



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en
estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. "Santísima Niña María"

- Tacna, 2025

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

PRESENTADO POR

Gutierrez Flores, Lesly Rosario

<https://orcid.org/0009-0002-1761-7106>

**TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

ASESOR

Mg. Acharte Champi, Walter Jesús

<https://orcid.org/0000-0001-6598-7801>

Chincha, Perú, 2025

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Chincha, 11 de Octubre del 2025

Mg. Jose Yomil Perez Gomez
Decano de la Facultad de salud
Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarla e informar que la, Bach. GUTIERREZ FLORES, LESLY ROSARIO, de la Facultad de salud, del programa Académico de PSICOLOGÍA, ha cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE TESIS

TESIS

TITULADO:

“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. “SANTÍSIMA NIÑA MARÍA” - TACNA, 2025.”

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento correspondiente para solicitar la emisión de la resolución para la designación de Jurado, fecha y hora de sustentación de la Tesis para la obtención del Título Profesional.

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



Firmado digitalmente por:
ACHARTE CHAMPI WALTER
JESUS FIR 45549528 hard
Intitvo: Soy el autor del
documento
Fecha: 11/10/2025 01:32:39-0500

MG. ACHARTE CHAMPI WALTER JESUS
CODIGO ORCID: 0000-0001-6598-7801
DNI: 45549528

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN



Yo, Lesly Rosario Gutierrez Flores identificado(a) con DNI N°70569745, en condición de estudiante del programa de estudios de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTÍSIMA NIÑA MARÍA" - TACNA, 2025.

Declaro bajo juramento que:

- La investigación realizada es de mi autoría
- La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del:

12%

NO REDACTADO
EN ESTA NOTARIA

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

Chincha Alta, 13 de octubre del 2025.

LESLY ROSARIO GUTIERREZ FLORES
DNI 70569745

CERTIFICACIÓN A LA
VUELTA

**SE CERTIFICA FIRMA
MAS NO EL CONTENIDO**

CERTIFICO LA AUTENTICIDAD DE LA
FIRMA DE Lesly Roxana Githierrez
Flores
IDENTIFICADO CON DNI N° 70569745
POR SER LA QUE UTILIZA EN TODOS SUS
ACTOS PÚBLICOS Y PRIVADOS, DE QUE
DOY FE. **13 OCT 2025**
EN TACNA, _____



Rosario C. Bohorquez Vega
ROSARIO C. BOHORQUEZ VEGA
NOTARIO DE TACNA
COLEGIO DE NOTARIOS DE TACNA
MAT 08

DEDICATORIA

A mis amados padres, pilares fundamentales en mi vida.

A mi querido Padre: le agradezco a Dios por tenerte a mi lado y permitirme disfrutar de este logro juntos.

A ti, mamá, por tu apoyo incondicional y por decirme siempre que sí puedo.

A mi querida hermana, deseando que este logro te inspire a luchar por cada uno de tus sueños.

Este logro es para ustedes, porque en cada momento de dificultad su amor siempre me sostuvo y su fe en mí.

Con amor, este éxito siempre llevará sus nombres.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por darme vida, salud y permitirme alcanzar este logro.

A mis padres y a mi hermana, por su compañía constante y por motivarme a seguir adelante.

Gracias a mi asesor, por su orientación, motivación.

Gracias a mí, por no rendirme.

A todos ustedes, mi eterno agradecimiento.

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en las estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. "Santísima Niña María" de Tacna, 2025. En la metodología se aplicó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, de tipo correlacional, con una muestra censal de 90 estudiantes mujeres. Para la recolección de datos se utilizaron: el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE:NA y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE-28). El análisis se realizó mediante estadística descriptiva y la prueba de correlación Rho de Spearman. Los resultados evidenciaron una relación significativa y positiva de intensidad moderada entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento ($\rho = 0.608$). Asimismo, se observó una relación moderada en las dimensiones intrapersonal ($\rho = 0.608$) e interpersonal ($\rho = 0.508$), alta en adaptabilidad ($\rho = 0.784$), moderada-alta en manejo del estrés ($\rho = 0.632$) y moderada en impresión positiva ($\rho = 0.507$). El afrontamiento centrado en la emoción (53,33%) fue el más frecuente, mientras que el centrado en el problema (15,56%) fue menos habitual. Además, el nivel predominante de inteligencia emocional fue promedio (28%). En conclusión, los hallazgos indican que la inteligencia emocional se relaciona significativamente con la manera en que las estudiantes enfrentan y gestionan el estrés.

Palabras clave: adolescencia, inteligencia emocional, afrontamiento al estrés, bienestar emocional.

Abstract

The present study aimed to determine the relationship between emotional intelligence and stress coping strategies among fifth-year high school students at the “Santísima Niña María” Educational Institution in Tacna, 2025. The methodology applied a quantitative approach with a non-experimental, correlational design, using a census sample of 90 female students. For data collection, the BarOn ICE:NA Emotional Intelligence Inventory and the Coping Orientation to Problems Experienced Questionnaire (COPE-28) were used. The analysis was conducted through descriptive statistics and Spearman’s Rho correlation test. The results showed a significant and positive moderate relationship between emotional intelligence and coping strategies ($\rho = 0.608$). Likewise, a moderate relationship was observed in the intrapersonal ($\rho = 0.608$) and interpersonal ($\rho = 0.508$) dimensions, a high relationship in adaptability ($\rho = 0.784$), a moderately high relationship in stress management ($\rho = 0.632$), and a moderate one in positive impression ($\rho = 0.507$). Emotion-focused coping (53.33%) was the most frequent, while problem-focused coping (15.56%) was less common. Moreover, the predominant level of emotional intelligence was average (28%). In conclusion, the findings indicate that emotional intelligence is significantly related to the way students face and manage stress.

Keywords: adolescence, emotional intelligence, stress coping, emotional well-being.

Índice general

Portada	i
Constancia de aprobación	ii
Declaratoria de autenticidad	iii
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
Índice general	ix
Índice de tablas académicas	xi
Índice de figuras	xii
I. INTRODUCCIÓN	13
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	16
2.1. Descripción del Problema	16
2.2. Pregunta de Investigación General	18
2.3. Preguntas de Investigación Específicas	18
2.4. Objetivo general	19
2.5. Objetivos específicos	19
2.6. Justificación e importancia	20
2.7. Alcances y limitaciones	21
III. MARCO TEÓRICO	23
3.1. Antecedentes	23
3.2. Bases teóricas	29
3.3. Marco conceptual	40
IV. METODOLOGÍA	42
4.1. Tipo y Nivel de Investigación	42
4.2. Diseño de la Investigación	42
4.3. Hipótesis general y específicas	43

4.4.	Identificación de las variables	44
4.5.	Matriz de operacionalización de variables	46
4.6.	Población – Muestra	48
4.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de información	49
4.8.	Técnica de análisis y procesamiento de datos	55
V.	RESULTADOS	56
5.1	Presentación de resultados	56
5.2	Interpretación de resultados	65
VI.	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	68
6.1.	Análisis inferencial	68
VII.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS	75
7.1.	Comparación resultados	75
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	79
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	83
	ANEXOS	92
	Anexo 1: Matriz de consistencia	93
	Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	96
	Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición	100
	Anexo 4: Base de datos	112
	Anexo 5 Evidencias fotográficas	119
	Anexo 6: Informe de Turnitin al 28% de similitud	120

Índice de tablas académicas

Tabla 1 Distribución de la población	48
Tabla 2 Análisis descriptivo de la variable inteligencia emocional	56
Tabla 3 Análisis descriptivo de la dimensión intrapersonal	57
Tabla 4 Análisis descriptivo de la dimensión interpersonal	58
Tabla 5 Análisis descriptivo de la dimensión adaptabilidad	59
Tabla 6 Análisis descriptivo de la dimensión manejo de estrés	60
Tabla 7 Análisis descriptivo de la dimensión impresión positiva	61
Tabla 8 Análisis descriptivo de la variable estrategias de afrontamiento al estrés	62
Tabla 9 Análisis de la dimensión estilos de afrontamiento enfocados en el problema	63
Tabla 10 Análisis de la dimensión estilos de afrontamiento enfocados en la emoción	63
Tabla 11 Análisis de la dimensión otros estilos de afrontamiento	64
Tabla 12 Prueba de normalidad.	68
Tabla 13 Correlación entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman	69
Tabla 14 Correlación entre dimensión intrapersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman	70
Tabla 15 Correlación entre dimensión interpersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman	71
Tabla 16 Correlación entre dimensión adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman	72
Tabla 17 Correlación entre dimensión manejo de estrés y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman	73
Tabla 18 Correlación entre dimensión impresión positiva y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman	74

Índice de figuras

Figura 1 Nivel de inteligencia emocional	56
Figura 2 Nivel de inteligencia intrapersonal	57
Figura 3 Nivel de inteligencia interpersonal	58
Figura 4 Nivel de adaptabilidad	59
Figura 5 Nivel de manejo de estrés	60
Figura 6 Nivel de impresión positiva	61
Figura 7 Análisis descriptivo de la variable estrategias de afrontamiento al estrés	62
Figura 8 Nivel de estilos de afrontamiento enfocados en el problema	63
Figura 9 Nivel de estilos de afrontamiento enfocados en la emoción	64
Figura 10 Nivel de otros estilos de afrontamiento	65

I. INTRODUCCIÓN

Durante la adolescencia ocurren muchos cambios físicos, emocionales y sociales que afectan cómo los jóvenes se ven a sí mismos y cómo se relacionan con los demás. Además, las demandas de la escuela, la familia y el entorno social pueden generar mucho estrés. La forma en que los adolescentes afrontan ese estrés está muy relacionada con sus habilidades emocionales, especialmente con la inteligencia emocional.

