

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



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

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

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO  
EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN  
SUPERIOR, CHACHAPOYAS 2023**

**Autor: Bach. Jesús Aldair Guevara Leonardo**

**Asesores: Mg. Wilfredo Amaro Cáceres**

**Mg. Ps. Jhamaly Avisac Gálvez Ramos**

**Registro: (.....)**

**CHACHAPOYAS - PERÚ**

**2024**

## **DEDICATORIA**

A Dios, por ser el inspirador y darme fuerza para continuar en este proceso de mi formación académica.

A mis padres Reyes Guevara Saucedo y Sirle Angélica Leonardo Vásquez, por su amor, dedicación y apoyo en todos estos años que han sido clave en mi crecimiento personal y profesional.

A mi pareja Malena Marilú Vilchez Vilchez, por estar siempre apoyándome y motivándome para no rendirme.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco al Dr. Mario Yldefonso Torrejón Arellanos, por haberme permitido poder ejecutar mi proyecto de tesis en las instalaciones del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón.

A los estudiantes del programa de estudios de laboratorio clínico y anatomía patológica, por brindar su tiempo y espacio en el llenado de los cuestionarios de este estudio.

A mi asesor el Mg. Wilfredo Amaro Cáceres y coasesor la Mg. Ps. Jhamaly Avisac Gálvez Ramos, por haberme guiado con sus conocimientos y enseñanzas para seguir mejorando día a día.

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

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 Diaz

**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 de educación superior, Chachapoyas 2023; del egresado Jesús Aldair Guevara Leonado 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, 21 de marzo de 2024

  
Firma y nombre completo del Asesor  
Mg. Wilfredo Amaro Cáceres

## VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS



**UNTRM**

**REGLAMENTO GENERAL**  
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE  
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

### 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 de educación superior, Chachapoyas 2023 del egresado Jesús Aldair Guevara Leonardo de la Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Psicología de esta Casa Superior de Estudios.



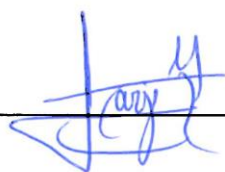
El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.

Chachapoyas, 21 de marzo de 2024

Firma y nombre completo del Asesor  
Mg. Ps. Jhamaly Anisac Gálvez Ramos

## **JURADO EVALUADOR DE LA TESIS**

(Resolución de decanato N° 083-2023-UNTRM-VRAC/FACISA)



**Mg. Carlos Alberto Farje Gallardo**

**Presidente**



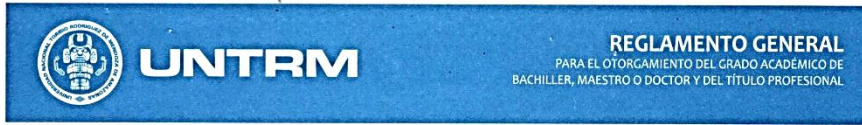
**Mg. Oscar Joel Oc Carrasco**

**Secretario**



**Mg. María del Carmen Rivas Coronel**

# 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 de educación superior, Chachapoyas 2023

presentada por el estudiante ( )/regresado (X) Jesús Aldair Guevara Leonardo  
de la Escuela Profesional de Psicología

con correo electrónico institucional 7196258372@untrm.edu.pe

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

- a) La citada Tesis tiene 19 % 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, 03 de Mayo del 2024

[Signature]  
SECRETARIO

[Signature]  
PRESIDENTE

[Signature]  
VOCAL

OBSERVACIONES:

.....  
.....



## REPORTE DE TURNITIN


### INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR, CHACHAPOYAS 2023

#### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>19%</b> INDICE DE SIMILITUD	<b>19%</b> FUENTES DE INTERNET	<b>5%</b> PUBLICACIONES	<b>4%</b> TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	--------------------------------------

#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<a href="https://repositorio.untrm.edu.pe">repositorio.untrm.edu.pe</a> Fuente de Internet	<b>5%</b>
<b>2</b>	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>3</b>	<a href="https://repositorio.unu.edu.pe">repositorio.unu.edu.pe</a> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>4</b>	Submitted to Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>5</b>	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>6</b>	Rasha Kadri Ibrahim, Saher Al Sabbah, Muhammed Al-Jarrah, John Senior, Jihad Ali Almomani, Amani Darwish, Faisal Albannay. "The Mediating Effect of Digital Literacy and Self-Regulation on the Relationship between Emotional Intelligence and Academic Stress	<b>1%</b>

  
Mg. Carlos Alberto Farje  
Gallardo

# ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL  
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE  
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

## ANEXO 3-S

### ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 22 de mayo del año 2024, siendo las 12:00 horas, el aspirante: Buvara Leonardo Jesús Aldair, asesorado por Mg. Wilfredo Amaro Cáceres y Ps. Jhamaly Auisac Galvez Ramos, defiende en sesión pública presencial () / a distancia ( ) la Tesis titulada: Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un Instituto de Educación Superior, Chachapoyas 2023, para obtener el Título Profesional de Psicólogo, a ser otorgado por la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:

Presidente: Mg. Carlos Alberto Farje Gallardo

Secretario: Mg. Oscar Joel De Carrasco

Vocal: Mg. María del Carmen Rivas Coronel

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 13:00 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.

SECRETARIO

VOCAL

PRESIDENTE

OBSERVACIONES:

## ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
AUTORIDADES DE LA UNTRM.....	iv
VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS .....	v
VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS .....	vi
JURADO EVALUADOR DE LA TESIS .....	vii
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS.....	viii
REPORTE DE TURNITIN .....	ix
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS.....	x
ÍNDICE DE CONTENIDO .....	xi
ÍNDICE DE TABLAS .....	xii
RESUMEN .....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
I. INTRODUCCIÓN .....	15
II. MATERIAL Y MÉTODOS.....	17
2.1. Diseño metodológico.....	17
2.2. Población muestra y muestreo.....	18
2.3. Variables de estudio .....	20
2.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	21
2.5. Procedimiento de recolección de datos .....	21
2.6. Análisis de datos.....	22
III. RESULTADOS.....	23
IV. DISCUSIÓN .....	26
V. CONCLUSIONES .....	28
VI. RECOMENDACIONES.....	29
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	30
ANEXOS .....	33

## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>Tabla 1.</b> Relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, 2023	22
<b>Tabla 2.</b> Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, 2023	23
<b>Tabla 3.</b> Niveles de estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, 2023	23
<b>Tabla 4.</b> Características generales de los estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, 2023	24

## RESUMEN

La indagación de enfoque cuantitativo, nivel correlacional, prospectivo no experimental, para determinar la relación de inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un Instituto de Educación Superior en Chachapoyas 2023, con una muestra de 81 estudiantes del programa de estudio de laboratorio clínico y anatomía patológica, elegidos mediante muestreo probabilístico aleatorio simple. Se emplearon los instrumentos BarOn Ice (confiabilidad: 0.93 y validez: 0.92) y SISCO SV (confiabilidad: 0.92 y validez: 0.55) para medir inteligencia emocional y estrés académico. Los resultados muestran una relación significativa para inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes, lo que denota que son variables dependientes ( $0.091 < 0.05$ ). Asimismo, del total de estudiantes el 51.9% evidencian inteligencia emocional en nivel promedio y el 82.7% demuestran estrés académico en nivel moderado. En conclusión; existe interacción para inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de nivel superior, lo que indicaría que la inteligencia emocional influye en el nivel de estrés de dichos estudiantes.

**Palabras claves:** estrés académico, inteligencia emocional, estrés.

## **ABSTRACT**

The investigation of quantitative approach, correlational level, prospective non-experimental, to determine the relationship of emotional intelligence and academic stress in students of a Higher Education Institute in Chachapoyas 2023, with a sample of 81 students of the clinical laboratory and anatomy study program pathological, chosen through simple random probabilistic sampling. The BarOn Ice (reliability: 0.93 and validity: 0.92) and SISCO SV (reliability: 0.92 and validity: 0.55) instruments were used to measure emotional intelligence and academic stress. The results show a significant relationship for emotional intelligence and academic stress in students, which denotes that they are dependent variables ( $0.091 < 0.05$ ). Likewise, of the total number of students, 51.9% demonstrate emotional intelligence at an average level and 82.7% demonstrate academic stress at a moderate level. In conclusion; there is an interaction for emotional intelligence and academic stress in higher level students, which would indicate that emotional intelligence influences the stress level of these students.

**Keywords:** academic stress, emotional intelligence, stress.

## I. INTRODUCCIÓN

El mundo actual es globalizado, con múltiples perspectivas en los diversos entornos de la vida humana. La fase de enseñanza-aprendizaje está sujeto a reformas que generan impactos rápidos y de largo plazo difíciles de prever. (Quiliano & Quiliano, 2020). En esta situación, la formación profesional es una experiencia de aprendizaje con frecuente estrés académico por escaso desarrollo de habilidades que fomenten la inteligencia emocional.

A raíz de lo mencionado anteriormente, se puede definir la inteligencia emocional (IE) como la habilidad de discernir y gestionar las emociones para potenciar el crecimiento personal y profesional. Además, Goleman (1996) sostiene que la inteligencia emocional beneficia al individuo en todas las áreas, incluidas las relaciones románticas, íntimas y en el éxito en el ámbito laboral. Ahora bien, en un estudio realizado por (The State of the Heart, 2018) a más de 200 000 personas en 160 países, revelaron las siguientes calificaciones; en el ámbito global se obtuvo un nivel de promedio de IE evidenciando una puntuación de 99.14. Así mismo, en los diversos continentes se evidenció las siguientes puntuaciones, en Asia Pacífico un 103.8, en África un 103.0, en América del norte un 101.9, en América latina un 101.5, en Oriente medio un 100.1 y en Europa un 99.7; todos ellos en un nivel promedio.

Por el lado, en una investigación realizada a nivel nacional por (Vallejos, 2022) hallaron que un 43.3% de los hombres muestran un nivel notablemente elevado, en contraste con el 22.0% de las mujeres que se sitúan en esta misma categoría. El 30% de los hombres, junto con el 26.8% de las mujeres, evidencian inteligencia emocional en nivel promedio. El 10.0% de los hombres y el 25.6% de las mujeres se encuentran en la categoría más baja de ese nivel. Es por ello que la IE es importante para el bienestar de los estudiantes al reducir el estrés académico y el agotamiento (Quiliano & Quiliano, 2020).

Autores afirman que las personas con alta inteligencia emocional son menos afectadas por el estrés, comprenden sus emociones y son conscientes de su impacto en los demás. Una elevada inteligencia emocional ayuda a afrontar el estrés y facilita el reconocimiento de emociones para tomar decisiones adecuadas en situaciones

difíciles. Las personas con alta inteligencia emocional pueden manejar mejor las situaciones estresantes.

Según (Moscoso & Barzallo, 2018) considera el estrés académico (EA) como una respuesta emocional de activación que puede variar en intensidad, y esta intensidad está relacionada con diversos factores psicosociales, como la personalidad del individuo; estos factores pueden ofrecer variadas formas de enfrentar el estrés y a menudo resultan en la necesidad de recurrir a sistemas de apoyo social específicos, preferiblemente. Haciendo énfasis en lo anterior mencionado, se calcula a nivel global que al menos el 25 % de los estudiantes están experimentando actualmente altos niveles de EA, siendo las carreras relacionadas con la salud las que muestran tasas más elevadas (Moscoso & Barzallo, 2018).

Por el contrario, en un estudio nacional realizado por (Cassaretto et al., 2021) a 1801 estudiantes de 6 ciudades del Perú, se evidencio que el 83% de estudiantes experimentaron EA durante el semestre, en niveles medio y medio alto. Cabe recalcar que, el EA es un asunto significativo que afecta a muchos y se ha demostrado que aspectos como el género, el interés por aprender y la mayoría de las prácticas relacionadas con la salud tienen un impacto predictivo en los niveles de EA.

El presente estudio investigó la relación para inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Publico Perú - Japón, puesto que el estrés experimentado por los estudiantes, es un tema muy interesante por sus efectos en el rendimiento, aprendizaje, salud y bienestar.



