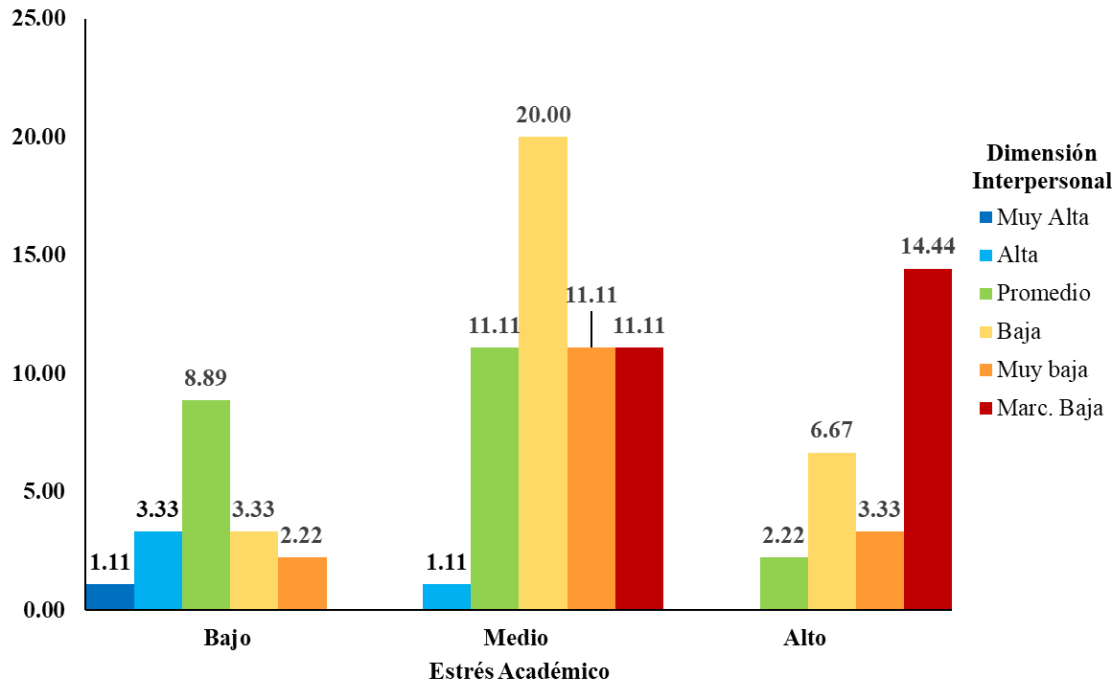


En la figura 2, se puede evidenciar que el 23.33% de la población estudiantil tuvo en la dimensión intrapersonal nivel bajo y estrés académico medio; el 18.89% tuvo en intrapersonal muy bajo con estrés académico alto; el 15.56% reflejo un nivel promedio y estrés académico medio; el 14.44% obtuvieron en intrapersonal nivel bajo con estrés académico medio; el 11.11% tuvo un nivel promedio con estrés académico bajo; el 6.67% tuvo nivel bajo y estrés académico alto; el 4.44% obtuvo un nivel alto y estrés académico bajo; a su vez, el 2.22% obtuvieron un nivel muy alto con estrés académico bajo; el 1.11% reflejó un nivel marcadamente alto y estrés académico bajo; el 1.11% tuvo un nivel marcadamente bajo con estrés académico medio y por último el 1.11% evidenció también un nivel marcadamente bajo con estrés académico alto.

Existe relación ($r=0,648$ correlación de Tau-b de Kendall $p=0,000<0.05$) significativa (5% de significación) entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023. ($\chi^2=68,383$ y $p=0,000<0.05$ Prueba Chi cuadrado).

Figura 3.

Dimensión interpersonal y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.

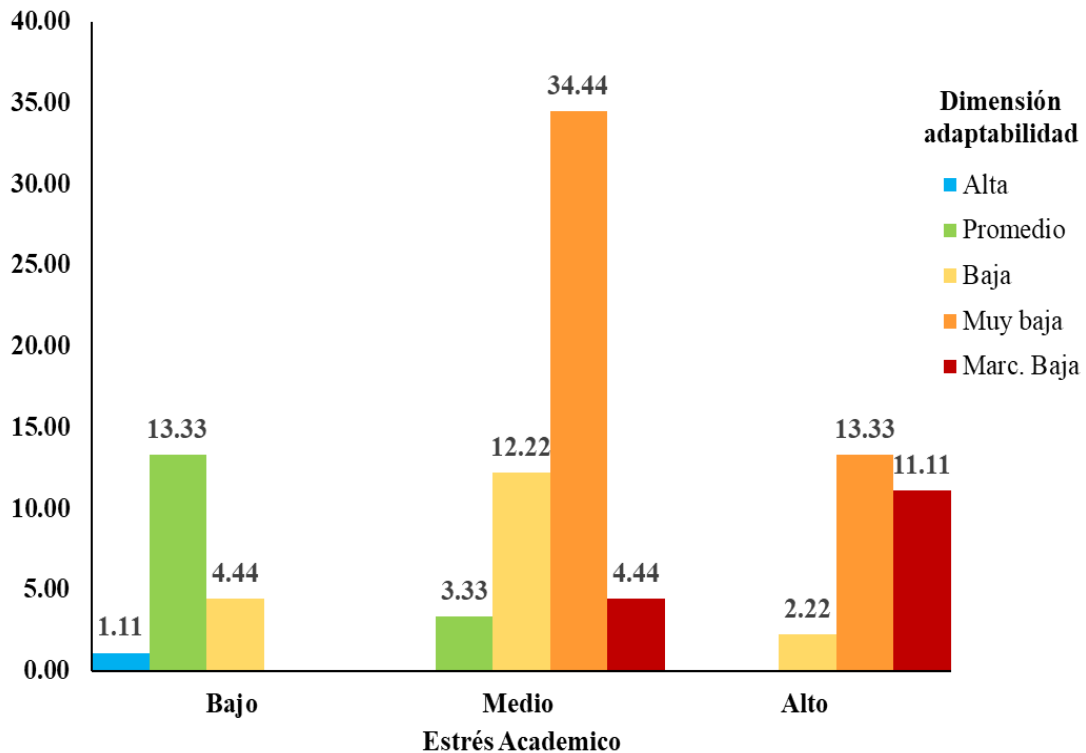


En la figura 3, se muestra que el 20.00% de los estudiantes en la dimensión interpersonal obtuvieron un nivel bajo con estrés académico medio; el 14.44% tuvo un nivel marcadamente bajo con estrés académico alto; el 11.11% obtuvo un nivel promedio, a su vez el otro 11.11% un nivel muy bajo y el otro 11.11% un nivel marcadamente bajo con estrés académico medio; el 8.89% tuvo un nivel promedio con estrés académico bajo; el 6.67% en interpersonal bajo con estrés académico alto; el 3.33% tuvo un nivel muy bajo con estrés académico alto; el otro 3.33% en interpersonal obtuvieron nivel alto, a su vez el 3.33% nivel bajo con estrés académico bajo; el 2.22% tuvo un nivel promedio con estrés académico alto; el 2.22% un nivel muy bajo con estrés académico bajo; el 1.11% tuvo nivel muy alto y estrés académico bajo y por último el 1.11% un nivel alto en interpersonal con estrés académico medio.