La inteligencia emocional es la capacidad para reconocer, entender, manejar y usar las emociones de manera adecuada en la vida diaria. Tener mayor inteligencia emocional ayuda a las personas a adaptarse mejor frente a situaciones difíciles, a sentirse más equilibradas y a usar estrategias más efectivas para lidiar con los problemas.

El afrontamiento del estrés son los esfuerzos mentales y las acciones que una persona realiza para manejar demandas internas o externas que considera difíciles o abrumadoras. Estas estrategias pueden ser más o menos útiles según cómo sea la gestión emocional del adolescente.

Estudiar la relación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento en adolescentes es importante porque este es un momento clave del desarrollo. Entender cómo interactúan estas dos variables permite diseñar programas educativos y de apoyo que fortalezcan las habilidades emocionales y las formas de afrontar problemas, mejorando así la salud mental de los jóvenes.

Por eso, el objetivo de este estudio es determinar la relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento del estrés, partiendo de la idea de que un mayor desarrollo de la inteligencia emocional se asocia con maneras de enfrentar el estrés más

adaptativas y eficaces. Esta investigación toma en cuenta la estructura de la Universidad Autónoma de Ica: en el capítulo I (introducción) se presenta una breve descripción de las variables, el contexto general del estudio y un resumen de la estructura del proyecto.

En el capítulo II, planteamiento del problema, se evidencia el problema de investigación planteado en el presente estudio, en el que se aprecia un análisis de la problemática a nivel internacional, nacional, local y contextualizada en el local de investigación. Asimismo, el objetivo general y específicos, así como la justificación e importancia de la investigación.

En el capítulo III, se presenta el marco teórico que consta de tres partes principales, la primera, los antecedentes, que incluyen investigaciones internacionales, nacionales y locales. En segundo lugar, las bases teóricas, que constituyen la teoría en la que se sustentan las variables de investigación desde diversas perspectivas, Además, la tercera parte, el marco conceptual, muestra conceptos generales.

En el capítulo IV, se presenta la metodología, se precisa el tipo, nivel y diseño de la investigación. Se presenta hipótesis: general y específicas, identificación de variables, conceptos operativos y conceptuales y escala de medición. Por otro lado, se define y describe población y muestra, técnica e instrumentos de recolección, análisis y procesamiento de datos.

En el capítulo V, se presentarán los resultados de la investigación en primer lugar los resultados mediante la estadística descriptiva mediante tablas de frecuencia y diagramas de barras para caracterizar las variables y sus dimensiones, luego se interpretarán los datos de cada variable y dimensión del estudio.

En el capítulo VI, análisis de resultados, se presentarán las pruebas de hipótesis entre las variables de estudio, así como las referidas a las hipótesis específicas, es decir, entre las dimensiones presentadas en el estudio.

En el capítulo VI, se presentará la discusión de los resultados de la investigación, es decir el contraste o comparación con otras investigaciones similares presentadas en los antecedentes, de modo que el contraste enriquezca y explique las similitudes y las diferencias y las posibles explicaciones con base en los datos analizados.

En el capítulo, VIII, se presentarán las conclusiones y recomendaciones, iniciando con la conclusión general que es la primera y luego las conclusiones específicas que responden a las hipótesis y objetivos específicos de la investigación.

En el capítulo IX, las referencias bibliográficas, que incluyen cada uno de los artículos de investigación, tesis, libros y publicaciones formales y verificables que se han incluido en el cuerpo del presente trabajo de investigación.

Además, en los anexos, se incluirá la información complementaria pero imprescindible de la investigación, como la matriz de consistencia y los instrumentos de medición de las variables, así como el consentimiento informado y el informe de similitud.

II PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1 Descripción de problema.

Desde la perspectiva Internacional un reporte de (Seconds, 2024) indica que las puntuaciones promedio de inteligencia emocional han disminuido en un 5.54% a nivel mundial. Esto indica una "recesión emocional", lo que significa niveles de bienestar emocional más bajos y un aumento del agotamiento. El bienestar global ha disminuido un 5.3% en los últimos cuatro años, y las puntuaciones de inteligencia emocional no se distribuyen de manera uniforme en todo el mundo. Los niveles más altos se encuentran en Oceanía, mientras que los más bajos se encuentran en Asia.

Así mismo la (Europea, 2019) afirma que en la actualidad en varios países del mundo las competencias brindadas actualmente para los profesionales desarrollan sus capacidades para el ejercicio de la profesión sin embargo omiten el desarrollo de competencias de inteligencia emocional; como ejemplo, se presenta la formación de los ingenieros que son formados para desarrollar sus capacidades intelectuales, espaciales y abstractas, pero se soslaya las habilidades emocionales y asimismo las sociales. En este sentido, en varios países europeos se ha incursionado en la formación de habilidades sociales.

Por otro lado, en América Latina y el Caribe, las habilidades socioemocionales han adquirido un papel cada vez más relevante en los contextos educativos y laborales. Según la (UNESCO, 2020) estas competencias permiten mejorar la convivencia, el bienestar y la inclusión social, así como el desempeño profesional. No obstante, en muchos países aún se prioriza el desarrollo de competencias cognitivas o técnicas, descuidando la formación emocional. Por ello, se recomienda integrar de manera sistemática el desarrollo de habilidades emocionales y sociales en los procesos de formación profesional.

Respecto al estrés en Europa es España el país con mayor número de casos de estrés, según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Esto se debe al hecho de que los estudiantes españoles que experimentan estrés como resultado de las tareas asignadas por sus instructores. Del mismo modo, las tareas del curso aumentan a medida que los estudiantes avanzan en sus estudios. Según la Organización Mundial de la Salud, el 34% de los varones de 11 años y el 25% de las mujeres declararon sentirse molestos por las tareas dejadas por sus profesores en encuestas recientes realizadas a escolares españoles de distintas edades. A la inversa, el estrés lo generan los deberes que permanecen en los centros educativos. En consecuencia, es evidente que las mujeres experimentan el 55% del estrés, mientras que el género opuesto experimenta el 53%. En última instancia, el trabajo de curso de los estudiantes fue la fuente de su angustia, con un 60% para los hombres y un 70% para las mujeres. Ibáñez (2016).

A nivel nacional el (Ministerio de Educación del Perú, 2024) realizó una Evaluación Nacional de los Aprendizajes de Estudiantes (ENLA) 2023, se analizó como el estrés académico influye en la habilidad de toma de decisiones de los estudiantes de 2.º grado de secundaria en el Perú. Los resultados revelan que seis de cada diez estudiantes experimentan angustia por sacar malas notas, tener miedo de decepcionar a sus padres por un bajo rendimiento escolar y por considerar que las calificaciones escolares determinan su futuro. Además, el estudio identifica que las altas expectativas personales y el desánimo o desesperanza que sienten los estudiantes sobre sus calificaciones son los principales estresores asociados con estrategias de toma de decisiones poco planificadas o evitativas. El análisis también identifica diferencias en el estrés académico según estratos como el sexo del estudiante, donde se encontró que las mujeres perciben mayores niveles de estrés en comparación con los hombres. El estudio resalta la importancia de que directivos, docentes y familias trabajen conjuntamente en aras de reducir el

estrés académico, reevaluando expectativas, brindando apoyo emocional y creando entornos escolares que promuevan estrategias reflexivas y analíticas de toma de decisiones. Al fomentar espacios pedagógicos de confianza y priorizar la gestión adecuada del estrés, se puede fortalecer el desarrollo socioemocional de los adolescentes, preparándolos mejor para enfrentar desafíos académicos y personales en el futuro.

Es por todo ello que, en la educación secundaria, es fundamental poder identificar la relación y los niveles de la I E y los estilos de afrontamiento al estrés, que se ponen en evidencia durante las dificultades que suscitan en la vida de las adolescentes mujeres, por lo cual se evidencia la necesidad de realizar las mediciones de las variables inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en esta población y luego se abordara este tema desde el punto de vista relacional de la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en el ámbito educativo para dilucidar los modos en que se enfrenta el estrés considerando cierto nivel de inteligencia emocional en la comunidad educativa de la Institución Educativa Santísima Niña María – Tacna.

2.2 Pregunta de investigación general

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025?

2.3 Preguntas de investigación específicas

PE1.

¿Cuál es la relación entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025?

PE2.

¿Cuál es la relación entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés

en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025?

PE3.

¿Cuál es la relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025?

PE4.

¿Cuál es la relación entre la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025?

PE5.

¿Cuál es la relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025?

2.4 Objetivo general

Determinar la relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

2.5 Objetivos específicos

OE1.

Determinar la relación entre la dimensión inteligencia intrapersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

OE2.

Determinar la relación entre la dimensión inteligencia interpersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

OE3.

Determinar la relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

OE4.

Determinar la relación entre la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

OE5.

Determinar la relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

2.6 Justificación e Importancia

Justificación teórica. - Esta investigación se realiza con el propósito de aportar al conocimiento existente sobre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés, como instrumento base para futuras investigaciones locales y/o regionales.

Justificación práctica. - La presente investigación constituye una fuente confiable para el desarrollo de estudios relacionados con la salud mental en el ámbito psicoeducativo. El enfoque de este estudio se centra en un tema muy discutido en los últimos diez años: la inteligencia emocional. Se entiende como una habilidad clave para comportarse bien en lo social y emocional. Por eso es importante analizarla en estudiantes que están terminando la educación básica, porque atraviesan una etapa decisiva en la que

deben tomar muchas decisiones sobre su futuro personal y profesional.

Desde el punto de vista académico, los resultados de la investigación ayudarán a conocer mejor el bienestar psicológico de las estudiantes y a comparar estos datos con los de otros estudios a nivel nacional e internacional. Además, podrán aportar evidencia útil para promover mejores formas de manejar el estrés en distintas situaciones, donde la inteligencia emocional juega un papel central.