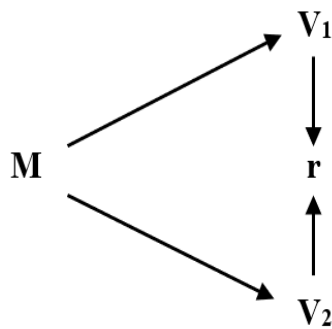
## II. MATERIAL Y MÉTODOS

### 2.1. Diseño metodológico

El presente estudio fue de enfoque cuantitativo ya que utilizó la recogida de datos con el fin de justificar la hipótesis basado en mediciones numéricas y análisis estadístico; de nivel correlacional ya que se delimitó la correspondencia existente para las variables en un contexto concreto (Hernández & Mendoza, 2018).

Además, la indagación fue no experimental, ya que no se manipuló las variables, midiéndose tal y como se encuentran en el ambiente. Prospectivo, porque los datos se tomaron de fuentes directas de manera natural y de corte transversal ya que se recopilaron los datos en una sola instancia (Hernández & Mendoza, 2018).

#### Diagrama:



#### Dónde:

M : Muestra (estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica)

V<sub>1</sub> : Inteligencia emocional

V<sub>2</sub> : Estrés académico

r : Relación de variables

## **2.2. Población muestra y muestreo**

### **2.2.1. Población**

La población estuvo encarnada por 103 estudiantes del programa de estudios de laboratorio clínico y anatomía patológica del IESTP<sup>1</sup> Perú - Japón del distrito y provincia de Chachapoyas.

#### **Indicadores de inclusión**

- Estudiantes matriculados en el periodo 2023 - I.
- Estudiantes con el consentimiento informado firmado.
- Estudiantes mayores de 18 años.
- Estudiantes que cursen regularmente el semestre 2023 - I.

#### **Indicadores de exclusión**

- Estudiantes no matriculados en el semestre 2023 - I.
- Estudiantes con el consentimiento informado no firmado.
- Estudiantes menores de 18 años.
- Estudiantes que no cursen regularmente el semestre 2023 - I.

### **2.2.2. Muestra**

La muestra fue extraída según la muestra de población finita, ya que este tipo de muestra proporciona una alta precisión y permite la generalización de los resultados de acuerdo con la probabilidad (Hernández & Mendoza, 2018). Por lo tanto, teniendo en cuenta la población, la muestra estuvo compuesta por 81 estudiantes, para lo cual se ejecutó esta fórmula:

$$n = \frac{k^2 * N * p * q}{e^2(N - 1) + k^2 * p * q}$$

---

<sup>1</sup> Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón



**Dónde:**

- N : población general
- K : grado de confianza
- e : error muestral
- p : estudiantes que presentan la característica de estudio.
- q : estudiantes que no presentan esa característica, es decir, es 1 - p.
- n : muestra

**Fórmula aplicada:**

$$N: 103 \quad k^2: 1.96 \quad e^2: 0.05 \quad q: 0.5 \quad p: 0.5$$

$$n = \frac{1.96^2 * 103 * 0.5 * 0.5}{0.05^2(103 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = 81$$

**2.2.3. Muestreo**

Se empleó el muestreo aleatorio probabilístico simple a, es decir, que todos los estudiantes de la población tienen el mismo porcentaje de ser elegidos (Hernández & Mendoza, 2018).

**2.3. Variables de estudio****2.3.1. Identificación de las variables**

Variable 1: Inteligencia emocional

Variable 2: Estrés académico

**2.3.2. Operacionalización de las variables**

Ver Anexo 03

## **2.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos**

### **2.4.1. Técnica**

Conforme (Hernández & Mendoza, 2018) el cuestionario, “consta en un grupo de interrogantes respecto a una o varias variables que se pretende valorar”.

### **2.4.2. Instrumento**

Con respecto a la variable 1; se empleó el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn-ICE, del autor Reuven Bar-On, de procedencia en Toronto, Canadá. Este instrumento fue baremado y estandarizado por (Ugarriza, 2001), la administración puede ser individual o grupal, toma alrededor de 30 - 40 minutos y se utiliza en personas de 16 años en adelante. Este inventario presenta cinco componentes y 15 subcomponentes. Además, cuenta con 133 ítems y cinco alternativas de respuestas de escala Likert (rara vez o nunca, pocas veces, a veces, muchas veces, con mucha frecuencia o siempre). Presenta una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.93 y una validez de prueba de Chi cuadrado de 0.92.

Con la variable 2; se empleó el Inventario SISCO del Estrés Académico del autor Arturo Barraza, de procedencia en México, Canadá. Este instrumento fue baremado y estandarizado por (Alania et al., 2020), la aplicación puede ser de forma grupal o individual, toma alrededor de 20 - 25 minutos y se utiliza en personas de 16 años en adelante. El inventario presenta 3 dimensiones; además, presenta seis elecciones de respuestas de escala Likert (nunca, casi nunca, raras veces, algunas veces, casi siempre, siempre). Presenta una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.92 y una validez de correlación  $r$  de Pearson de 0.55.

## **2.5. Procedimiento de recolección de datos**

La información se recogió siguiendo estos pasos:

1. Se emitió una solicitud a decanato de ciencias de la salud, solicitando permiso para la suministración de los instrumentos en el IESTP Perú - Japón.
2. Se obtuvo la autorización del director para investigar y acceder a las instalaciones.

3. Los estudiantes fueron informados sobre el propósito del estudio.
4. Los estudiantes dieron su consentimiento para rellenar los cuestionarios.
5. Los estudiantes fueron informados sobre cómo completar los cuestionarios con precisión.
6. La aplicación fue grupal y tuvo un tiempo de duración de una hora por cada ciclo.
7. Por último, se recopiló y registró la información para su análisis futuro.

## **2.6. Análisis de datos**

El contenido recogido fue analizado por medio de un proceso estadístico, en el cual se usó el programa Excel 2016 para ordenar los datos obtenidos, y también el programa estadístico SPSS (V. 27) el cual permite distribuir las frecuencias absolutas y porcentuales de los resultados. El análisis estadístico a realizar fue el análisis inferencial, el cual se realizó mediante prueba estadística de chi cuadrado para delimitar la interacción de variables teniendo en cuenta una confianza de 95% y nivel de significancia de 0.05. Los resultados fueron demostrados en tablas simples y contingencia.