Existe relación ($r=0,452$ correlación de Tau-b de Kendall, $p=0,000<0.05$) significativa (5% de significación) entre la dimensión interpersonal y el estrés académico en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023. ($\chi^2=34,792$ y $p=0,000<0.05$ Prueba Chi cuadrado).

Figura 4.

Dimensión adaptabilidad y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.

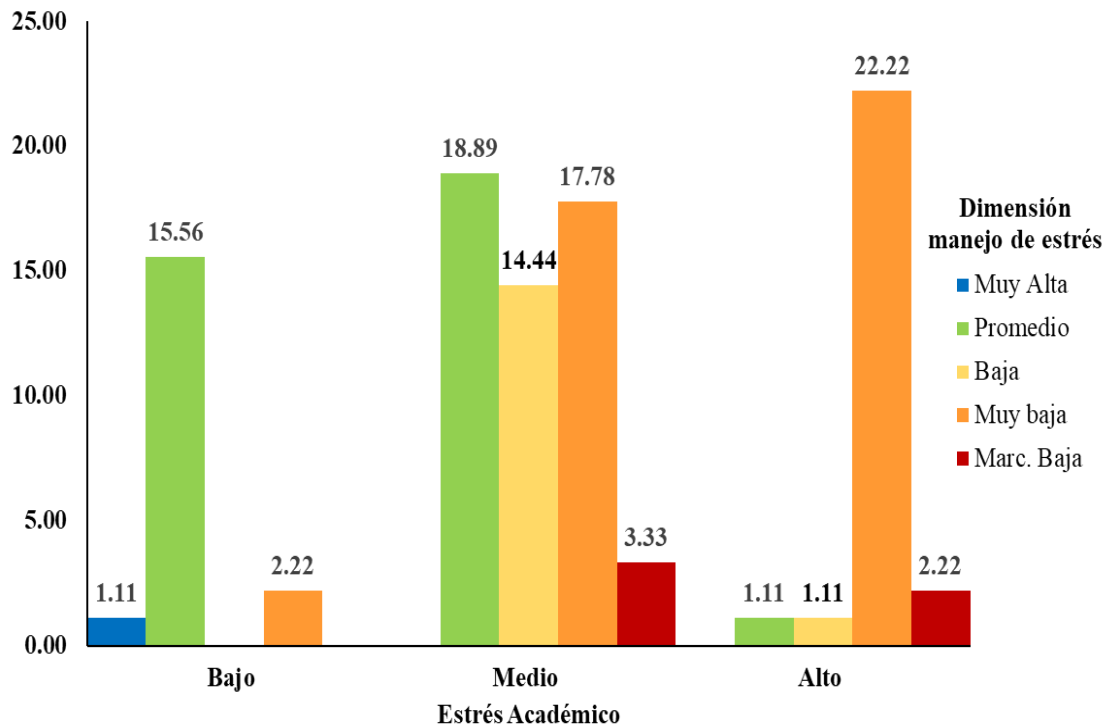


En la figura 4, se evidencia que el 34.44% de los estudiantes en adaptabilidad obtuvieron nivel muy bajo con estrés académico medio; el 13.33% tuvieron un nivel promedio con estrés académico bajo; a su vez, el 13.33% obtuvo nivel muy bajo con estrés académico alto, el 12.22% tuvieron bajo nivel con estrés académico medio; el 11.11% reflejo nivel marcadamente bajo con estrés académico alto; el 4.44% mostraron nivel marcadamente bajo y estrés académico medio; el otro 4.44% tuvieron nivel bajo con estrés académico bajo; el 3.33% manifestaron nivel promedio con estrés académico medio; el 2.22% nivel bajo con estrés académico alto y el 1.11% tuvo nivel alto con estrés académico bajo.

Existe relación ($r= 0,632$ correlación de Tau-b de Kendall, $p=0,000<0.05$) significativa (5% de significación) entre la dimensión de adaptabilidad y el estrés académico en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023. ($\chi^2=68,650$ y $p=0,000<0.05$ Prueba Chi cuadrado).

Figura 5.

Dimensión manejo de estrés y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.

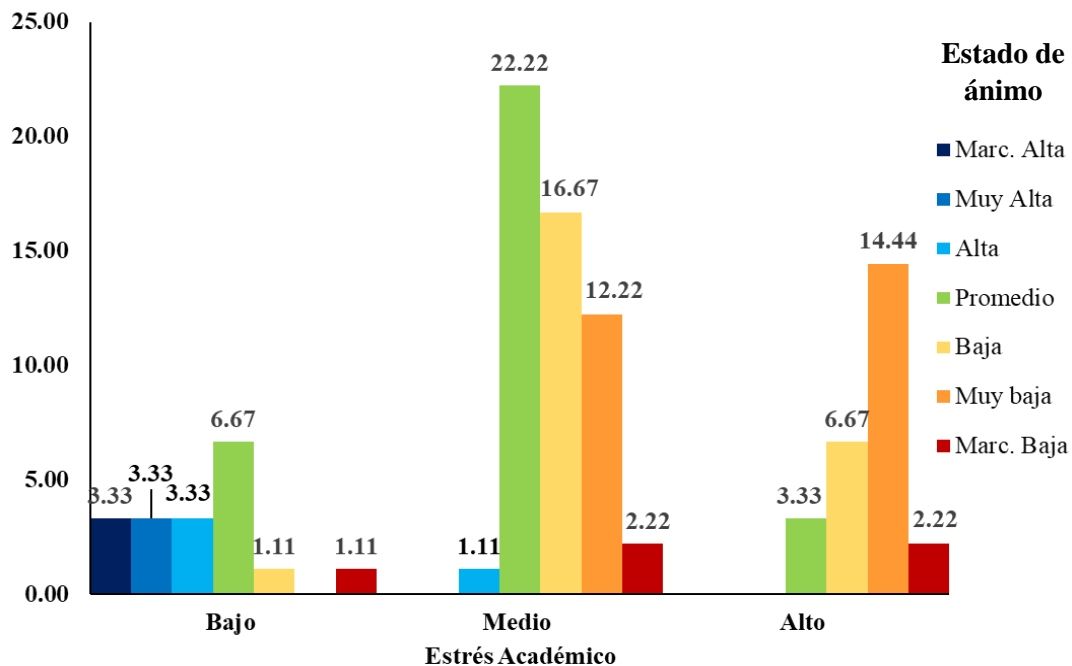


En la figura 5, se observa que el 22.22% de estudiantes ostentaron un nivel muy bajo de manejo de estrés con estrés académico alto; el 18.89% tuvieron un nivel promedio con estrés académico medio; el 17.78% tuvieron nivel muy bajo con estrés académico medio; el 15.56% obtuvieron nivel promedio con estrés académico bajo; el 14.44% tuvieron nivel bajo y estrés académico medio; el 3.33% tuvo nivel marcadamente bajo con estrés académico medio; el 2.22% tuvieron nivel marcadamente bajo con estrés académico alto; a su vez, el 1.11% tuvo nivel promedio, de igual forma el 1.11% nivel bajo con estrés académico alto; el 2.22% tuvo nivel muy bajo con estrés académico bajo, por último el 1.11% reflejo nivel muy alto con estrés académico bajo.