Justificación Metodológica. - Desde el punto de vista metodológico, esta investigación se justifica por la complejidad de las variables, por eso se opta por un enfoque cuantitativo. Se recogió datos a través de cuestionarios validados, así obtendremos información medible sobre la inteligencia emocional y las formas de afrontar el estrés, desagregada en sus distintas dimensiones. Los datos se correlacionarán con pruebas estadísticas, y con ello podremos llegar a conclusiones objetivas y bien fundadas, sobre los estudiantes de quinto año de secundaria de Tacna.

Además, estos resultados servirán como base para futuros estudios, y como antecedente para el Departamento de Psicología; también podrán ayudar a diseñar programas y estrategias para mejorar el manejo del estrés, la salud mental, y el rendimiento integral de los estudiantes.

2.7 Alcances y limitaciones

Alcance social

Alumnas del quinto año de secundaria de la Institución Educativa Santísima Niña María, Tacna.

Alcance espacial

La investigación se desarrolló en la Institución Educativa Santísima Niña María, ubicada en la ciudad de Tacna; por tanto, los resultados y conclusiones son representativos y aplicables al contexto escolar y social inmediato de esta comunidad educativa en 2025, pero no necesariamente extrapolables a otras instituciones con características distintas.

Alcance temporal.

Los datos fueron recolectados y analizados en el año 2025, correspondiendo los resultados al momento puntual en que se aplicaron los instrumentos (estudio transversal). Esto permite una fotografía del fenómeno en ese periodo, pero no aporta información sobre cambios o tendencias a lo largo del tiempo.

Limitaciones

Las principales limitaciones del estudio estuvieron relacionadas con la obtención del consentimiento informado de los padres y apoderados, lo cual representó un reto logístico que pudo generar sesgo de participación; además, al tratarse de un diseño transversal correlacional no fue posible establecer relaciones causales entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento, limitándose a describir asociaciones en un momento específico.

Asimismo, al emplear cuestionarios autoadministrados se reconoce el riesgo de sesgos por deseabilidad social o falta de atención en las respuestas, y tampoco se controlaron variables externas como el nivel de estrés situacional, las condiciones familiares, la carga académica, el sueño o el contexto socioeconómico, factores que pueden incidir en los resultados.

III MARCO TEÓRICO

3.1 Antecedentes

Antecedentes internacionales

A nivel internacional, Rangel (2022), en México, llevó a cabo una investigación con el propósito de analizar la concordancia entre la inteligencia emocional (IE) y las estrategias de afrontamiento del estrés en estudiantes de preparatoria de Pachuca de Soto, Hidalgo. Para ello, se empleó una **metodología** cuantitativa con un diseño correlacional-causal. La muestra estuvo conformada por 384 alumnos de nivel medio superior y la evaluación se realizó utilizando el Inventario de BarOn (ICE) y el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (ACS). Los **resultados** mostraron una correlación significativa entre la IE y las estrategias de afrontamiento centradas en los problemas, con un valor de $r = .43$ ($p < .01$). En **conclusión**, se encontró una correlación significativa entre la IE y las estrategias centradas en las emociones, con un valor de $r = .36$ ($p < .01$). Por otro lado, se identificó una correlación no significativa entre la IE y las estrategias de afrontamiento centradas en la evitación, con un valor de $r = .16$ ($p < .01$).

Delgado (2022) llevó a cabo un estudio en Tenerife, España, con la intención de comprender si la IE se relaciona con las distintas estrategias que las personas utilizan para afrontar el estrés, dentro de una muestra de población general. Para ello, empleó una **metodología** de enfoque cuantitativo con diseño transversal y utilizó encuestas como técnica principal, aplicando los cuestionarios TMMS-24 y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI). La muestra estuvo compuesta por 85 participantes, cuyas edades iban de los 14 a los 75 años. Los **resultados** revelaron relaciones significativas entre la IE y diversas formas de afrontamiento. En **conclusión**, se observaron correlaciones positivas entre la resolución de problemas y las tres dimensiones de la IE: atención ($r = .396$, $p < .001$), claridad ($r =$

.538, $p < .001$) y reparación emocional ($r = .478$, $p < .001$). De forma similar, la reestructuración cognitiva también mostró vínculos positivos con la atención ($r = .361$, $p < .001$), la claridad ($r = .546$, $p < .001$) y la reparación ($r = .620$, $p < .001$). Además, se encontró una asociación significativa entre la expresión emocional y la claridad ($r = .398$, $p < .001$), así como entre la evitación del problema y la reparación ($r = .369$, $p < .001$).

Piekarska (2020) planteó que la IE puede conceptualizarse como rasgo de personalidad o como habilidad. La mayoría de los estudios realizados sobre la asociación entre la IE y el afrontamiento se refieren a la IE como rasgo, por lo que el papel de la IE como habilidad es menos claro y necesita más estudios. Su investigación tuvo como **objetivo** examinar la relación entre dos habilidades de la IE (reconocimiento y comprensión de emociones) y las estrategias de afrontamiento del estrés en adolescentes. Los datos se recopilaron de 1033 estudiantes polacos de secundaria (520 hombres y 512 mujeres) de entre 18 y 20 años (M edad = 18,46 años). Las estrategias de afrontamiento se evaluaron utilizando el inventario COPE, y las habilidades emocionales mediante la Escala de Inteligencia Emocional-Caras (SIE-T) y el Test de Comprensión de las Emociones (TRE). Los **resultados** mostraron asociación entre habilidades de la IE y afrontamiento, además de un papel moderador del género en algunas relaciones.

Hidalgo et al. (2022), en Quito (Ecuador), realizaron una investigación con el **objetivo** de analizar el autocuidado, afrontamiento del estrés académico e inteligencia emocional en estudiantes de ciencias de la salud. El diseño fue cuantitativo transversal no experimental, con la participación de 170 estudiantes de programas relacionados con salud física (medicina, enfermería, auxiliares de enfermería), salud emocional (trabajo social y psicología) y rehabilitación (fisioterapia, terapia ocupacional) de ocho instituciones de educación superior. Los

principales hallazgos revelaron niveles equivalentes de autocuidado con afrontamiento al estrés e IE, lo que respalda la hipótesis de que el afrontamiento al estrés y el autocuidado tienen como precedente la IE en estudiantes de la salud.

Ng et al. (2024) realizaron un estudio en Estados Unidos titulado Intervenciones para el manejo del estrés en adolescentes estadounidenses de secundaria: un metaanálisis, cuyo **objetivo** fue evaluar cuantitativamente los efectos de las intervenciones de manejo del estrés sobre resultados de salud mental (estrés, ansiedad, depresión y afecto positivo/negativo) y realizar análisis de moderación para identificar variables influyentes. Se revisaron cuatro bases de datos (CINAHL, ERIC, PubMed y PsycINFO), seleccionándose 24 artículos que describían 25 estudios. Se calculó la *g* de Hedge mediante modelos de efectos aleatorios y se realizaron análisis exploratorios. Los **resultados** mostraron efectos agrupados de -0,36 en la reducción del estrés. Asimismo, las intervenciones tuvieron efectos leves en la disminución de la ansiedad ($g = -0,31$) y la depresión ($g = -0,23$). En los seguimientos a largo plazo, los efectos fueron -0,77 sobre el estrés percibido, -0,08 sobre la ansiedad y -0,19 sobre la depresión. Las intervenciones mente-cuerpo y cognitivo-conductuales mostraron efectos moderados sobre la ansiedad ($g = -0,51$). Además, las intervenciones de mayor duración (>8 semanas) resultaron más eficaces en la reducción de ansiedad (-0,39 frente a -0,26) y depresión (-0,36 frente a -0,17). En **conclusión**, los hallazgos respaldan la eficacia a corto plazo de las intervenciones de manejo del estrés en la salud mental de adolescentes de secundaria en EE. UU.

Antecedentes nacionales

Angela Tania et al. (2022) realizaron una investigación titulada Inteligencia emocional y estrés académico en adolescentes de tercero de secundaria de una institución educativa policial de

Huancayo, 2022. El **objetivo** fue determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en adolescentes de tercero de secundaria. El estudio, de diseño correlacional transversal, tipo básico y nivel correlacional, se aplicó a una muestra de 80 estudiantes mediante el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE-Forma Abreviada y el Inventario Sistémico Cognoscitivista de Estrés Académico (SISCO). Los **resultados**, analizados con la prueba rho de Spearman, evidenciaron una relación inversa y moderada entre inteligencia emocional y estrés académico ($r_s = -.497$; $p = .008$), corroborando la hipótesis planteada.

Espinoza (2024) investigó el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de 4.º y 5.º de secundaria de una institución educativa privada en Huancayo. El estudio fue descriptivo, transversal, con una muestra de 100 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Se utilizó el Inventario BarOn ICE: NA como instrumento, encontrando que el 89% de los participantes alcanzó niveles adecuados o altos de inteligencia emocional, con una media de 166,68, lo que indica un predominio de nivel alto en esta población.

Urruchi (2022), en la ciudad de Huancavelica, realizó un estudio cuyo **objetivo** fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento al estrés en estudiantes mujeres de secundaria de una institución educativa pública. El diseño fue no experimental, transversal, descriptivo-correlacional, con enfoque cuantitativo y una muestra de 120 estudiantes. Se aplicaron el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn (ICE-NA) y las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Los **resultados** indicaron que existe una relación directa y significativa entre inteligencia emocional y el afrontamiento orientado a la resolución de problemas y a la referencia a otros, así como una relación inversa con el afrontamiento no productivo.