### III. RESULTADOS

**Tabla 1**

*Relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, 2023.*

Estrés académico	Inteligencia emocional										Total	
	Muy alto		Alto		Promedio		Bajo		Muy bajo			
	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%	<i>fi</i>	%
<b>Leve</b>	0	0	0	0	8	10	1	1	1	1	10	12
<b>Moderado</b>	0	0	0	0	34	42	21	26	12	15	67	83
<b>Fuerte</b>	0	0	0	0	0	0	3	4	1	1	4	5
<b>Total</b>	0	0	0	0	42	52	25	31	14	17	81	100

*Fuente:* Elaboración propia.

$$Chi \text{ cuadrado} = 8.018, gl = 4, p = 0.091 < 0.05$$

En la tabla 1, con respecto a la interacción entre las variables del 100% (81) de los jóvenes encuestados de laboratorio clínico y anatomía patológica, mostraron que el 10% (8) denota inteligencia emocional promedio con un nivel de estrés académico leve; por otro lado, el 1% (1) demuestran inteligencia emocional en niveles bajos con estrés académico leve, de igual forma para el nivel muy bajo. Asimismo, el 42% (34) de estudiantes demuestran inteligencia emocional en nivel promedio conjuntamente con estrés académico en nivel moderado; también el 26% (21) de estudiantes evidencian inteligencia emocional en nivel bajo con relación a un nivel de estrés académico moderado; además, el 15% (12) denota inteligencia emocional muy baja con estrés académico en nivel moderado. De igual manera el 4% (3) de estudiantes evidenciaron inteligencia emocional en nivel muy bajo con respecto a un nivel de estrés académico fuerte; del mismo modo, el 1% (1) de individuos presentan inteligencia emocional en nivel muy bajo con relación a estrés académico en nivel fuerte.

Los números recabados de la prueba de chi cuadrado afirman una significativa relación ( $p < 0.05$ ) entre las variables. Se encontró que los estudiantes de laboratorio

clínico y anatomía patológica con un nivel de inteligencia emocional promedio mostraron estrés académico en niveles moderados.

**Tabla 2**

*Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, 2023.*

<b>Nivel de inteligencia emocional</b>	<i>fi</i>	<b>%</b>
<b>Promedio</b>	42	51.9
<b>Bajo</b>	25	30.9
<b>Muy bajo</b>	14	17.3
<b>Total</b>	81	100

*Fuente:* Base de datos del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE.

En la tabla 2, se observa que al analizar la primera variable de forma estadística un 51.9% (42) de los jóvenes evaluados presentan un nivel promedio de inteligencia emocional, el 30.9% (25) un nivel bajo y el 17.3% (14) un nivel muy bajo. En síntesis, la mayor proporción de estudiantes evidencian inteligencia emocional en nivel promedio.

**Tabla 3**

*Niveles de estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, 2023.*

<b>Nivel de estrés académico</b>	<i>fi</i>	<b>%</b>
<b>Leve</b>	10	12.3
<b>Moderado</b>	67	82.7
<b>Fuerte</b>	4	4.9
<b>Total</b>	81	100

*Fuente:* Base de datos del Inventario de Estrés Académico SISCO SV.

En la tabla 3, se visualiza que al analizar la segunda variable de forma estadística un 12.3% (10) de los individuos evaluados presentan estrés académico en un nivel leve, el 82.7% (67) un nivel moderado y el 4.9% (4) un nivel fuerte. En resumen, la mayor proporción de evaluados obtuvieron estrés académico en nivel moderado.



**Tabla 4**

*Características generales de los estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, 2023.*

<b>Sexo</b>	<b><i>f<sub>i</sub></i></b>	<b>%</b>
<b>Masculino</b>	20	25
<b>Femenino</b>	61	75
<b>Total</b>	81	100
<b>Edad</b>	<b><i>f<sub>i</sub></i></b>	<b>%</b>
<b>18 - 20</b>	37	46
<b>21 - 25</b>	32	39
<b>26 - 30</b>	8	10
<b>31 - 35</b>	4	5
<b>Total</b>	81	100
<b>Ciclo</b>	<b><i>f<sub>i</sub></i></b>	<b>%</b>
<b>I</b>	26	32
<b>III</b>	28	35
<b>V</b>	27	33
<b>Total</b>	81	100

*Fuente:* Elaboración propia.

En la tabla 4, se visualiza que del 100% (81) de la muestra, el 25% (20) es de sexo masculino y el 75% (61) de sexo femenino. Asimismo, con respecto a los intervalos de las edades, el 46% (37) de los estudiantes presentan la edad entre 18 - 20, el 39% (32) entre 21 - 25, el 10% (8) entre 26 - 30 y el 5% (4) entre 31 - 35. Conforme a la distribución por ciclos, el I ciclo posee 26 estudiantes lo que simboliza un 32%, el III ciclo posee 28 estudiantes semejante al 35% y el V ciclo posee 27 estudiantes con género al 33%, contabilizando así con un absoluto de 81 estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica que contribuyeron en el estudio.

#### IV. DISCUSIÓN

Con respecto a la interacción entre las variables, por medio de la prueba de Chi cuadrado se verificó que existe un nexo estadísticamente significativo ( $0.091 < 0.05$ ) entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica del IESTP Perú - Japón; por tanto, se refuta la hipótesis nula y se afirma la alternativa, es decir ambas variables dependen una de otra. Además, se demostró que, a incrementada inteligencia emocional, menor estrés académico en los estudiantes y viceversa. En un estudio similar, según (Muhnia et al., 2019) en Indonesia, demostraron una conexión significativamente estadística ( $p = 0.036$ ) para niveles de estrés e inteligencia emocional, dicho con otras palabras, a alta inteligencia emocional menos nivel de estrés.

Al respecto del hallazgo mencionado anteriormente, análogos resultados identificaron (Stankovska et al., 2018) en su estudio realizado en Bulgaria, mostraron una correlación ( $p = 0,032$ ) para estrés académico e inteligencia emocional. En otras palabras, ambos factores están relacionados entre sí, esto también es mencionado por (Subramanyam & Rao, 2022) que afirman la existencia de un vínculo representativo ( $p = 7,12$ ) entre las variables antes mencionadas, lo que indica que el estrés académico tiene un impacto significativo en la inteligencia emocional.