Existe relación ($r= 0,542$ correlación de Tau-b de Kendall, $p=0,000<0.05$) significativa (5% de significación) entre la dimensión de manejo de estrés y el estrés académico en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023. ($\chi^2=45,577$ y $p=0,000<0.05$ Prueba Chi-cuadrado).

Figura 6.

Dimensión estado de ánimo y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.



En la figura 6, se puede evidenciar que el 22.22% de los estudiantes en estado de ánimo tuvieron un nivel promedio con estrés académico medio; el 16.67% obtuvieron nivel bajo con estrés académico medio; el 14.44% tuvieron nivel muy bajo con estrés académico alto; el 12.22% se encontraron en muy bajo nivel con estrés académico medio; el 6.67% tuvieron bajo nivel con estrés académico alto; a su vez, el 6.67% obtuvieron estado de ánimo promedio con estrés académico bajo; el 3.33% reflejaron nivel marcadamente alto, de igual manera el 3.33% muy alto y el otro 3.33% nivel alto con estrés académico bajo; el otro 3.33% tuvieron nivel promedio con estrés académico alto; el 2.22% nivel marcadamente bajo con estrés académico alto; el otro, 2.22% tuvieron nivel marcadamente bajo con estrés académico medio; el 1.11% tuvo alto nivel con estrés académico medio y por último el 1.11% tuvo bajo nivel, y el otro 1.11% marcadamente bajo con estrés académico bajo.

Existe relación ($r= 0,507$ correlación de Tau-b de Kendall, $p=0,000<0.05$) significativa (5% de significación) entre la dimensión de estado de ánimo y el estrés académico en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023. ($\chi^2=53,562$ y $p=0,000<0.05$ Prueba Chi-cuadrado).

IV. DISCUSIÓN

A partir de los resultados obtenidos, aceptamos la hipótesis alterna general, la cual establece que si existe relación entre inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de un Instituto Público de Chachapoyas. Así mismo se ha evidenciado que el 76.67% de los estudiantes obtuvieron bajo nivel de inteligencia emocional y en cuanto a estrés académico el 54.44% nivel moderado y el 26.67% nivel alto (Figura 1).

Coincidentemente los hallazgos de Román (2022); Ballón y Quispe (2022); Torres (2021); Ramírez (2021); Chad et al. (2019); Ocoruro (2021); Palomino (2022); Borja y Rodríguez (2022); Muhnia et al. (2019); Sona et al. (2021); Magno (2020); Salazar (2021) y Soto (2023) develan una conexión estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico. Donde revelan que a menor inteligencia emocional los estudiantes están propensos a tener estrés académico.

Se deduce que existe un mayor porcentaje de estudiantes que manifiestan dificultades en la inteligencia emocional de esta forma limitándolos a reconocer sus emociones, a poder buscar soluciones adecuadas, falta de empatía, carente adaptación ante situaciones estresantes y escasa motivación para lograr sus metas trazadas.

La inteligencia emocional desempeña un papel importante en la determinación del éxito en la vida académica porque permite lidiar a los estudiantes de una forma más eficaz con aquellas situaciones estresantes (Borja & Rodríguez 2022). Existen pocos estudiantes que cuentan con la capacidad de reconocer y comportarse acorde a las situaciones por las cuales transcurren. Es por ello que es primordial para la salud mental poder desarrollar la inteligencia emocional, porque cada día son más los estudiantes que padecen de estrés académico y estos están estrechamente relacionados a la capacidad emocional que poseen, el desarrollar e incrementar la inteligencia emocional en cuanto a la vida académica va a brindar a los estudiantes el buen manejo de emociones negativas y cómo afrontar de forma inteligente aquellas situaciones que se dan como parte de su formación académica.

Sin embargo, se han reportado estudios donde las variables no dependen entre sí; como el de Gonzáles y Terrones (2023); Livias y Munguía (2023); Zapata (2022) y Duque (2020) que ese a identificar bajos niveles de inteligencia emocional y un estrés académico moderado y severo, no se encontró relación entre ambas variables de estudio.

La inteligencia emocional y el estrés académico, varía de una población a otra, todo ello debido a cada una de las diferentes características que poseen. Puede que el estrés académico por el cual están atravesando no solo se deba al factor emocional como principal influyente, si no también que exista factores sociales y conductuales los cuales estén relacionados con el estrés académico que padecen los estudiantes. Gonzales y Terrones (2023) hace referencia que dichos factores pueden ser el bajo autoestima, el carente apoyo económico y social, problemas en el ámbito familiar, práctica de hábitos inadecuados y no saludables. Otro aspecto importante es que durante la formación superior académica se evidencia un proceso de adaptación y muchos cambios en los estudiantes, lo que influyó de cierta forma en estos resultados.

Respecto a la relación entre la dimensión intrapersonal y estrés académico en este estudio se afirma que si existe relación estadísticamente significativa ($r=0,648$ y $p=0,000<0.05$). Así mismo se identificó niveles bajos predominantes en dicha dimensión (65.55%) y se ubicaron en un nivel medio y alto de estrés académico. En cuanto en el nivel bajo de estrés académico predominó los niveles altos (18.88%) de la dimensión intrapersonal (Figura 2).

Resultados similares se encontraron en los estudios de Quiliano y Quiliano (2020); Ocoruro (2021); Román (2022) y Riveros (2021) quienes evidenciaron niveles predominantes bajos en la dimensión intrapersonal, lo que indica que en esta dimensión presentan dificultades y requieren mejorar. Afirmando que los estudiantes con mejor desarrollo y uso de la inteligencia intrapersonal muestran menor nivel de estrés académico. Así mismo sostienen que el entendimiento de uno mismo fomenta un menor índice de estrés académico o por lo contrario incremento del estrés académico.

Es la habilidad de visualizar el interior de sí mismo, para tener una imagen verdadera y exacta y de esta forma actuar utilizando esa imagen en sus vidas de manera eficaz (Goleman, 2020). Un desarrollo adecuado de la capacidad intrapersonal conlleva a una mejor comprensión y análisis de las emociones de sí mismo y los sentimientos de los estudiantes, ayudando de esta forma a mejorar los comportamientos y las acciones durante situaciones que generen estrés dado por presión o sobrecargas académicas. Y por lo contrario un nivel bajo en la dimensión intrapersonal conlleva a dificultades con sí mismos, a desencadenar ansiedad, generando comportamientos no aceptables frente a situaciones estresantes y volviéndose más vulnerables al estrés académico.