Berrocal y Hurtado (2025) realizaron el estudio titulado Influencia de la inteligencia emocional en el estrés académico en estudiantes practicantes de psicología de Ayacucho. El **objetivo** fue determinar el grado en que la inteligencia emocional influye en el estrés académico en estudiantes de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI. Con un enfoque cuantitativo, básico, de alcance explicativo y diseño no experimental transversal, se trabajó con una muestra de 86 estudiantes de 9.º y 10.º ciclo. Se aplicaron el TMMS-24 (Salovey et al., 1995; adaptación de Fernández-Berrocal et al., 2004) y el Inventario SISCO SV-21 (Barraza-Macías, 2018). Los **resultados** mostraron una influencia significativa e inversa de la inteligencia emocional sobre el estrés académico. Asimismo, se observó que el 60,5% alcanzó un nivel alto de inteligencia emocional, mientras que el 65,1% presentó un nivel moderado de estrés académico.

Lecaros García (2022) desarrolló la investigación titulada Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de secundaria de instituciones educativas particulares del distrito de Ventanilla. El **objetivo** fue establecer la relación entre ambas variables en 260 estudiantes de secundaria, de entre 11 y 18 años. El diseño fue correlacional, no experimental y transversal. Se aplicaron el inventario Conociendo mis emociones (CME) (Alva, 2004; adaptación de Quintana, 2017) y el Inventario SISCO del Estrés Académico (Barraza, 2007; adaptación de Quito, 2019). Los **resultados** revelaron una relación directa, alta y significativa entre inteligencia emocional y estrés académico ($\rho = .58$; $p < .001$). Además, el 47,7% de los estudiantes presentó un nivel promedio a alto de inteligencia emocional y el 48,5% un nivel moderado de estrés académico.

Antecedentes locales

A nivel local, Mamani (2022) desarrolló un trabajo de investigación que tuvo como **objetivo** determinar cómo se relaciona la

inteligencia emocional con el afrontamiento del estrés en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa El Faro (Tacna, 2019). Se trató de un **diseño** no experimental-transversal, dado que los datos se obtuvieron directamente de la realidad objeto de estudio, además de ser descriptivo según el propósito de la investigación. Se observó que los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria mostraron altos niveles de inteligencia emocional, lo cual se relaciona con la capacidad de responder al estrés a través de la reflexión y la resolución de problemas. Esta investigación destaca la importancia de considerar la inteligencia emocional como un elemento fundamental en el afrontamiento del estrés, a fin de adquirir competencias emocionales que permitan un mejor desarrollo en la era actual. Además, se **concluyó** que la inteligencia emocional se relaciona directamente con el afrontamiento del estrés en los estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de la institución.

Por su parte, Mora (2021) realizó un estudio titulado Cansancio emocional y la inteligencia emocional de los estudiantes del cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico, Tacna (2021), cuyo **objetivo** fue determinar la relación entre ambas variables. Se aplicó una **metodología** de enfoque cuantitativo, de nivel relacional y con un diseño no experimental-transversal, contando con una población de 203 estudiantes. Los **resultados** concluyeron que el cansancio emocional se relaciona con la inteligencia emocional de los estudiantes, demostrando una relación de interdependencia en función de las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y ánimo general. En este caso, el cansancio emocional registrado fue regular, lo que guarda relación con los valores regulares de la inteligencia emocional, configurando una relación inversamente proporcional.

Asimismo, Bustos (2024) llevó a cabo una investigación titulada Estrés académico y agresividad en las estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mercedes Indacochea, cuyo **objetivo** fue determinar la relación entre ambas variables. Se empleó una **metodología** básica por su finalidad y correlacional por el nivel de conocimiento, con un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental de tipo descriptivo-correlacional. La muestra fue no probabilística e intencional, conformada por 340 estudiantes mujeres de entre 11 y 17 años. Como instrumentos se utilizaron el Inventario SISCO del estrés académico SV-21 de Barraza y la Escala de Agresividad de Buss y Perry. Los **resultados** mostraron que el nivel predominante de estrés académico fue severo (47.9%), mientras que la agresividad se situó en un nivel medio (38.5%). Se halló una relación positiva entre ambas variables ($r = 0.378$), concluyéndose que el estrés académico influye de manera significativa en los niveles de agresividad de las estudiantes.

3.2 Bases Teóricas

3.2.1 Inteligencia Emocional

3.2.2 Inteligencia Emocional

Definición de la inteligencia emocional

La Inteligencia Emocional, según BarOn (1997), representa una amalgama de habilidades que abarcan lo social, emocional y personal, además de todas las experiencias que influyen al enfrentarnos a conflictos y problemas en nuestro entorno.

La forma en que respondemos a estos desafíos está vinculada a las capacidades innatas que poseemos como individuos humanos para gestionar nuestras emociones de manera óptima. Esta perspectiva resalta la importancia de la interacción entre las habilidades sociales y emocionales, así como las experiencias

personales, al abordar situaciones problemáticas y conflictivas en la vida cotidiana.

Goleman dice que la inteligencia emocional es la capacidad de entenderse a uno mismo y de controlarse, usando la autorreflexión y la perseverancia; no solo se trata de reconocer las emociones, sino también de ver cómo el carácter y los sentimientos detrás de ellas (como el miedo o la ira) influyen en lo que sentimos, por ejemplo, tristeza o disgusto. BarOn, por su parte, presenta la inteligencia emocional como un conjunto más amplio de habilidades personales y sociales, que ayudan a manejar mejor las situaciones difíciles.

Según el modelo de BarOn, la inteligencia emocional incluye cinco partes importantes: el componente intrapersonal, que es conocerse, entender las propias emociones y pensar sobre ellas; el componente interpersonal, que es saber relacionarse con otros, mostrar empatía, comunicarse y resolver conflictos; la adaptabilidad, que es ajustar la conducta, resolver problemas y tomar decisiones cuando hay cambios; el manejo del estrés, que implica controlar impulsos, tolerar la tensión y recuperar la calma; y el estado de ánimo general, que se refiere a mantener una actitud positiva y satisfacción con la vida. En conjunto, estas ideas muestran que la inteligencia emocional es compleja y útil para el bienestar personal y para las relaciones con los demás, y por eso es importante trabajarla en estudiantes que enfrentan cambios y decisiones en su vida.

Componentes de la inteligencia emocional

El modelo de BarOn ve la inteligencia emocional como un conjunto amplio de habilidades personales, sociales y emocionales que ayudan a enfrentar situaciones de tensión, la parte intrapersonal es conocerse, entender las propias emociones, pensamientos y

motivaciones, la parte interpersonal es relacionarse bien con los demás, mostrar empatía, comunicarse y resolver conflictos, la adaptabilidad es ajustarse a cambios, resolver problemas y tomar decisiones prácticas cuando hay dificultades, el manejo del estrés incluye controlar impulsos, tolerar la tensión y recuperar la calma después de momentos difíciles, y el estado de ánimo general se refiere a mantener una actitud positiva y satisfacción con la vida; todas estas áreas se complementan y ayudan a regular las emociones, a mejorar el bienestar y las relaciones sociales.

Además, Osorio et al. señalan que la inteligencia emocional no solo es habilidades sociales sino también la conexión entre lo que pensamos y lo que sentimos, esto facilita la toma de decisiones, la gestión de conflictos y una convivencia más armoniosa, en resumen desarrollar la inteligencia emocional mejora la comunicación, la empatía y la capacidad de afrontar situaciones emocionales complejas, favoreciendo así la salud mental y el rendimiento académico o laboral, (nota: la palabra reuma, o reumas, se usa en el lenguaje común para referirse a molestias del aparato locomotor como reumatismos)..

Importancia de la inteligencia emocional

Según Osorio et al. (2022) la inteligencia emocional no es solo habilidades para relacionarse con otros, también une lo cognitivo y lo emocional en la persona, y eso tiene un gran impacto en cómo nos adaptamos y manejamos conflictos en la vida diaria (Estrada et al., 2022), es decir, las emociones no son un añadido, sino que aportan información importante para tomar decisiones y entender el entorno (Rodríguez, 2018)

Desarrollar la inteligencia emocional sirve tanto al individuo como a la convivencia colectiva porque permite comprender y regular las propias emociones y a la vez interpretar y responder mejor a las emociones de los demás, esto facilita la comunicación, la empatía

y la resolución de problemas, además ayuda en la adaptación y en afrontar situaciones emocionales complejas favoreciendo el bienestar emocional y una convivencia más armoniosa, en resumen Osorio et al. proponen un enfoque integral que considera las habilidades interpersonales pero también la interacción entre lo cognitivo y lo emocional en la vida cotidiana (Estrada et al., 2022)..

Dimensiones de la inteligencia emocional

Al revisar diferentes teorías se eligió el modelo de Bar-On porque ha sido uno de los más usados para entender la inteligencia emocional, ya que según Olmos et al. (2024) y Zaldívar (2024) tiene una buena base teórica y práctica. Este modelo divide la inteligencia emocional en varias partes como autoconciencia emocional, autorregulación, automotivación, empatía y habilidades sociales (Estrada et al., 2022). Se eligió este modelo porque es uno de los más aceptados y probados en distintos estudios, tanto en el ámbito educativo como en el laboral (Díaz y Palma, 2017). Estas dimensiones ayudan a comprender cómo las personas manejan sus emociones y se relacionan con los demás.

La dimensión intrapersonal trata sobre conocerse y entenderse a uno mismo, manejar las propias emociones y actuar con conciencia (Olmos et al., 2024). Incluye cosas como la asertividad, que es decir lo que uno piensa o siente de forma clara y respetuosa (Rodríguez, 2018), el autoconcepto, que es cómo uno se ve y se valora (García y Gonzáles, 2022), la autorrealización, que es buscar cumplir metas personales y sentirse satisfecho con lo que se hace, y la independencia, que es poder tomar decisiones propias sin dejarse influir mucho por otros (Zaldívar, 2024). También se incluye la autoconciencia emocional, que es reconocer las emociones que uno siente, y la autorregulación, que es saber controlarlas para no actuar impulsivamente (González et al., 2018). En general, esta dimensión busca fortalecer la autoestima, la autoaceptación y la claridad sobre uno mismo (Hermitaño y Zanabria, 2024).