En un estudio hecho en Perú, por (Palomino, 2022) sus resultados demostraron una ligación muy significativa ( $p = 0.865$ ) para las variables, en otras palabras, que a elevada inteligencia emocional disminuido estrés académico y viceversa. Asimismo, (Ocoruro, 2021) en sus resultados pudo evidenciar que existe una vinculación ( $p = 0.644$ ) entre variables, es decir, cuanto más desarrollada la inteligencia emocional del estudiante, mejor su aptitud para manejar sus emociones. Sin embargo, para (Quiliano & Quiliano, 2020) en su estudio demostraron que no existe conexión para los indicadores inteligencia emocional y estrés académico sobre estudiantes.

En otros resultados obtenidos, al evaluar inteligencia emocional por niveles en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, se demostró que el 51.9% de los evaluados denotan un nivel promedio, el 30.9% en nivel bajo y un 17.3% en nivel muy bajo. Haciendo similitud a los resultados antes mencionados, (Riveros, 2022) en

sus resultados evidencia que para el indicador de inteligencia emocional el 0.8% fue alto, el 29.4% medianamente alta, el 64.7% moderada, el 4.2% baja y 0.8% muy baja.

Por otro lado, al identificar el estrés académico por niveles en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, se corroboró que el 12.3% de los evaluados presentan en un nivel leve, el 82.7% en nivel moderado y un 4,9% en nivel fuerte. Según lo encontrado (Riveros, 2022) demostró en sus resultados de la variable estrés del estudio es un 24.4% leve, 66.4% moderado y 9.2% severo. Un dato relevante según (El dahshan et al., 2020) en su indagación realizada en Egipto, mostraron que 73.4% de los estudiantes experimentan estrés moderado o alto, a pesar de la inteligencia emocional media y alta.

Teniendo en cuenta los resultados de la indagación y contrastando con las investigaciones revisadas, es ameno notar que, en la actualidad, la inteligencia emocional toma un rol de suma relevancia en la vida de cada persona, ya que esta influye en el quehacer diario de esta. Además, al potenciarla nos permitirá tener control de nuestras emociones y como consecuencia presentar bajo estrés académico.

## V. CONCLUSIONES

- Según el resultado de correlación se determinó que existe relación estadísticamente significativa con un valor  $p= 0.091 < 0.05$  entre las variables inteligencia emocional y estrés académico, es decir, que ambas variables son dependientes.
- El nivel sobresaliente de inteligencia emocional en los estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, es promedio.
- El nivel de estrés académico sobresaliente en los evaluados de laboratorio clínico y anatomía patológica, IESTP Perú - Japón, es de nivel moderado.
- Con respecto al sexo, el 25% (20) masculino y el 75% (61) femenino. Teniendo en cuenta las edades, el 46% (37) se encuentran entre 18 - 20, el 39% (32) entre 21 - 25, el 10% (8) entre 26 - 30 y el 5% (4) entre 31 - 35. En cuanto a los ciclos, el I ciclo posee 26 estudiantes lo que simboliza un 32%, el III ciclo posee 28 estudiantes igual al 35% y el V ciclo posee 27 estudiantes semejante al 33%

## **VI. RECOMENDACIONES**

Según el estudio, se sugieren mejoras:

### **Minsa**

- Mejorar los servicios de psicología para la atención de los jóvenes que padezcan de estrés y niveles bajos de inteligencia emocional a nivel nacional.

### **Minedu**

- Generar reformas educativas de prevención sobre estrés académico e inteligencia emocional, promoviendo el bienestar socioemocional de los estudiantes a nivel nacional.

### **Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas**

- Se sugiere incorporar un curso-taller de inteligencia emocional en todas las carreras, para que los estudiantes aprendan a gestionar sus emociones.

### **Facultad de Ciencias de la Salud**

- Realizar programas preventivos sobre estrés académico e inteligencia emocional en diversos aspectos, brindando estrategias y alternativas de mejora.

### **Al Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón.**

- Brindar charlas sobre métodos de estudio y técnicas de inteligencia emocional para reducir el estrés académico en estudiantes, padres y tutores.
- Generar entornos propicios para la comunicación entre docentes y estudiantes, promoviendo confianza y reduciendo conductas inapropiadas.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alania, R.; Chanca, A.; Condori, M.; Fabián, E.; Rafaele, M.; Ortega, D.; Roque, D.; Villavicencio, A. & Zorrilla, A. (2021). Baremación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto de COVID-19 en una población universitaria peruana. *Socialium*, 5 (1), 242 - 260. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2021.5.1.814>
- Alania, R., Llancari, R., Rafaele, M., & Ortega, D. (2020). Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4 (2), 111 - 130. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27 (2), e482. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- El dahshan, M., Elshall, S., El-Kholy, S., & Dorgham, L. (2020). Relación entre Inteligencia Emocional, Estrés y Estrategias de Afrontamiento para Estudiantes de Enfermería. *Journal of Educational Research and Reviews*, 8 (4), 45 - 56. [https://doi.org/10.33495/jerr\\_v8i4.20.135](https://doi.org/10.33495/jerr_v8i4.20.135)
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Kairos.
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill Education.
- Moscoso, C., & Barzallo, J. (2018). Estudio transversal: Prevalencia del estrés académico en estudiantes de medicina, asociado al rendimiento académico, Universidad de Cuenca, Cuenca - Ecuador, 2015. *Revista Médica HJCA*, 10(2), 88 - 92. <http://dx.doi.org/10.14410/2018.10.2.ao.13>
- Muhnia, M., Isnah, W., & Hapsah, H. (2019). Relación entre la inteligencia emocional y el nivel de estrés del estudiante de primer año en el programa de estudio de enfermería Facultad de Medicina de la Universidad Hasanuddin. *Revista de*

*enfermería contemporánea de Indonesia*, 2 (2).  
<https://doi.org/10.20956/icon.v2i2.7675>

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 Grado, Universidad Autónoma de Ica].  
<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/885>

Palomino, B. (2022). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de una universidad de Lima, 2021*. [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo].  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/81986>

Quiliano, M., & Quiliano, M. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Ciencia y Enfermería*, 26 (3).  
<https://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532020000100203>

Riveros, M. (2022). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de obstetricia de una Universidad Privada de Huancayo - 2021*. [Tesis de Grado, Universidad Peruana Los Andes]. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/3682>

Stankovska, G., Dimitrovski, D., Angelkoska, S., Ibraimi, Z., & Uka, V. (2018). Inteligencia emocional, ansiedad ante los exámenes y estrés académico en estudiantes universitarios. *BCES Conference Books*, 16, 157 - 164.  
<https://eric.ed.gov/?id=ED586176>

Subramanyam, K., & Rao, V. (2022). Inteligencia emocional entre estudiantes universitarios: El papel del estrés académico y la confianza en uno mismo. *Journal of Psychology And Psychiatry Research*, 1 (1), 1 - 5.  
<https://manuscriptscientific.com/article/12/journal-of-psychology-and-psychiatry-research/26/1>

The State of the Heart. (2018). *Global trends in emotional intelligence*. Sixseconds.