Sin embargo, existe una investigación como la de Rosas (2021) en la cual los resultados obtenidos se contraponen a los estudios anteriormente mencionados, debido a que no existe relación significativa entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico, por lo cual sostiene que dicha dimensión es independiente del estrés académico.

Así mismo cabe resaltar que cada persona posee diferencias y que cada uno de ellas son únicas, en cuanto al manejo del estrés académico podría no depender de la dimensión intrapersonal, puesto que otros agentes del exterior, como lo social y las condiciones académicas, también influyen en el desencadenamiento del estrés académico.

Por otra parte, en la relación entre la dimensión interpersonal y estrés académico en este estudio se afirma que si existe relación estadísticamente significativa ($r=0,452$ y $p=0,000<0.05$). Así mismo, se evidencio que el nivel predominante en esta dimensión es el nivel bajo el (42.22%) de los estudiantes con nivel bajo en la dimensión interpersonal se ubican en un nivel medio de estrés académico y el (24.44%) en un nivel alto (Figura 3).

Se encontró resultados similares como el de Román (2022); Ocoruro (2021); Rosas (2021) y Riveros (2021) quienes también encontraron una relación entre la dimensión interpersonal y el estrés académico. Así mismo señalan que a un menor desarrollo de la inteligencia interpersonal el estudiante no tendrá la capacidad de relacionarse sanamente y comprender a los demás, con un entorno flexible y experimentará altos niveles de estrés académico.

El poder responder y discernir el estado de ánimo, motivaciones, temperamento y deseos de las personas. (Goleman 2020). Lograr un adecuado desarrollo de la capacidad interpersonal en los estudiantes es fundamental porque traerá consigo una mayor capacidad de empatizar con los demás, como compañeros de clase, amigos y familiares, y por ende existirá un menor grado de estrés, pero al no desarrollar la dimensión interpersonal conllevará a una menor capacidad de tolerar a su entorno, y serán más propensos a desarrollar estrés académico.

En la relación entre la dimensión de adaptabilidad y estrés académico se afirma que si existe relación estadísticamente significativa ($r=0,632$ y $p=0,000<0.05$). Evidenciando que el nivel predominante es el nivel bajo (62.21%) y muy bajo (15.55%) ubicándose en nivel medio y alto de estrés académico (Figura 4).

Resultados similares fueron encontrados por Ocoruro (2021); Palomino (2022); Rosas (2021) y Román (2022) quienes encontraron relación entre la dimensión de adaptabilidad y estrés académico. Afirman que los niveles bajos de adaptabilidad pueden indicar débiles motivaciones hacia el proceso enseñanza- aprendizaje y así una actitud menos comprometida con la formación profesional. Es por ello que el estudiante al poseer la capacidad de adaptarse fácilmente y poder manejar de manera adecuada su inteligencia emocional conlleva a reducir los niveles de estrés académico.

A una mayor capacidad de adaptabilidad, para el estudiante será fácil adaptarse ante cualquier situación de adversidad, así mismo podrá resolver de manera efectiva los problemas frente a las diferentes situaciones que generan estrés en su ámbito académico. Caso contrario se evidenciará niveles altos de estrés académico y problemas para poder adaptarse ante situaciones que le generan estrés.

Referente a la relación entre la dimensión de manejo de estrés y estrés académico se afirma que si existe relación estadísticamente significativa ($r=0,542$ y $p=0,000<0.05$) en dicha dimensión se obtuvo que el nivel predominante es el nivel bajo (61.1%) el cual se ubica en niveles medio y alto de estrés académico (Figura 5).

Resultados similares a estos fueron encontrados por Ocoruro (2021); Rosas (2021) y Román (2022) quienes evidenciaron relación entre la dimensión de manejo de estrés y estrés académico, concluyendo que a menor manejo de estrés se experimenta niveles altos de estrés académico, puesto que el estudiante no cuenta con los recursos y estrategias para poder gestionar sus emociones.

El estudiante que desarrolla una buena capacidad de manejar la tensión, manifiesta la capacidad de poder resistir a situaciones adversas a controlar sus impulsos para que de esta forma actúe de manera adecuada ante las situaciones estresantes que se le presenten en su vida académica. En caso de presentar dificultades de no poder manejar sus impulsos y las tensiones mayor será el estrés académico.

En relación entre la dimensión de estado de ánimo y estrés académico se encontró que si existe relación estadísticamente significativa ($r=0,507$ y $p=0,000<0.05$) el nivel predominante es el nivel bajo (54,44%) el cual se ubica en nivel medio y alto de estrés académico (Figura 6).

Se encontró resultados similares Ocoruro (2021) y Román (2022) quienes encontraron relación entre el estado de ánimo y el estrés académico, refiriendo que, a menor desarrollo de un óptimo estado de ánimo, se percibirá niveles altos de estrés académico, por el hecho de que el estudiante no va a poseer optimismo y ser resiliente ante aquellas situaciones estresantes.

Poseer un óptimo estado de ánimo el estudiante va a sentirse más satisfecho con sí mismo, manteniendo una actitud positiva frente a las dificultades que se le presenten en el ámbito académico. En caso de presentar niveles bajos en esta dimensión el estudiante mostrará dificultades notables ante los problemas que se le presentan académicamente.

Sin embargo, existe una investigación de Rosas (2021) en el cual no se encontró relación entre la dimensión de estado de ánimo y estrés académico. Dichos resultados son independientes de la población en estudio.

Es importante resaltar que dichos resultados pueden darse porque el estado de ánimo puede cambiar en situaciones específicas, o por cosas temporales que se dan, es por ello que, si dicho estrés académico es temporal, es probable que no produzca un cambio en el estado de ánimo de forma prolongada. Es así que existen personas con la capacidad de adaptarse ante situaciones de estrés, por lo cual pueden recuperarse con facilidad, amortiguando el efecto en su estado de ánimo. Por otro lado, existen estudiantes que llegan a evidenciar estrés académico, pero no se ve afectado su estado de ánimo y pueden mantener su equilibrio y estabilidad emocional.

El involucramiento de los psicólogos y docentes en el desarrollo de la inteligencia emocional e instrucción emocional es parte clave en la formación superior, es por ello que toda entidad de educación debe de contar con un psicólogo el cual trabaje acorde a las necesidades de los estudiantes, así mismo los institutos y universidades tienen el compromiso de ayudar a los estudiantes a desarrollarse de una manera efectiva, motivo por el cual se debe mostrar más interés e involucrarse en la salud mental, muchos docentes resaltan que es importante lograr buenas calificaciones, desplazando de esta forma la inteligencia emocional que es factor importante el cual protege de reacciones físicas y psicológicas, evitando padecer de estrés académico.

V. CONCLUSIONES

Más de las $\frac{3}{4}$ partes de los estudiantes del Instituto Tecnológico Perú Japón presentaron Inteligencia Emocional de un nivel extremadamente por debajo del promedio y más de la mitad reflejaron niveles medios de estrés académico.

Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes del Instituto Tecnológico Perú Japón ($r= 0,692$ correlación de Tau-b de Kendall, $p=0,000<0.05$ $\chi^2=90,314$ y $p=0,000<0.05$ Prueba Chi-cuadrado).