La dimensión interpersonal se enfoca en cómo nos relacionamos con los demás (Zaldívar, 2024). Aquí la empatía es muy importante porque permite entender cómo se sienten los otros y responder de manera adecuada (Díaz et al., 2018). También están las relaciones interpersonales, que ayudan a crear vínculos de confianza, apoyo y respeto (García y Gonzáles, 2022). Otro punto es la responsabilidad social, que implica actuar pensando no solo en uno mismo sino en el bienestar común (Olmos et al., 2024). Además, la comunicación efectiva permite expresar ideas y sentimientos con claridad y respeto, lo cual ayuda a resolver conflictos y mantener relaciones saludables (Chávez y Salazar, 2024; Puente et al., 2023).

La dimensión de adaptabilidad tiene que ver con cómo una persona se ajusta a los cambios o a situaciones difíciles. Incluye la solución de problemas, que es enfrentar los desafíos con confianza y creatividad (Chávez y Salazar, 2024); la prueba de la realidad, que consiste en ver las cosas de forma objetiva y con base en hechos (Olmos et al., 2024); y la flexibilidad, que es adaptarse a los cambios con una actitud abierta (García y Gonzáles, 2022). Esta dimensión refleja la capacidad de aprender de las experiencias y ajustar la conducta según las nuevas circunstancias (Vélez et al., 2024; Puente et al., 2023).

La dimensión de manejo del estrés es muy importante porque ayuda a mantener la calma y controlar los impulsos en momentos difíciles (Zaldívar, 2024). Según Lazo et al. (2021) y Puente et al. (2023), esto incluye tolerar la presión sin perder la claridad mental y actuar con autocontrol. Saber manejar el estrés evita el agotamiento emocional y ayuda a encontrar soluciones cuando hay problemas (Chávez y Salazar, 2024).

Por último, la dimensión de estado de ánimo general se relaciona con mantener una actitud positiva ante la vida. Incluye la felicidad,

que es sentir bienestar y satisfacción, y el optimismo, que es ver lo bueno incluso en los momentos difíciles (Puente et al., 2023; Estrada et al., 2022). Una persona con buen estado de ánimo puede transmitir alegría, motivar a otros y mantener relaciones más sanas (Chávez y Salazar, 2024). El optimismo también impulsa a aprender de los errores y a seguir adelante pese a las dificultades (García y Gonzáles, 2022).

3.2.3 Estrategias de Afrontamiento al estrés

Definición del Estrés

Existen muchos conceptos de estrés, por lo cual se ha citado a algunos autores como Torrez y Baylles (2019) define al estrés como una respuesta fisiológica normal que tiene el organismo para hacer frente a una demanda que se presenta de su entorno.

Asimismo, Barlow (2005) definió el estrés como una respuesta de protección a las demandas de la vida en cual se puede responder exageradamente y en ocasiones no lo suficiente. No es malo así que no necesitamos eliminarlo sino manejarlo o gestionarlo de manera adecuada.

Podemos concluir que el estrés es una respuesta del ser humano ocasionado por un agente exterior que repercute de manera negativa en la vida de una persona.

Fases del estrés

Las fases de estrés que experimenta una persona pueden ser Según Melgosa (2006) los siguientes:

Fase de alarma: Las reacciones fisiológicas son las primeras que aparecen y el sujeto toma conciencia del estrés existente.

Fase de resistencia: La persona se adapta, pero la tensión y la fatiga comienzan a aumentar. La persona puede sentir que el estrés está afectando su bienestar general, se frustra, pero todavía está intentando afrontarlo.

Fase de agotamiento: El estrés persiste durante un largo período sin descanso ni recuperación, la persona llega a una etapa de agotamiento. Tiene efectos negativos en la salud física y mental, como agotamiento emocional y se caracteriza por la fatiga, la ansiedad y la depresión que pueden aparecer por separado y simultáneamente.

Asimismo Sahili (2010) indica que existen fases de estrés los cuales que pueden manifestarse de tres maneras diferentes, dependiendo de su intensidad, frecuencia o duración. A continuación, se presenta estas fases:

Estrés Agudo: Aparece de forma repentina y con gran intensidad se presenta como respuesta a situaciones ambientales o anticipaciones de peligro. Aunque puede ser motivador en el corto plazo, si se prolonga demasiado tiempo puede resultar agotador.

Estrés Episódico: Episodios recurrentes de estrés agudo. Es más común en personas con personalidades tipo "A", aunque no es exclusivo de ellas. Estas personas tienden a experimentar los estresores con mayor intensidad, lo que puede llevar a comportamientos como brusquedad, hostilidad, prisa e irritabilidad.

Estrés Crónico: Este tipo de estrés persiste durante largos períodos sin resolverse. Puede tener consecuencias graves para la salud, incluyendo riesgo de suicidio, cáncer y crisis nerviosas.

Consecuencias del Estrés

Las consecuencias del estrés son muy diversas y variables, los podemos dividir de la siguiente manera según Llana (2007, pág. 451):

Psicológicos: Ansiedad, agresión, apatía, aburrimiento, depresión, fatiga, frustración, culpabilidad, vergüenza, irritabilidad y mal humor, melancolía, poca estima, amenaza y tensión, nerviosismo y soledad.

Conductuales: propensión a sufrir accidentes, drogadicción, arranques emocionales, anorexia, bulimia, consumo excesivo de bebidas o cigarrillos, excitabilidad, conducta impulsiva, habla afectada, risa nerviosa, inquietud, temblor.

Cognitivos: Incapacidad para tomar decisiones y concentrarse, olvidos frecuentes, hipersensibilidad a la crítica y bloqueo mental.

Fisiológicos: Aumento de catecolaminas y corticoides en sangre y orina, elevación de los niveles sanguíneos de glucosa, incrementos del ritmo cardíaco y de la presión sanguínea, sequedad de la boca, reducción de la salivación, hiperventilación dificultad para respirar, liberación de glucosa, aumento del colesterol y triglicéridos.

Organizacionales: Absentismo, relaciones laborables y baja productividad, mal clima laboral.

Estrategias de Afrontamiento

El afrontamiento comprende aspectos de índole adaptativa y hace referencia al modo que posee un individuo para enfrentar a las situaciones que le producen conflicto, sobreponiéndose en cada circunstancia, se trata del marco estratégico que usa una persona para gestionar, manejar y controlar el estrés (Peres, 2008). Frente a las adversidades que pueden surgir en la relación persona-entorno la finalidad del uso de estos recursos es para sobreponerse a las mismas.

Teoría de Estrategias de Afrontamiento

En palabras de Lazarus y Folkman (1984), el afrontamiento es un proceso dinámico formado por los esfuerzos cognitivos y conductuales que una persona realiza para manejar demandas internas o externas que evalúa como desbordantes o que exceden sus recursos personales; este proceso depende de la valoración que haga el individuo de la situación y tiene como objetivo reducir el malestar psicológico y preservar su bienestar personal y social (Lazarus & Folkman, 1984).

De este modo, Lazarus (2000) distingue dos funciones principales del afrontamiento: una centrada en la emoción y otra centrada en el problema. Si, durante la valoración cognitiva, la persona considera que dispone de los recursos necesarios para enfrentar la situación, tenderá a usar estrategias centradas en el problema; si no dispone de esos recursos, recurrirá a estrategias centradas en la emoción para gestionar las reacciones afectivas que la situación provoca (Lazarus, 2000).

Dimensiones de la variable estrategias de afrontamiento al estrés

Afrontamiento Centrado en el Problema

El afrontamiento centrado en el problema tiene como función principal gestionar la fuente misma del estrés; predomina cuando la persona considera que puede hacer algo eficaz para cambiar la situación estresante y suele utilizarse cuando se piensa que el estímulo es modificable. En este estilo, el aspecto cognitivo cobra protagonismo: las personas comienzan a elaborar un pensamiento racional en torno a la situación, analizan las causas, evalúan alternativas y diseñan pasos concretos para salir del problema. Así, el sujeto trata de establecer métodos de salida y alternativas prácticas, planifica acciones y busca soluciones factibles, reflejando la idea de que existe una solución panorámica y aplicable al conflicto.

Esta concepción coincide con lo planteado por Cadena Alarcón (2012), quien señala que el afrontamiento centrado en el problema está estrechamente vinculado al procesamiento cognitivo y a la búsqueda deliberada de alternativas para resolver la situación (Cadena Alarcón, 2012).

De forma complementaria, Carver (1989) destaca la importancia de estrategias concretas como la planificación, la acción directa y la búsqueda de apoyo instrumental (por ejemplo, información o ayuda práctica), ya que estas conductas permiten a la persona

experimentar sensaciones de eficacia y mayor control frente al estresor; sin embargo, Carver también advierte que la relación entre estas estrategias y el bienestar no siempre es lineal, ya que en ciertos contextos el afrontamiento centrado en el problema puede no traducirse inmediatamente en mejoría emocional o puede incluso correlacionar negativamente con el bienestar si la situación es poco manejable o si la acción genera más esfuerzo sin resultados claros (Carver, 1989).