Ugarriza, N. (2001). *Adaptación y estandarización del inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE - JA en jóvenes y adultos: Muestra de Lima Metropolitana*. Manual Técnico.

- Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*, 4, 129 - 160.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118178005>
- Vallejos, C. (2022). Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Pública Peruana. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 22 (3), 556 - 563.  
<https://doi.org/10.25176/RFMH.v22i3.5015>



# ANEXOS

## Anexo 01

### AUTORIZACIÓN DE PARA EJECUCIÓN DE INVESTIGACIÓN



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

#### SOLICITUD N°001/DIESTP "PJ"/JAGL

A : Dr. Mario Yldefonso Torrejón Arellanos  
DIRECTOR DEL IESTP "PERÚ - JAPÓN"

DE : Jesús Aldair Guevara leonardo  
INTERNO DE PSICOLOGÍA - UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO  
RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS.

ASUNTO : Solicito autorización para ejecutar mi proyecto de tesis

ATENCIÓN : Ps. Jhamaly Avisac Gálvez Ramos



Yo Jesús Aldair Guevara Leonardo identificado con DNI N° 71962583, Interno de XII ciclo de la Escuela Profesional de 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 titulado: "Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de un instituto de educación superior, Chachapoyas 2023", para obtener el título profesional de Licenciado en Psicología, es por ello que solicito su autorización para recolectar información de 81 estudiantes del programa de estudios "Laboratorio clínico y anatomía patológica", teniendo en cuenta los horarios que considere correspondientes. Por lo expuesto, ruego a usted acceder a mi solicitud, por ser de urgencia.

\*Adjunto resolución de aprobación del proyecto de tesis.



Chachapoyas, 08 de mayo del 2023

Atentamente,

Jesús Aldair Guevara Leonardo

DNI: 71962583

## Anexo 02

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

**Título:** Inteligencia emocional y estrés académico de estudiantes de un instituto de educación superior, Chachapoyas 2023.

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Marco Metodológico
¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón de Chachapoyas 2023?	<p><b>Objetivo general</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón de Chachapoyas 2023.</li> </ul> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón de Chachapoyas 2023.</li> <li>• Identificar el nivel de estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón de Chachapoyas 2023.</li> <li>• Caracterizar a la población objeto de estudio según las características sexo, edad y ciclo en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón de Chachapoyas 2023.</li> </ul>	<p><b>Hi:</b> Existen relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón de Chachapoyas 2023.</p> <p><b>Ho:</b> No existen relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de laboratorio clínico y anatomía patológica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón de Chachapoyas 2023.</p>	<p><b>V<sub>1</sub>:</b> Inteligencia emocional</p> <p><b>V<sub>2</sub>:</b> Estrés académico</p>	<p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Nivel:</b> Correlacional</p> <p><b>Tipo:</b> Prospectivo y Transversal</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental correlacional</p> <p><b>Muestra:</b> 81 estudiantes del programa de estudio de laboratorio clínico y anatomía patológica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú - Japón</p> <p><b>Instrumentos:</b> Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE Inventario de Estrés Académico SISCO SV</p> <p><b>Análisis:</b> Estadístico descriptivo</p>

### Anexo 03

#### OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variables	Dimensiones	Subdimensiones	Ítems	Categoría	Escala
<b>Variable 1: Inteligencia emocional</b>	Intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismo	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muy alto</li> <li>• Alto</li> <li>• Promedio</li> <li>• Bajo</li> <li>• Muy bajo</li> </ul>	<b>Variable:</b> Ordinal  <b>Ítems:</b> Escala tipo Likert
		Asertividad	7		
		Autoconcepto	9		
		Autorrealización	9		
		Independencia	7		
	Interpersonal	Empatía	8		
		Relaciones interpersonales	11		
		Responsabilidad social	10		
	Adaptabilidad	Solución de problemas	8		
		Prueba de la realidad	10		
		Flexibilidad	8		
	Manejo de estrés	Tolerancia al estrés	9		
		Control de los impulsos	10		
	Estado de ánimo en general	Felicidad	9		
Optimismo		8			

---

<b>Variable 2: Estrés académico</b>	Estresores	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Competencia con los compañeros.</li> <li>• Responsabilidad personal.</li> <li>• Sobrecarga de tareas y trabajos académicos.</li> <li>• Personalidad y el carácter del docente.</li> <li>• Evaluación de los docentes.</li> <li>• Participación en clase.</li> <li>• Tiempo limitado para hacer el trabajo.</li> </ul>	15		<b>Variable:</b> Ordinal  <b>Ítems:</b> Escala tipo Likert
	Síntomas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Físicos.</li> <li>• Psicológicos.</li> <li>• Comportamentales.</li> </ul>	15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leve</li> <li>• Moderado</li> <li>• Fuerte</li> </ul>	
	Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidad asertiva.</li> <li>• Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.</li> <li>• Tomar la situación con sentido del humor.</li> <li>• Elogios a sí mismo.</li> <li>• Distracción evasiva.</li> <li>• La religiosidad.</li> <li>• Búsqueda de información sobre la situación.</li> <li>• Ventilación y confidencias.</li> </ul>	17		