Existe relación significativa entre la dimensión intrapersonal ($r= 0,648$ $p=0,000<0.05$); interpersonal ($r=0,452$ $p=0,000<0.05$); adaptabilidad ($r= 0,632$ $p=0,000<0.05$); manejo de estrés ($r= 0,542$ $p=0,000<0.05$) y estado de ánimo ($r= 0,507$ $p=0,000<0.05$) con el estrés académico.

La inteligencia emocional según dimensiones intra e interpersonal en los estudiantes evidenciaron estar en un nivel bajo en su mayoría y en dimensiones de adaptabilidad muy baja y el manejo de estrés estuvo en un nivel muy bajo y finalmente en estado de ánimo fue bajo.

VI. RECOMENDACIONES

A la Dirección de Proyección Social y Responsabilidad Social de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza

- Diseñar un programa de habilidades emocionales para estudiantes de institutos de la Región Amazonas con el fin de contribuir a la salud mental de ellos durante su proceso formativo.
- Implementar el programa de habilidades en el marco de la firma de convenios inter institucionales.

A la Escuela Profesional de Psicología

- Continuar con investigaciones que estén relacionadas a la inteligencia emocional y estrés académico a fin enriquecer la línea de salud mental en universitarios y contribuir a un entorno saludable para todos.
- Implementar programas de educación continúa relacionado a la salud mental de los estudiantes universitarios.
- Diseñar e implementar el plan de inducción al internado (clínico y educativo) que le permita el logro de las competencias emocionales de los estudiantes que pasaran el periodo de transición en sus escenarios de práctica

Al área de Psicopedagogía del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas

- Realizar programas preventivo – promocionales que conlleven a los estudiantes, a un mejor desarrollo de la gestión de emociones en la comunidad tecnológica como actividades vivenciales y talleres de manejo de estrés que les permitan obtener herramientas para ponerlas en práctica en su vida cotidiana, asegurándose un futuro exitoso.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Asenjo, J. Linares, O. y Díaz, Y. (2021). Nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Peruana de Investigación en el Perú*, 5 (2), 59-66. <https://revistas.unheval.edu.pe/index.php/repis/article/view/867/856>
- Ballón, K y Quispe, C. (2022) *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes preuniversitarios de una universidad pública de la ciudad del Cusco en modalidad virtual, 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Andina del Cusco]. [https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/4813/Karla a Carolina Tesis bachiller 2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/4813/Karla%20Carolina%20Tesis%20bachiller%202022.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Borja, L y Rodríguez, D. (2022). *Inteligencia emocional y estrés en estudiantes universitarios durante la pandemia covid 19* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/12085/76.0479.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Briones, M. (2020). *Inteligencia emocional en el manejo de conflictos en los estudiantes del Instituto Superior Pedagógico "Paulo Freire" Lima, 2019* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41226/Briones_CM.R.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cárdenas, A y Lima, P. (2021). *Inteligencia emocional en Estudiantes de enseñanza virtual en Tiempos de pandemia de un instituto de idiomas de Lima 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana los Andes]. [https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2755/TESIS %20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2755/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cassaretto, M. Vilela, P. y Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), e482. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272021000200005

- Chad, S., Schneider, E., Bederman, P., & Arcangelo, K. (2019). Exploring The Relationship Between Emotional Intelligence And Academic Stress Among Students At A Small, Private College. *Contemporary Issues in Education Research*, 12 (4). <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1267667.pdf>
- Duque, N. (2020). *Inteligencia emocional y su influencia en el estrés académico de los estudiantes matriculados en titulación de la modalidad presencial de la Universidad Tecnológica Indoamérica matriz Ambato* [Tesis de Licenciatura, Universidad Tecnológica Indoamérica]. <https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/2089/1/DUQUE%20MOYA%20NADYA%20SOLEIDAD.pdf>
- Encinas, M. (2019). *Afrontamiento al estrés, una revisión teórica* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6097/Encinas%20Orbegoso%20Margarita%20Janet.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Escobedo, S. (2022). *Programa cognitivo conductual para manejar el estrés académico en estudiantes en situación de pandemia de una Institución Educativa Pública, Amazonas, 2021: Estudio descriptivo – propositivo* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/87321/Escobedo_HSK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Goleman, D. (2002). *La inteligencia emocional*. México: Vergara. http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf
- Gonzales, J y Terrones, M. (2023) *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de una universidad privada, Lambayeque, 2023* [Tesis de Licenciatura, Universidad de San Martín de Porres] https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/12243/GONZALES_CJN_TERRONES_CMI.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hernández, R y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. McGRAW-HILL. México. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>

- Infantas, S. y Heredia, F. (2023). Estrés académico y el rendimiento académico de los estudiantes de un instituto de educación. *Veritas et Scientia*. Vol. 12 (1). <https://revistas.upt.edu.pe/ojs/index.php/vestsc/article/view/774/803>
- Instituto de Opinión Pública (2018). Una mirada a la salud mental desde la opinión de los peruanos. *Pontificia Universidad Católica*, 150. https://repositorio.pucp.edu.pe/index/bitstream/handle/123456789/112469/1/OP_1117_01_R1.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2020). *Perú: indicadores de educación por departamentos, 2009-2019*. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1751/libro.pdf
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2022). *Compendio Estadístico Departamento de Amazonas 2022*. <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4434871/Compendio%20Estad%20C3%ADstico%20%20Amazonas%202022.pdf?v=1681505098>
- Jiménez, A. (2020). Inteligencia emocional. AEPap: Lúa Ediciones 3.0. p. 551-558. https://www.aepap.org/sites/default/files/documento/archivos-adjuntos/congreso2020/551-558_inteligencia_emocional.pdf
- Livias, A y Munguía, F. (2023). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima – 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Científica del Sur]. <https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/2916/TL-Munguia%20F-Livias%20A.pdf?sequence=14&isAllowed=y>
- Magno, P. (2020). *Inteligencia emocional percibida y afrontamiento del estrés académico en universitarios de Ciencias de la Salud de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/653752/MagnoR_P.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Mattos, E. y Taracaya, M. (2020). *Estandarización del Inventario de Estrés Académico Sisco Sv-21 en Estudiantes Universitarios de Lima y Callao, 2020* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo].