Afrontamiento Centrado en la emoción

El afrontamiento centrado en la emoción busca minimizar los efectos afectivos negativos que provoca una dificultad, es decir, intenta reducir el malestar emocional más que cambiar la fuente del estrés. Entre las estrategias que comprende este estilo se encuentran buscar apoyo emocional en amistades y familia, acudir a la pareja para hablar del problema, ponerse en el lugar del otro y tratar de comprender la propia experiencia, dejarse llevar por el momento como forma de liberación emocional, recurrir a la oración o a prácticas religiosas para encontrar consuelo, y buscar aspectos positivos o aprendizajes en la dificultad (por ejemplo, preguntarse “¿qué más puedo aprender?”) o aceptar el conflicto cuando cambiarlo no es viable; todas estas acciones ayudan a gestionar la carga afectiva que genera la situación estresante (Cadena Alarcón, 2012).

El propósito central de este estilo es justamente manejar las emociones intensas que causan gran malestar: se trabaja en cambiar la interpretación de lo que está ocurriendo y en modificar los pensamientos que amplifican el sufrimiento, a través de procesos de reestructuración cognitiva, revaloración positiva o autocontrol emocional.

Cuando una persona percibe que no tiene la capacidad o los recursos necesarios para transformar el entorno amenazante, tiende a recurrir al afrontamiento emocional; así, se buscan las relaciones interpersonales como fuente de apoyo, se practica el

autocontrol para contener reacciones impulsivas, puede producirse cierta resignación respecto de responsabilidades o deberes que no pueden modificarse, y se realiza una revaloración de la situación con el fin de reducir su carga negativa.

Estas ideas están respaldadas por investigaciones que muestran cómo la reestructuración cognitiva y la reparación emocional se asocian con diversas formas de afrontamiento y con la expresión emocional, y subrayan la utilidad del afrontamiento centrado en la emoción como mecanismo adaptativo cuando la solución directa no es posible (Lucio, Durán Patiño, Barcelata Eguiarte y Romero Gómez, 2016).

Afrontamiento Centrado en la Evitación

El afrontamiento centrado en la evitación se caracteriza por conductas destinadas a eludir el problema o a negar su existencia en lugar de enfrentarlo; por ello suele considerarse un estilo potencialmente disfuncional porque no aborda las causas del estrés ni genera soluciones a largo plazo. En esta dimensión aparecen comportamientos como negar que existe un factor estresante, rechazar aceptar la dificultad, huir de la situación, posponer acciones necesarias y esperar pasivamente que el problema se resuelva por sí mismo o que “algo mágico” lo solucione. Esta estrategia de evitar o apartar la atención del problema impide realizar actividades preventivas o correctivas y, en muchos casos, prolonga o agrava la situación estresante.

Además, en diversos estudios se ha observado una mayor frecuencia del uso de la evitación entre mujeres en ciertos contextos, aunque este patrón puede variar según factores individuales, culturales y sociales; por tanto, es importante interpretar la evitación en función del contexto y de las redes de apoyo disponibles (Huamán Flores & Condori Chambi, 2020). Dado su carácter de corto plazo, al reducir momentáneamente la tensión,

pero no resolver la fuente del estrés, la evitación requiere especial atención en intervenciones educativas y clínicas, ya que promover alternativas activas y habilidades de afrontamiento adaptativas puede prevenir consecuencias negativas asociadas a la inacción y al empeoramiento del malestar.

3.3 Marco conceptual

Inteligencia Emocional. Es la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, para motivarnos y para manejar adecuadamente las relaciones. (Goleman, 1995)

Estrés. Según (Selye, 1956) el estrés es la respuesta no específica del organismo ante cualquier demanda externa o interna que perturbe su equilibrio. Esta respuesta puede ser tanto física como psicológica y no siempre es negativa, ya que en ciertos niveles puede motivar a la persona a enfrentar desafíos. Sin embargo, cuando las demandas exceden la capacidad del individuo para afrontarlas, el estrés puede volverse perjudicial para la salud.

Afrontamiento. Se refiere a los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar demandas externas y/o internas específicas que son evaluadas como desbordantes o que exceden los recursos del individuo. (Lazarus R. S., 1986)

Estrés Académico. Es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores. (Barraza Macias, 2008)

Adolescencia. Según (Erikson, 1968) es una etapa del desarrollo humano caracterizada por una serie de cambios biológicos,

psicológicos y sociales, que marcan la transición entre la niñez y la adultez, y que implica la construcción de la identidad personal y social.

Bienestar Emocional. Estado de calma y satisfacción interna de una persona que se siente en armonía consigo misma. (Palacio, 2018)

Emoción. La emoción es un estado afectivo intenso que se desencadena de manera rápida en respuesta a un estímulo externo o interno, y que implica cambios fisiológicos, cognitivos y conductuales. (Damasio, 1994)

Inteligencia. Capacidad de las personas para entender situaciones, resolver problemas complejos, desarrollar ideas creativas y útiles, y captar la esencia de las cosas utilizando recursos externos. (Campitelli, 2009)

Interpersonal. Se refiere a las relaciones y habilidades sociales que implican la interacción recíproca entre dos o más personas. Estas relaciones son fundamentales para la convivencia y el desarrollo personal, social y profesional (Flores et al., 2016).

Intrapersonal. se refiere a las interacciones y relaciones que ocurren dentro de una misma persona. Este concepto está relacionado con el autoconocimiento y la capacidad de reflexionar sobre uno mismo, incluyendo pensamientos, emociones y comportamientos internos (Fragoso, 2015).

IV METODOLOGÍA

La indagación se llevó a cabo bajo el método del enfoque numérico, puesto que utilizó instrumentos estadísticos y matemáticos para calcular las variables analizadas, así como para comprobar o refutar las hipótesis propuestas (Salguero y Pérez, 2022).

4.1 Tipo y nivel de investigación.

Tipo.

Respecto al tipo del estudio, se trata de una investigación elemental, cuyo fin fue ahondar en la comprensión teórica de las variables tratadas y aportar al mejoramiento de los esquemas conceptuales existentes (Hernández y Mendoza, 2023).

Nivel.

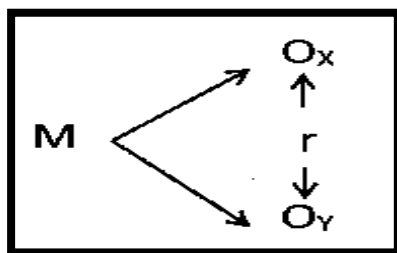
En cuanto al grado, corresponde a una investigación de tipo correlacional, ya que se intenta vincular dos variables mediante los cambios que ocurren de forma simultánea o semejante en cada una de sus magnitudes (Mila et al., 2021).

4.2 Diseño de Investigación

En lo que se refiere al diseño, fue no experimental, de tipo transversal y descriptivo-relacional, porque se procuró describir las variables estudiadas, ofreciendo una visión más precisa de sus dimensiones y características y, después, establecer las relaciones que existen entre ellas (Salguero y Pérez, 2022).

La elección de este tipo de diseño obedeció al interés de buscar la relación entre las dos variables sin llevar a cabo la manipulación de la mismas, por lo que se busca captar la realidad en un momento específico, de allí su carácter transversal.

El diseño se graficó de la siguiente manera:



Donde:

M = Muestra (Estudiantes)

Ox = Inteligencia emocional

Oy = Estrategias de afrontamiento al estrés

r = Relación

4.3 Hipótesis general y específicas

Hipótesis general.

Existe relación entre la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

Hipótesis específicas.

HE1.

Existe relación entre la dimensión intrapersonal de la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

HE2.

Existe relación entre la dimensión interpersonal de la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

HE3.

Existe relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

HE4.

Existe relación entre la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

HE5.

Existe relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

4.4 Identificación de las variables

Variable 1:

Inteligencia Emocional

La primera variable del presente estudio es la inteligencia emocional, la cual comprende cinco dimensiones: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de la tensión y estado de ánimo general.

Dimensiones:

- Intrapersonal
- Interpersonal
- Adaptabilidad
- Manejo del estrés
- Impresión Positiva

Definición operacional

La inteligencia emocional se operacionaliza como la puntuación que obtienen las estudiantes en el Inventario BarOn ICE:NA, recogida a través de ítems contestados en una escala ordinal (p. ej. 1 = muy rara vez a 4 = muy a menudo); a partir de esas respuestas se calculan puntuaciones por dimensión (intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés e impresión positiva) y un puntaje

total que se clasifica en niveles (muy bajo, bajo, promedio, alto, muy alto), y dichas puntuaciones numéricas se usan para describir el nivel de inteligencia emocional en la muestra y para correlacionarlas con las estrategias de afrontamiento.

Variable 2:

Afrontamiento al Estrés

Segunda variable de este estudio es el afrontamiento al estrés, el cual incluye tres dimensiones: afrontamiento centrado en el problema, afrontamiento centrado en la emoción y afrontamiento centrado en la evitación.

Dimensiones:

- Estilos de afrontamiento enfocados en el problema.
- Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción.
- Otros estilos de afrontamiento.

Definición operacional

Las estrategias de afrontamiento al estrés se operacionalizan como las puntuaciones obtenidas en la escala de afrontamiento (por ejemplo, COPE-28 o módulo equivalente) que mide tres dimensiones: afrontamiento centrado en el problema, afrontamiento centrado en la emoción y otros/evitación; las respuestas a los ítems se suman o promedian por dimensión para obtener puntajes cuantitativos que indican la frecuencia/uso de cada tipo de estrategia (niveles más altos implican mayor uso de esa estrategia), y esos puntajes se emplean para describir qué estrategias predominan en las estudiantes y para analizar su relación estadística con la inteligencia emocional.