---

## Anexo 04

### Ficha Técnica del Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE

---

Ficha Técnica	
<b>Nombre original</b>	EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory
<b>Nombre en español</b>	Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn Ice
<b>Autor</b>	Reuven Bar-On
<b>Procedencia</b>	Toronto - Canadá
<b>Adaptación peruana</b>	Nelly Ugarriza Chávez (2001)
<b>Administración</b>	Individual y colectiva
<b>Duración</b>	Aproximadamente de 30 a 40 minutos
<b>Aplicación</b>	Sujetos de 16 años a más
<b>Puntuación</b>	Calificación manual o computarizada
<b>Significación</b>	Estructural factorial: 1 CE-T - 5 factores componentes y 15 subcomponentes.
<b>Tipificación</b>	Baremos peruanos
<b>Usos</b>	Educacional, clínico, jurídico, médico, laboral y en la investigación.
<b>Descripción</b>	Este inventario mide la inteligencia emocional y social, presenta cinco componentes, componente intrapersonal (CIA), componente interpersonal (CIE), componente de adaptabilidad (CAD), componente de manejo de estrés (CME) y componente del estado de ánimo general (CAG). Así mismo también presenta 15 subcomponentes. Cuenta con 133 ítems, cinco alternativas de respuestas, (1) rara vez o nunca es mi caso, (2) pocas veces es mi caso, (3) a veces es mi caso, (4) muchas veces es mi caso, (5) con mucha frecuencia o siempre es mi caso, escala de tipo Likert.
<b>Confiabilidad</b>	Se realizó mediante el coeficiente de alfa de Cronbach de 0.93.
<b>Validez</b>	Se realizó mediante la prueba de Chi cuadrado de 0.92.
<b>Calificación</b>	Muy baja: 69 y menos Baja: 70 a 85 Promedio: 86 a 114 Alta: 115 a 129 Marcadamente alta: 130 y más

---

## Anexo 05

### Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Ciclo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

#### Introducción

---

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

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

#### Instrucciones

---

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

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

1.	Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.	1	2	3	4	5
2.	Es duro para mí disfrutar de la vida.	1	2	3	4	5
3.	Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5
4.	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.	1	2	3	4	5
5.	Me agradan las personas que conozco.	1	2	3	4	5
6.	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.	1	2	3	4	5
7.	Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).	1	2	3	4	5
9.	Reconozco con facilidad mis emociones.	1	2	3	4	5
10.	Soy incapaz de demostrar afecto.	1	2	3	4	5
11.	Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones.	1	2	3	4	5
12.	Tengo la sensación de que algo no está bien en mi cabeza.	1	2	3	4	5
13.	Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.	1	2	3	4	5
14.	Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.	1	2	3	4	5
15.	Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.	1	2	3	4	5
16.	Me gusta ayudar a la gente.	1	2	3	4	5
17.	Me es difícil sonreír.	1	2	3	4	5
18.	Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.	1	2	3	4	5
19.	Cuando trabajo con otros tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.	1	2	3	4	5
20.	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.	1	2	3	4	5
21.	Realmente no sé para que soy bueno(a).	1	2	3	4	5
22.	No soy capaz de expresar mis ideas.	1	2	3	4	5
23.	Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.	1	2	3	4	5
24.	No tengo confianza en mí mismo(a).	1	2	3	4	5
25.	Creo que he perdido la cabeza.	1	2	3	4	5
26.	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.	1	2	3	4	5
27.	Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.	1	2	3	4	5
28.	En general, me resulta difícil adaptarme.	1	2	3	4	5
29.	Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.	1	2	3	4	5
30.	No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.	1	2	3	4	5
31.	Soy una persona bastante alegre y optimista.	1	2	3	4	5
32.	Prefiero que otros tomen decisiones por mí.	1	2	3	4	5

33.	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.	1	2	3	4	5
34.	Pienso bien de las personas.	1	2	3	4	5
35.	Me es difícil entender cómo me siento.	1	2	3	4	5
36.	He logrado muy poco en los últimos años.	1	2	3	4	5
37.	Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.	1	2	3	4	5
38.	He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.	1	2	3	4	5
39.	Me resulta fácil hacer amigos(as).	1	2	3	4	5
40.	Me tengo mucho respeto.	1	2	3	4	5
41.	Hago cosas muy raras.	1	2	3	4	5
42.	Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.	1	2	3	4	5
43.	Me resulta difícil cambiar de opinión.	1	2	3	4	5
44.	Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.	1	2	3	4	5
45.	Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.	1	2	3	4	5
46.	A la gente le resulta difícil confiar en mí.	1	2	3	4	5
47.	Estoy contento(a) con mi vida.	1	2	3	4	5
48.	Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).	1	2	3	4	5
49.	No puedo soportar el estrés.	1	2	3	4	5
50.	En mi vida no hago nada malo.	1	2	3	4	5
51.	No disfruto lo que hago.	1	2	3	4	5
52.	Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4	5
53.	La gente no comprende mi manera de pensar.	1	2	3	4	5
54.	Generalmente espero lo mejor.	1	2	3	4	5
55.	Mis amigos me confían sus intimidades.	1	2	3	4	5
56.	No me siento bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5
57.	Percibo cosas extrañas que los demás no ven.	1	2	3	4	5
58.	La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.	1	2	3	4	5
59.	Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.	1	2	3	4	5
60.	Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.	1	2	3	4	5
61.	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.	1	2	3	4	5
62.	Soy una persona divertida.	1	2	3	4	5
63.	Soy consciente de cómo me siento.	1	2	3	4	5
64.	Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.	1	2	3	4	5
65.	Nada me perturba.	1	2	3	4	5
66.	No me entusiasman mucho mis intereses.	1	2	3	4	5
67.	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.	1	2	3	4	5



68.	Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.	1	2	3	4	5
69.	Me es difícil llevarme con los demás.	1	2	3	4	5
70.	Me resulta difícil aceptarme tal como soy.	1	2	3	4	5
71.	Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.	1	2	3	4	5
72.	Me importa lo que puede sucederle a los demás.	1	2	3	4	5
73.	Soy impaciente.	1	2	3	4	5
74.	Puedo cambiar mis viejas costumbres.	1	2	3	4	5
75.	Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.	1	2	3	4	5
76.	Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.	1	2	3	4	5
77.	Me deprimó.	1	2	3	4	5
78.	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.	1	2	3	4	5
79.	Nunca he mentado.	1	2	3	4	5
80.	En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.	1	2	3	4	5
81.	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.	1	2	3	4	5
82.	Me resulta difícil decir “no” aunque tenga el deseo de hacerlo.	1	2	3	4	5
83.	Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.	1	2	3	4	5
84.	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.	1	2	3	4	5
85.	Me siento feliz con el tipo de persona que soy	1	2	3	4	5
86.	Tengo reacciones fuertes, intensas, que son difíciles de controlar.	1	2	3	4	5
87.	En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.	1	2	3	4	5
88.	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).	1	2	3	4	5
89.	Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.	1	2	3	4	5
90.	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4	5
91.	No estoy muy contento(a) con mi vida.	1	2	3	4	5
92.	Prefiero seguir a otros a ser líder.	1	2	3	4	5
93.	Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.	1	2	3	4	5
94.	Nunca he violado la ley.	1	2	3	4	5
95.	Disfruto de las cosas que me interesan.	1	2	3	4	5
96.	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.	1	2	3	4	5
97.	Tiendo a exagerar.	1	2	3	4	5