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60377/Mattos_SEE-Taracaya_HMNB-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Muhnia, Wa Ode Nur Isnah y Hapsah. (2019). Relationship between emotional intelligence with stress level of first year student in nursing program study medical faculty hasanuddin university. *Indonesian Contemporary Nursing Journal*, 2(2), 1-10.
<https://journal.unhas.ac.id/index.php/icon/article/view/7675/4116>

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

Organización de las Naciones Unidas para la Cultura, las Ciencias y la Educación (16 de noviembre de 2020). *Hacia el acceso universal a la educación superior: tendencias internacionales*. <https://acortar.link/2NZWbY>

Otzen, T. y Manterola C. (2017) Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1):227-232.
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

Palomino, B. S. (2022). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de una universidad de Lima, 2021* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81986/Palomino_SBS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pinto, E. y Villa, A. (2022) Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(5).
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28071845007>

Quiliano y Quiliano (2020). Inteligencia Emocional Y Estrés Académico En Estudiantes De Enfermería. *Ciencia y enfermería*, 26(3).
<https://www.scielo.cl/pdf/cienf/v26/0717-9553-cienf-26-3.pdf>

Quiroz, M. (2022). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de un instituto de educación superior* [Tesis de Licenciatura,

Universidad Autónoma del Perú].
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2171/Quiroz%20Su%20c3%a1rez%20Magaly%20Isabel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ramírez, V. L. (2021). *La inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato* [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]
<http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/34864/1/EST.VALERIALIZBETHRAMIREZVALAREZO%20TESIS%20282%29.pdf>

Riveros, M. (2021). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Huancayo – 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana los Andes].
<https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/3682/TESIS%20FINAL%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Román, L. (2022). *Inteligencia Emocional Y Estrés Académico En Estudiantes De La Carrera Profesional De Ciencias Sociales Y Turismo De La Universidad José Faustino Sánchez Carrión* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión].
<https://repositorio.unjpsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/5916/LEONARDO%20DANIEL%20ROMAN%20C3%81N%20D%20C3%8DAZ.pdf?sequence=1>

Rosas, J. (2021) *Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce, Arequipa, 2020* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Ica].
<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1156/3/Jenny%20Fabiola%20Rosas%20Supo.pdf>

Ruíz, M. (2019). Inteligencia emocional en educación superior: contribuciones a la calidad educativa. *YACHANA, Revista Científica*, 8 (3), 1-9.
<http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/3644/1/Inteligencia%20emocional%20en%20educaci%20c3%b3n%20superior%20contribuciones%20a%20la%20calidad%20educativa.pdf>

- Salazar, D. (2021). *Inteligencia emocional y estrés académico en internos rotativos de enfermería que cursan su rotación en un hospital de Ecuador, 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/71789/Salazar_HDS-SD.pdf?sequence=8&isAllowed=y
- Sampieri Hernández, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2014). *Metodología de la investigación*. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez.%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación (2019). *Fortalecimiento de la educación superior universitaria, técnica y tecnológica en la región amazónica con criterios de inclusión, calidad y pertinencia*. <https://www.educacionsuperior.gob.ec/wp-content/uploads/2020/03/PROYECTO-AMAZONICO-APROBADO-POR-SENPLADES.pdf>
- Secretaria Nacional de la Juventud (20 de junio del 2023). *SENAJU está implementando el Programa de Voluntariado de Orientación Legal y Psicológica*. <https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>
- Silva, M. López, J. y Meza, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83. <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Sistema Nacional de Evaluación, Acreditación y Certificación de la Calidad Educativa (22 de febrero del 2018). *Más de 400 mil jóvenes cursan estudios de educación superior tecnológica*. <https://www.gob.pe/institucion/sineace/noticias/185896-mas-de-400-mil-jovenes-cursan-estudios-de-educacion-superior-tecnologica>
- Sona, R. Sneha, T. y Molly, J. (2021). Emotional Intelligence and Academic Stress among Undergraduate Students. *International Journal of Science and Research*, 10(5).

https://www.researchgate.net/publication/352875298_Emotional_Intelligence_and_Academic_Stress_among_Undergraduate_Students

Soto, J. (2023). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de una Institución Educativa de Chiclayo, 2023* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/125073/Soto_AJF-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Torres, I. (2021). *Influencia De La Inteligencia Emocional Sobre El Estrés Académico En Estudiantes De Universidades Privadas De Lima En Tiempos De Pandemia* [Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola].
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/7d4e380c-e7ab-4af4-9e85-2d43b9bf0262/content>

Vigo, Y y Chávez, J. (2020). Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios, Chachapoyas, Perú, 2019. *Revista de Investigación Científica UNTRM: Ciencias Sociales y Humanidades*, 3(2), 61-65.
<https://revistas.untrm.edu.pe/index.php/CSH/article/view/584/747>

Zapata, J. (2022). *Inteligencia Emocional y Estrés Académico en Estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla, en Tiempos COVID-19, 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/83735/Zapata_IJJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS



ANEXO 01

OPERALIZACIÓN DE LAS VARIABLES



VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	CATEGORIA POR DIMENSIONES	CATEGORIA DE LA VARIABLE	ESCALA	TIPO DE VARIABLE
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Es aquella capacidad que posee la persona para poder reconocer sus propios sentimientos cuando estas aparecen, el conocerse a sí mismo y reconociendo su sentir le ayuda en la gestión de sus propias emociones y la adecuada expresión de la misma, de manera controlada en situaciones que le generan tensión. (Jiménez,2020).	La inteligencia emocional se hallará mediante el conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta y las reacciones. Se obtendrá a través de la aplicación del Inventario de Inteligencia Emocional de BARON ICE.	Intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismo	7,9,35,52 ,63,88,11 6,5,34,50	130 + Marcadamente alta. 120 a 129 Muy alta. 110 a 119 Alta. 90 a 109 Promedio 80 a 89 Baja 70 a 79 Muy baja 70 a - Marcadamente baja	130 a 133 Capacidad emocional inusualmente bien desarrollada. 120 a 129 Capacidad emocional extrem. bien desarrollada. 110 a 1119 Capacidad emocional bien desarrollada. 90 a 109 Capacidad emocional adecuada 80 a 89 Capacidad emocional por debajo del promedio. 70 a 79	Ordinal	Cuantitativa
				Asertividad	22,37,67, 82,96,11 1,126				
				Autoconcepto	11,24,40, 56,70,85, 100,1,14, 129				
				Autorrealización	6,21,36,5 1,66,81,9 5,110,12 5				
				Independencia	3,19, 32,48,92, 107,121, 79,94				
			Interpersonal	Empatía	18,44,10 9,124,12 3				



				Relaciones interpersonales	10,23,39, 55,62,69, 84,99,11 3,128		Capacidad emocional extrem. por debajo del promedio. 65 a 69 Capacidad emocional inusualmente deteriorada.		
				Responsabilidad social	16,30,46, 61,72,76, 90,98,10 4,119,11 5				
			Adaptabilidad	Solución de problemas	1,15,29,4 5,60,75,8 9,118,12, 25				
				Prueba de la realidad	8,38,53,6 8,83,97,1 12,127				
				Flexibilidad	14,28,43, 59,74,87, 103,131, 41,57				
			Manejo de estrés	Tolerancia al estrés	4,33,49,6 4,78,93,1 08,122,7 1,101				
				Control de los impulsos	13,27,42, 58,73,86, 102,117, 130				



			Estado de ánimo	Felicidad	2,17,31,4 7,77,91,1 05,120				
				Optimismo	20,26,54, 80,106,1 32,133				

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ITEMS	CATEGORIA	ESCALA	TIPO DE VARIABLE
ESTRÉS ACADÉMICO	Es de carácter psicológico y adaptativo, se desarrolla cuando el estudiante está sometido a muchas situaciones estresantes las cuales provocan un desequilibrio en la persona y mediante esto se da reacciones manifestadas por síntomas, lo que induce al estudiante a optar por acciones donde afronte la situación para mantener su equilibrio (Pinto y Villa, 2022).	El estrés académico se hallará mediante las puntuaciones del Inventario de Estrés Académico SISCO SV-21 el cual explora síntomas, afrontamiento y estresores mediante 13 preguntas tipo Likert.	Estresores	1,2,3,4	2-11 Bajo 12-13 Medio 14-20 Alto	Ordinal	Cuantitativa
			Síntomas	5,6,7,8	0-10 Bajo 11-13 Medio 14-20 Alto		
			Estrategias de afrontamiento	9,10,11,12,13	5-14 Bajo 15-18 Medio 19-25 Alto		



ANEXO 2

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un Instituto Público de Chachapoyas, 2023.