4.5 Matriz de operacionalización de variables

Operacionalización de la variable inteligencia emocional

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE VALORES	NIVELES Y RANGOS	TIPO DE VARIABLE ESTADISTICA
Inteligencia Emocional	Intrapersonal	Empatía, interacción con los demás, socializa. Auto entendimiento, asertividad, autorrealización, independencia.	2,6,11,12,14,21,26	1 = Muy rara vez 2 = Rara Vez 3 = A menudo 4= Muy a menudo	Muy Bajo 0 – 69 Bajo 70 – 79 Promedio 90 – 109 Alto 120 – 129 Muy Alto 130 y mas	Tipo: Cuantitativa Escala de medición: Ordinal
	Interpersonal	Empatía, interacción con los demás, socializa.	1,4,18,23,28,30			
	Adaptabilidad	Solución de problemas, adaptación de la realidad, flexibilidad.	10,13,16,19,22,24			
	Manejo del estrés	Tolerancia al estrés, control de impulsos.	5,8,9,17,27,29			
	Impresión Positiva	Impresión excesivamente positiva de sí misma.	3,7,15,20,25			

Operacionalización de la variable estrategias de afrontamiento al estrés

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE VALORES	NIVELES Y RANGOS	TIPO DE VARIABLE ESTADISTICA
Estrategias de afrontamiento al estrés	Estilos de afrontamiento enfocados en el problema	<ul style="list-style-type: none"> - Afrontamiento activo - Planificación - Apoyo instrumental - Reinterpretación positiva - Aceptación - Humor - Desconexión 	2 y 10 6 y 26 1 y 28 14 y 18 3 y 21 7 y 19 11 y 25	0 = Nunca lo hago. 1= A veces lo hago 2= A menudo lo realizo 3=Siempre lo realizo.	Bajo Medio Alto	Tipo: Cuantitativa Escala de medición: Ordinal
	Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción	<ul style="list-style-type: none"> - Desahogo - Uso de Apoyo 	12 y 23 9 y 17			
	Otros estilos de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Negación - Religión - Uso de Sustancias - Autoinculpación - Auto distracción 	5 y 13 16 y 20 15 y 24 8 y 27 4 y 22			

4.6 Población – Muestra

Población.

La población se refiere al conjunto total de individuos, elementos o eventos que poseen una característica en común y que son objeto de estudio en una investigación (Arias et al., 2022).

La muestra trabajada en el presente estudio fueron las 90 estudiantes de quinto año de secundaria de la Institución Educativa Santísima Niña María. La muestra es entendida como un subgrupo o porción de muestra de la población a la que se aplican los instrumentos de medida para captar datos sobre los factores objeto de estudio (Bernal, 2010).

La población se distribuyó de la siguiente forma:

Tabla 1

Distribución de la población

Grado y Sección	Cantidad de Estudiantes
5to A	30
5to B	30
5to C	30
Total	90

Muestra.

La muestra es entendida como un subconjunto representativo de la población, seleccionado con el propósito de realizar un estudio sin necesidad de analizar a todos los individuos (Ortiz, 2023). Sin embargo, en el presente estudio no se recurrió a una selección parcial, dado que se trabajó con la totalidad de la población (90 estudiantes).

Por lo tanto, la muestra coincidió con la población, configurando así un muestreo censal. Este tipo de muestreo se aplica cuando el número de sujetos es accesible y manejable, permitiendo obtener datos de todos los elementos de la población y evitando el error muestral (Hernández-Sampieri et al., 2014).

Muestreo

El muestreo censal se justifica en la medida en que la población total fue accesible y reducida, es decir, se considerará a los 90 estudiantes de 5to de secundaria, lo que hizo viable la aplicación de los instrumentos de medición a todas las estudiantes. De esta forma, se garantizó la representatividad de los resultados sin necesidad de recurrir a estimaciones estadísticas.

Aunque el muestreo estratificado es un método probabilístico en el que la población se divide en estratos mutuamente excluyentes y luego se extrae una muestra proporcional de cada uno (Sánchez & Reyes, 2021), en este caso no fue necesario aplicarlo, ya que la investigación se basó en un censo.

4.7 Técnicas e Instrumentos de recolección de información

Técnica

La evaluación psicométrica es una técnica utilizada en psicología para medir de manera objetiva y estandarizada diferentes características psicológicas, como la inteligencia, la personalidad, las habilidades cognitivas, el estado emocional y otros aspectos del comportamiento humano (Aguilar et al., 2021).

Instrumento.

Se emplearon dos instrumentos para la recogida de datos:

BarOn ICE:NA (versión niños/adolescentes) adaptado para el

Perú: El inventario de cociente emocional para niños y adolescentes es la versión juvenil del EQ-i diseñada para evaluar capacidades emocionales y sociales en edades escolares (7–18 años). Se presenta en formas completa y abreviada (la forma abreviada usada en investigación escolar suele tener 30 ítems y la forma completa 60 ítems) y mide dimensiones como: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general.

De otro lado, responde en una escala tipo Likert de 4 puntos y su aplicación es autoadministrada (grupo o individual) con tiempo aproximado de 10–15 min en la forma breve. La adaptación y estandarización para Perú fue realizada por Ugarriza Chávez & Pajares del Águila (2005), con muestra normativa amplia (3 300–3 375 niños y adolescentes de Lima) y reportes de análisis factoriales (EFA/CFA), evidencia de validez (contenido, constructo, convergente/divergente) y consistencias internas aceptables en estudios peruanos.

Ficha técnica del instrumento BarOn ICE:NA

Campo	Información
Nombre del instrumento (original)	EQ-i: YV / Bar-On Emotional Quotient Inventory, Youth Version.
Autor (original)	Reuven Bar-On; (manual: Bar-On & Parker).
Año y país de publicación (original)	2000, Toronto, Canadá (Multi-Health Systems; manual técnico EQ-i:YV).
Nombre del instrumento (traducido / adaptación Perú)	Inventario de Inteligencia Emocional BarOn (ICE:NA), adaptación peruana.

Autor (adaptación Perú)	Ugarriza Chávez, N. & Pajares del Águila, L. (adaptación / estandarización).
Año y país (adaptación)	2005, Perú.
Dimensiones	Reportes peruanos y manual indican dimensiones principales: Intrapersonal, Interpersonal, Adaptabilidad, Manejo del Estrés y Estado de Ánimo General (forma abreviada/agrupaciones según adaptación).
Número de ítems	Forma abreviada usada en contexto escolar: 30 ítems (6 escalas en algunas versiones abreviadas); forma completa juvenil: 60 ítems (según manual EQ-i:YV).
Forma de aplicación	Autoadministrado (individual o en grupo); también posible aplicación asistida para quienes tengan dificultades lectoras.
Tiempo de aplicación	Forma abreviada: ~10–15 minutos; forma completa (EQ-i:YV): ~25–30 minutos.
Link o DOI de ubicación del instrumento emplear	Adaptación Perú (artículo/manual): Ugarriza & Pajares (2005). DOI citado en registros a Manuales/extractos disponibles en repositorios (ej.: Redalyc / SlideShare con extractos del manual peruano).
Propiedades psicométricas (instrumento original)	EQ-i:YV (Bar-On & Parker, 2000): estructura factorial reportada en manual; consistencia interna y estudios de validez publicados internacionalmente (EFA/CFA, evidencias convergentes/divergentes). Manual técnico y revisiones muestran buena fiabilidad para puntaje total y varias subescalas.
Propiedades psicométricas (adaptación traducida, Perú)	Ugarriza & Pajares (2005): muestra normativa amplia en Lima (3 300+), análisis factoriales (EFA/CFA) que soportan estructura aproximada de 4–5 factores; evidencias de

validez (contenido, constructo, divergente) y α Cronbach/consistencias internas aceptables en rangos reportados en estudios peruanos (valores dependientes de forma y subescala; reseñas citan α .77–.88 en aplicaciones locales).

Brief-COPE (COPE-28, versión española / adaptado en Perú):

El Brief-COPE (COPE-28) es la versión reducida del COPE original destinada a medir estrategias de afrontamiento; fue propuesta por Carver (1997) como una forma breve de 28 ítems que evalúa 14 estrategias (2 ítems por estrategia) agrupables en dimensiones superiores (p. ej., afrontamiento centrado en el problema, en la emoción y estrategias de evitación/otros según el modelo que se use). Las respuestas siguen una escala tipo Likert de 4 puntos (0–3 o equivalente) y su administración es breve (unos minutos), por lo que es adecuada en encuestas escolares y estudios clínicos.

La versión en español (Morán et al., 2010) ha sido objeto de análisis psicométricos (estructura factorial) y, en Perú, estudios instrumentales recientes (p. ej. Requejo et al., 2023; Zeladita-Huamán et al., 2024) ofrecen evidencia de validez factorial y consistencia interna adecuada en muestras peruanas, aunque la estructura de factores puede variar según población.

Ficha técnica del instrumento Brief-COPE

Campo	Información
Nombre del instrumento (original)	COPE Inventory / Brief-COPE (Brief Coping Orientation to Problems Experienced).
Autor (original)	Carver, C. S.; (COPE original: Carver, Scheier & Weintraub, 1989; Brief-COPE: Carver, 1997).