98.	Soy sensible ante los sentimientos de las otras personas.	1	2	3	4	5
99.	Mantengo buenas relaciones con los demás.	1	2	3	4	5
100.	Estoy contento(a) con mi cuerpo	1	2	3	4	5
101.	Soy una persona muy extraña.	1	2	3	4	5
102.	Soy impulsivo(a).	1	2	3	4	5
103.	Me resulta difícil cambiar mis costumbres.	1	2	3	4	5
104.	Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.	1	2	3	4	5
105.	Disfruto las vacaciones y los fines de semana.	1	2	3	4	5
106.	En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.	1	2	3	4	5
107.	Tengo tendencia a depender de otros.	1	2	3	4	5
108.	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles	1	2	3	4	5
109.	No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.	1	2	3	4	5
110.	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.	1	2	3	4	5
111.	Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.	1	2	3	4	5
112.	Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.	1	2	3	4	5
113.	Los demás opinan que soy una persona sociable.	1	2	3	4	5
114.	Estoy contento(a) con la forma en que me veo.	1	2	3	4	5
115.	Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.	1	2	3	4	5
116.	Me es difícil describir lo que siento.	1	2	3	4	5
117.	Tengo mal carácter.	1	2	3	4	5
118.	Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema.	1	2	3	4	5
119.	Me es difícil ver sufrir a la gente.	1	2	3	4	5
120.	Me gusta divertirme.	1	2	3	4	5
121.	Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.	1	2	3	4	5
122.	Me pongo ansioso(a).	1	2	3	4	5
123.	No tengo días malos.	1	2	3	4	5
124.	Intento no herir los sentimientos de los demás.	1	2	3	4	5
125.	No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.	1	2	3	4	5
126.	Me es difícil hacer valer mis derechos.	1	2	3	4	5
127.	Me es difícil ser realista.	1	2	3	4	5
128.	No mantengo relación con mis amistades.	1	2	3	4	5
129.	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5
130.	Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.	1	2	3	4	5
131.	Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.	1	2	3	4	5

132.	En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación de que voy a fracasar.	1	2	3	4	5
133.	He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.	1	2	3	4	5

## Anexo 06

### Ficha Técnica del Inventario de Estrés Académico SISCO SV

---

Ficha Técnica	
<b>Nombre original</b>	Inventario SISCO del Estrés Académico
<b>Autor</b>	Arturo Barraza Macias
<b>Procedencia</b>	México
<b>Adaptación peruana</b>	Alania, Llancari, Rafaele y Révolo (2020)
<b>Administración</b>	Individual y colectiva
<b>Duración</b>	Aproximadamente de 20 a 25 minutos
<b>Aplicación</b>	Individuos de 16 años a más
<b>Puntuación</b>	Calificación manual
<b>Significación</b>	Estructural factorial: 3 dimensiones
<b>Tipificación</b>	Baremos peruanos
<b>Usos</b>	Organizacional, clínico, educativo, etc.
<b>Descripción</b>	<p>Este inventario está conformado por 47 ítems, dentro de ello presenta 3 dimensiones, dimensión estresores conformada por 15 ítems, dimensión síntomas conformada por 15 ítems, dimensión estrategias de afrontamiento conformada por 17 ítems, también presenta seis opciones de respuestas de escala tipo Likert, que son los siguientes: Nunca (0), casi nunca (1), raras veces (2), algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5).</p>
<b>Confiabilidad</b>	Se realizó mediante el coeficiente de alfa de Cronbach de 0.92.
<b>Validez</b>	Se realizó mediante el constructo de coeficiente de correlación r de Pearson de 0.55.
<b>Calificación</b>	Leve: 0 - 78 Moderado: 79 - 157 Fuerte: 158 - 235

---

## Anexo 07

### Inventario de Estrés Académico SISCO SV

*Adaptado por Alania, Llancari, Rafaele y Révolo 2020, tomado de Barraza, 2018*

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Ciclo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

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

Si

No

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

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

1	2	3	4	5

3. Dimensión Estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

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

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

¿Con qué frecuencia te estresas?

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

4. Dimensión síntomas (reacciones)

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

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

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).						
2. Fatiga crónica (cansancio permanente).						
3. Dolores de cabeza o migrañas.						
4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.						
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.						
10. Dificultades para concentrarse.						
11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						
12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear.						
13. Aislamiento de los demás.						
14. Desgano para realizar las labores académicas.						
15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.						

5. Dimensión estrategias de afrontamiento

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

Con frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).						
2. Escuchar música o distraerme viendo televisión adecuadamente.						
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						
4. Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa.						
5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).						
6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.						
7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.						
8. Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa).						
9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						
10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante.						
11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné.						
13. Hacer ejercicio físico.						
14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						
16. Navegar en internet adecuadamente.						
17. Jugar videojuegos con responsabilidad.						





## Anexo 08

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, ..... identificado con DNI ....., declaro que acepto participar en el estudio denominado: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR, CHACHAPOYAS 2023, el cual viene siendo ejecutado por el Int. Ps. Jesús Aldair Guevara Leonardo, considerando que se tendrá el cuidado del caso con mi confidencialidad y protección de mis datos, pudiendo retirar mi consentimiento en caso el investigador como el asesor utilizan la información brindada por mi persona para otros fines. Sé que de tener dudas de mi participación podré aclararlos con el investigador.

Chachapoyas, ..... del 2023

---

Firma del Investigador

---

Firma del Participante