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Marco Metodológico
<p>¿Existe relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Chachapoyas, 2023?</p>	<p>General</p> <p>Identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Chachapoyas, 2023.</p> <p>Específicos</p> <p>A. Determinar la relación entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Chachapoyas, 2023.</p> <p>B. Demostrar la relación entre la dimensión interpersonal y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico</p>	<p>Alterna</p> <p>Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Chachapoyas, 2023.</p> <p>Nula</p> <p>No existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Chachapoyas, 2023.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Inteligencia emocional</p> <p>Variable 2</p> <p>Estrés académico</p>	<p>Tipo de estudio</p> <p>La investigación fue de enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, según el tiempo investigación fue prospectivo, de acuerdo a la periodicidad de la recolección de datos fue transversal, según el nivel de manipulación de la variable no experimental.</p> <p>Muestra</p> <p>La muestra está conformada por 90 estudiantes de la carrera de Asistencia Administrativa del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Chachapoyas, 2023.</p> <p>Instrumentos</p> <p>Instrumento 1: Inventario de Inteligencia Emocional de BARON ICE</p>



	<p>Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</p> <p>C. Conocer la relación entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</p> <p>D. Determinar la relación entre la dimensión manejo de estrés y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</p> <p>E. Mostrar la relación entre la dimensión estado de ánimo y el estrés académico en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.</p>		<p>Instrumento 2: Inventario de SISCO SV21</p> <p>Análisis de datos</p> <p>Los resultados fueron procesados en Excel y el software SPSS versión 27, así mismo para calcular la relación de las variables Inteligencia emocional y Estrés Académico, se ejecutó mediante la estadística inferencial, de análisis no paramétrico, mediante Chi Cuadrada. (X²), también se utilizó el coeficiente de correlación Tau-b de Kendall, por otro lado, se muestran los resultados en tablas simples, tablas de contingencia respectivamente.</p>
--	--	--	---



ANEXO 3

INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (BARON)

EDAD: _____

SEXO: F M

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

1. Nunca es mi caso.
2. Pocas veces es mi caso.
3. A veces es mi caso.
4. Muchas veces es mi caso.
5. Siempre es mi caso.

INSTRUCCIONES

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

PREGUNTAS	1 Nunca es mi caso	2 pocas veces es mi caso	3 A veces es mi caso	4 Muchas veces es mi caso	5 Siempre es mi caso
1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.					
2. Es difícil para mí disfrutar de la vida.					
3. Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.					
4. Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.					
5. Me agradan las personas que conozco.					
6. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.					
7. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.					
8. Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).					



9. Reconozco con facilidad mis emociones.					
10. Soy incapaz de demostrar afecto					
11. Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones.					
12. Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza.					
13. Tengo problema para controlarme cuando me enojo.					
14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.					
15. Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información posible que pueda sobre ella.					
16. Me gusta ayudar a la gente.					
17. Me es difícil sonreír.					
18. Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.					
19. Cuando trabajo con otro, tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.					
20. Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.					
21. Realmente no sé para que soy bueno(a).					
22. No soy capaz de expresar mis ideas.					
23. Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.					
24. No tengo confianza en mí mismo(a).					
25. Creo que he perdido la cabeza					
26. Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.					
27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.					
28. En general, me resulta difícil adaptarme.					
29. Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.					
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.					
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.					
32. Prefiero que otros tomen decisiones por mí.					
33. Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso(a).					



34. Pienso bien de las personas.					
35. Me es difícil entender cómo me siento.					
36. He logrado muy poco en los últimos años.					
37. Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.					
38. He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.					
39. Me resulta fácil hacer amigos(as).					
40. Me tengo mucho respeto.					
41. Hago cosas muy raras.					
42. Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.					
43. Me resulta difícil cambiar de opinión.					
44. Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.					
45. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.					
46. A la gente le resulta difícil confiar en mí.					
47. Estoy contento(a) con mi vida.					
48. Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).					
49. No puedo soportar el estrés.					
50. En mi vida no hago nada malo.					
51. No disfruto lo que hago.					
52. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.					
53. La gente no comprende mi manera de pensar.					
54. Generalmente espero lo mejor.					
55. Mis amigos me confían sus intimidades.					
56. No me siento bien conmigo mismo(a).					
57. Percibo cosas extrañas que los demás no ven.					
58. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.					
59. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.					
60. Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.					
61. Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.					



62. Soy una persona divertida.					
63. Soy consciente de cómo me siento.					
64. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.					
65. Nada me perturba.					
66. No me entusiasman mucho mis intereses.					
67. Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.					
68. Tengo tendencia a fantasear y perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.					
69. Me es difícil llevarme con los demás.					
70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.					
71. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.					
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.					
73. Soy impaciente.					
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.					
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.					
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.					
77. Me deprimó.					
78. Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.					
79. Nunca he mentado.					
80. En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.					
81. Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.					
82. Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo.					
83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.					
84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.					
85. Me siento feliz con el tipo de persona que soy.					
86. Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar.					
87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.					



88. Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).					
89. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.					
90. Soy capaz de respetar a los demás					
91. No estoy contento(a) con mi vida.					
92. Prefiero seguir a otros a ser líder.					
93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.					
94. Nunca he violado la ley.					
95. Disfruto de las cosas que me interesan.					
96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.					
97. Tiendo a exagerar.					
98. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.					
99. Mantengo buenas relaciones con los demás.					
100. Estoy contento(a) con mi cuerpo.					
101. Soy una persona muy extraña.					
102. Soy impulsivo(a).					
103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres.					
104. Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.					
105. Disfruto mis vacaciones y los fines de semana.					
106. En general tengo una actitud positiva para todo, aún cuando surgen problemas.					
107. Tengo tendencia a depender de otros.					
108. Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.					
109. No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora					
110. Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.					
111. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.					
112. Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.					
113. Los demás opinan que soy una persona sociable.					
114. Estoy contento(a) con la forma en que me veo.					
115. Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.					



116. Me es difícil describir lo que siento.					
117. Tengo mal carácter.					
118. Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema.					
119. Me es difícil ver sufrir a la gente.					
120. Me gusta divertirme.					
121. Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.					
122. Me pongo ansioso(a).					
123. No tengo días malos.					
124. Intento no herir los sentimientos de los demás.					
125. No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.					
126. Me es difícil hacer valer mis derechos.					
127. Me es difícil ser realista.					
128. No mantengo relación con mis amistades.					
129. Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).					
130. Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.					
131. Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.					
132. En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación que voy a fracasar.					
133. He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores					



ANEXO 4

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO SV-21

EDAD: _____

SEXO

 F M

INSTRUCCIONES

Lee cada una de las preguntas y selecciona una de las alternativas, la que sea más apropiada para ti, que corresponde a la respuesta que escogiste según sea tu caso. Marca con un aspa el número.

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

Si

No

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

1	2	3	4	5

3.-Dimensión estresores

Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

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

Con qué frecuencia te estresa:

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
1. La personalidad y el carácter de los docentes que me imparten clases.						
2. La forma de evaluación de mis docentes (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.).						
3. El nivel de exigencia de mis docentes.						
4. La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los docentes.						



4.- Dimensión síntomas (reacciones)

Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado?

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

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
2. Ansiedad, angustia o desesperación						
3. Problemas de concentración.						
4. Sentimiento de agresividad o aumento de Irritabilidad.						

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

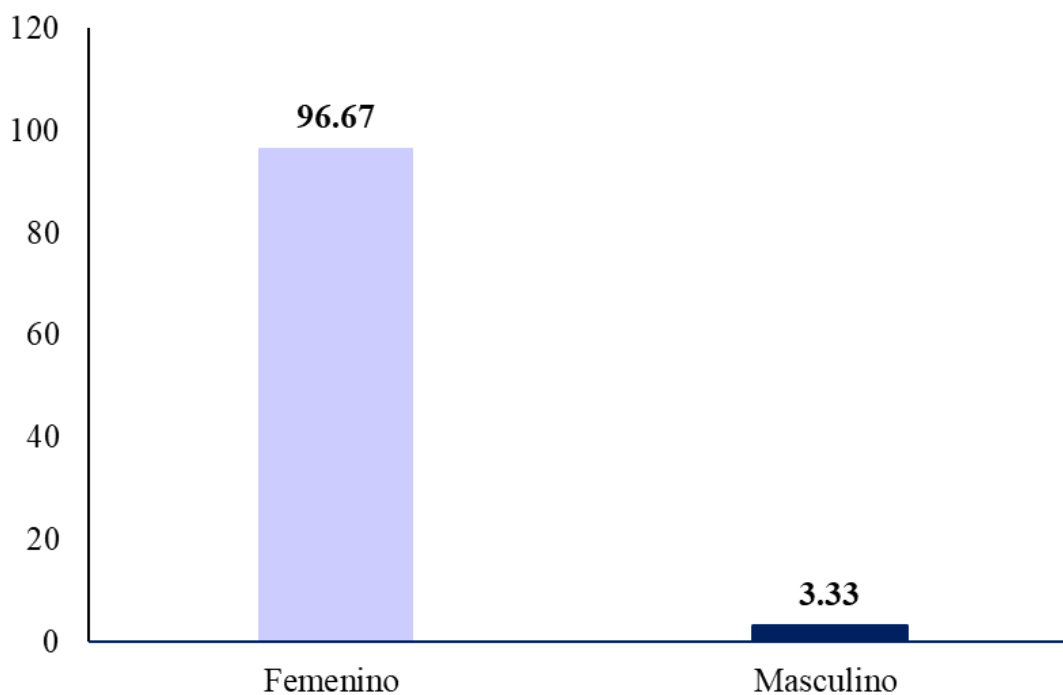
Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés?

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
2. Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.						
3. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
4. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné						
5. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						

ANEXO 5

Figura 7.

Sexo de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.



Nota: Base de datos de los cuestionarios

En el gráfico 7, el 96.67% (87) de la población estudiantil de la carrera de asistencia administrativa, perteneció al sexo femenino, por otro lado, el 3.33% (3) pertenecieron al sexo masculino.



ANEXO 6

Tabla 4.

Edades de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú Japón – Chachapoyas, 2023.

Edad	Frecuencia	Porcentaje
17	6	6,7
18	17	18,9
19	7	7,8
20	19	21,1
21	12	13,3
22	10	11,1
23	4	4,4
24	5	5,6
25	2	2,2
26	1	1,1
27	1	1,1
28	2	2,2
31	1	1,1
32	1	1,1
33	1	1,1
37	1	1,1
Total	90	100,0

Nota: Base de datos de los cuestionarios

En la tabla 1. podemos ver que 21.1% (19) pertenecieron a la edad de 20 años, así mismo el 18,9% (17) estuvieron en la edad de 18 años, por otro lado, el 13,3% (12) pertenecieron a 21 años, el 11,1% (10) pertenecieron a 22 años, el 7,8% (7) fueron de 19 años, el 6,7% (6) estuvieron en la edad de 17 años, así mismo el 5,6% (5) pertenecieron a 24 años, el 4,4% (4) a la edad de 23 años, el 2,2% (2) fueron de la edad de 25 años, el otro 2,2% (2) pertenecieron a la edad de 28 años, el 1,1% (1) fue de 26 años, el otro 1,1% (1) fue de 27 años, el otro 1,1% (1) fue de 31 años, así mismo el otro 1,1% (1) perteneció a la edad de 32 años, el 1,1% (1) a la edad de 33 años y finalmente el 1,1% (1) a la edad de 37 años



ANEXO 13

Solicitud de permiso para la ejecución del proyecto de tesis

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

SOLICITUD N.º 001/DIESTP" PJ" / SLI

A : Dr. Mario Yldfonso Torrejón Arellanos
DE : Francia Gianella Sanchez Loja
**BACHILLER EN PSICOLOGIA – UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO
RODRIGUEZ DE MENDOZA**
ASUNTO : Solicito autorización para ejecutar mi proyecto de tesis
ATENCIÓN : Mg. Jhamaly Avisac Gálvez Ramos

DIRECCION REGIONAL DE EDUCACIÓN PROFESIONAL
I.E.S.T.P. PÚBLICO "PERÚ JAPÓN"
TRÁMITE DOCUMENTARIO
RECIBIDO
24 AGO. 2023
Reg. N.º 3203, Folio(s) 03
Hora: 9:49, Firma: [Firma]

Yo Francia Gianella Sanchez Loja identificada con DNI 77218861, Bachiller en Psicología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, mediante la presente le saludo cordialmente y expongo:

Me encuentro realizando mi proyecto de tesis denominado: "*Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un Instituto Público de Chachapoyas, 2023*", para obtener el título profesional de Psicóloga, es por ello que solicito su autorización para recolectar información de 90 estudiantes del programa de estudio que pertenecen a la carrera de "Secretariado ejecutivo", teniendo en cuenta los horarios que considere correspondiente. Por lo expuesto, ruego a usted acceder a mi solicitud, por ser de urgencia.

*Adjunto resolución de aprobación del proyecto de tesis.

Chachapoyas, 24 de agosto del 2023

Atentamente,


Francia Gianella Sanchez loja

ANEXO 14

Fotos