Año y país de publicación (original)	COPE original (1989, EE. UU.); Brief-COPE (1997, International Journal of Behavioral Medicine, EE. UU.).
Nombre del instrumento (traducido / adaptación española / usado en Perú)	COPE-28 / Brief-COPE (versión en español adaptada por Morán et al., 2010); versiones usadas y validadas en Perú (p. ej. estudios instrumentales, Requejo et al., 2023; Zeladita-Huamán et al., 2024).
Autor (traducción / adaptación)	Morán, C. et al. (2010), adaptación al español; estudios peruanos posteriores (Requejo et al., 2023; Zeladita-Huamán et al., 2024) aportan evidencias locales.
Año y país (adaptación / versión usada)	2010, versión española (Morán et al., 2010); validaciones en Perú (p. ej. 2023, 2024).
Dimensiones	14 subescalas (2 ítems c/u): p. ej., afrontamiento activo, planificación, apoyo emocional, apoyo instrumental, religión, reestructuración positiva, aceptación, negación, humor, distracción, auto-culpa, desconexión conductual, desahogo, uso de sustancias, y modelos superiores usados con frecuencia: centrado en problema, centrado en emoción y evita/otros (varía por estudio).
Número de ítems	28 ítems (Brief-COPE; 2 ítems por subescala). (
Forma de aplicación	Autoadministrado (individual o en grupo); cuestionario de autorreporte breve. (
Tiempo de aplicación	Muy breve: unos minutos (dependiendo del ritmo del encuestado; típicamente 5–10 min).
Link o DOI de ubicación del instrumento emplear	Brief-COPE (original, referencia): Carver (1997). DOI: 10.1207/s15327558ijbm0401_6. Versión española (Morán et al., 2010): SciELO / artículo indexado (ver resumen en

	<p>SciELO). Validación Perú: Requejo et al. (2023), disponible en repositorios / ResearchGate; Zeladita-Huamán et al. (2024) en PubMed/NCBI. (</p>
Propiedades psicométricas (instrumento original)	<p>Carver (1997) reporta evidencia inicial de validez y consistencia en la muestra original (usado ampliamente desde entonces). El COPE/Brief-COPE ha mostrado estabilidad y utilidad, aunque su estructura factorial ha variado entre estudios (por eso muchas validaciones locales realizan EFA/CFA). (</p>
Propiedades psicométricas (instrumento traducido / en Perú)	<p>Morán et al. (2010) presentan análisis psicométrico en población española (estructura y confiabilidad aceptables). En Perú, estudios instrumentales (p. ej. Requejo et al., 2023; Zeladita-Huamán et al., 2024) reportan buen ajuste factorial (CFA) y consistencias internas adecuadas en varias subescalas (α ordinal y α Cronbach en rangos aceptables para gran parte de las estrategias), aunque la solución factorial puede requerir adaptación según la muestra (edad, contexto).</p>

Como parte de la validación de contenido de los instrumentos, se envió una rúbrica de evaluación a tres expertos con grado de magister y conocimiento experto en el tema, a fin de que nos brinden un dictamen sobre la buena redacción, pertinencia, conducencia y diversidad de los ítems.

En ese sentido, los validadores del instrumento será:

Matriz de Validación

Nombres y Apellidos del Experto(a)	DNI	Grado académico	Evaluación
María Valdez Marón	00427948	Magister	Validado

Javier Cárdenas López	71132820	Licenciado	Validado
Franklin Chunga Quiroz	75263437	Licenciado	Validado

Posteriormente, una vez asentada la validez de contenido, se llevó a cabo una prueba piloto con 35 participantes que presentaban características similares a las de la muestra final. A estas personas se les aplicó el instrumento de recolección de datos, sobre el cual se calculó el alfa de Cronbach. Por lo tanto, al obtenerse un índice superior a 0.08, se consideró que el instrumento contaba con la confiabilidad o estabilidad de la medida.

4.8 Técnicas de análisis y procesamiento de datos

La primera fue una fase descriptiva, en la cual se emplearon, a nivel descriptivo, la tabla de distribución de frecuencias, gráficos de barras simples y agrupadas, así como medidas de dispersión. De esta manera, se determinó el nivel correspondiente a cada una de las variables y sus dimensiones, tomando en cuenta además los aspectos sociodemográficos de la muestra.

Por otro lado, la fase inferencial se inició con la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, habida cuenta de que el número de unidades de observación superó las 50. Una vez determinada la naturaleza de la distribución, se aplicó una prueba de contraste de hipótesis acorde con la naturaleza de las variables y el diseño de investigación.

Asimismo, los puntajes fueron calculados manualmente y posteriormente corregidos en una hoja de cálculo de Excel. Estos datos fueron trasladados a una matriz de datos en IBM SPSS, donde se llevó a cabo el procesamiento tanto descriptivo como inferencial.

V. RESULTADOS

5.1 Presentación de los resultados

Tabla 2

Análisis descriptivo de la variable inteligencia emocional

Niveles	f	%
Muy Bajo	16.7%	16.7%
Bajo	24.4%	24.4%
Promedio	27.8%	27.8%
Alto	17.8%	17.8%
Muy Alto	13.3%	13.3%
Total	90	100,0%

Figura 1

Nivel de inteligencia emocional

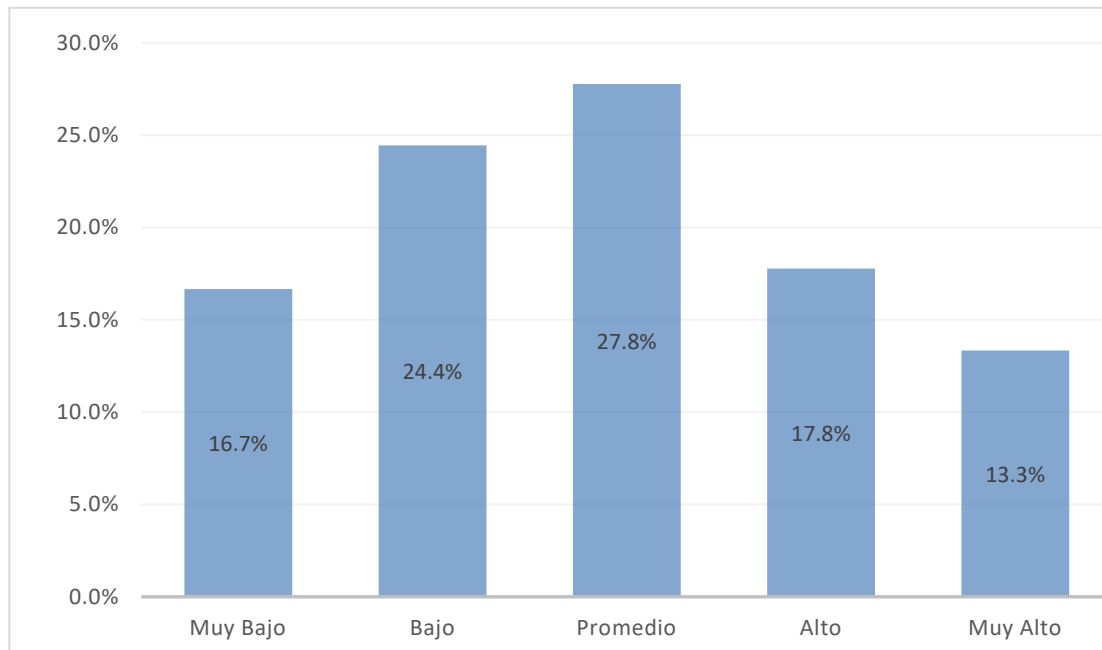


Tabla 3

Análisis descriptivo de la dimensión intrapersonal

Niveles	f	%
Muy Bajo	12	13.33%
Bajo	19	21.11%
Promedio	26	28.89%
Alto	21	23.33%
Muy Alto	12	13.33%
Total	90	100,0%

Figura 2

Nivel de inteligencia intrapersonal

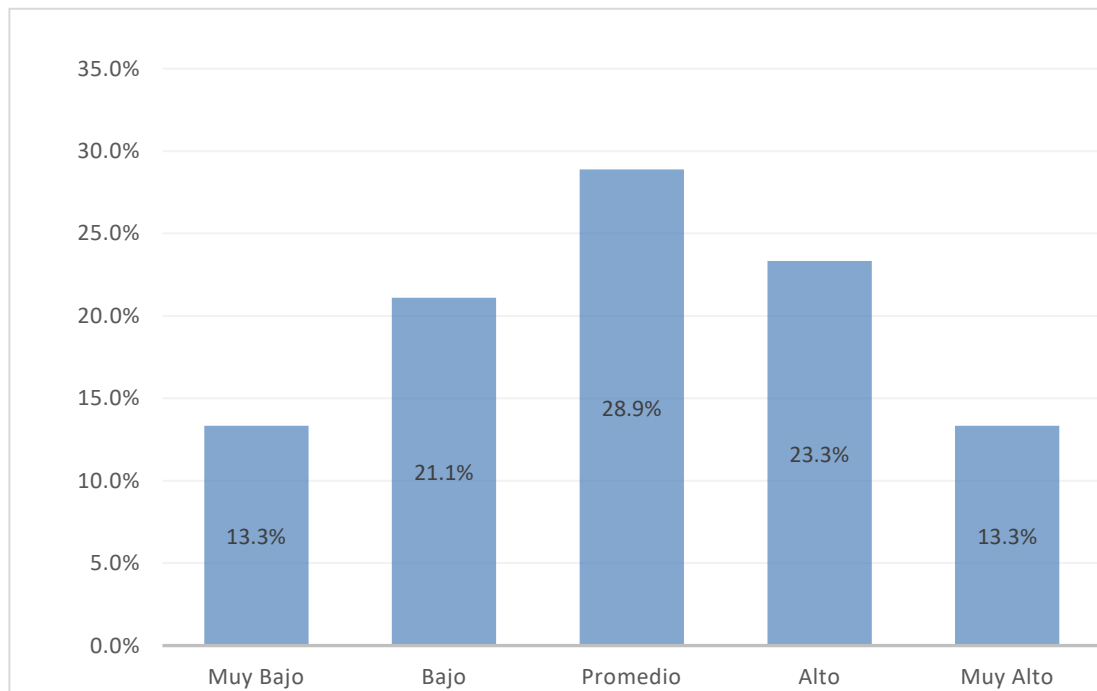


Tabla 4

Análisis descriptivo de la dimensión interpersonal

Niveles	f	%
Muy Bajo	16	17.78%
Bajo	21	23.33%
Promedio	25	27.78%
Alto	15	16.67%
Muy Alto	13	14.44%
Total	90	100,0%

Figura 3

Nivel de inteligencia interpersonal

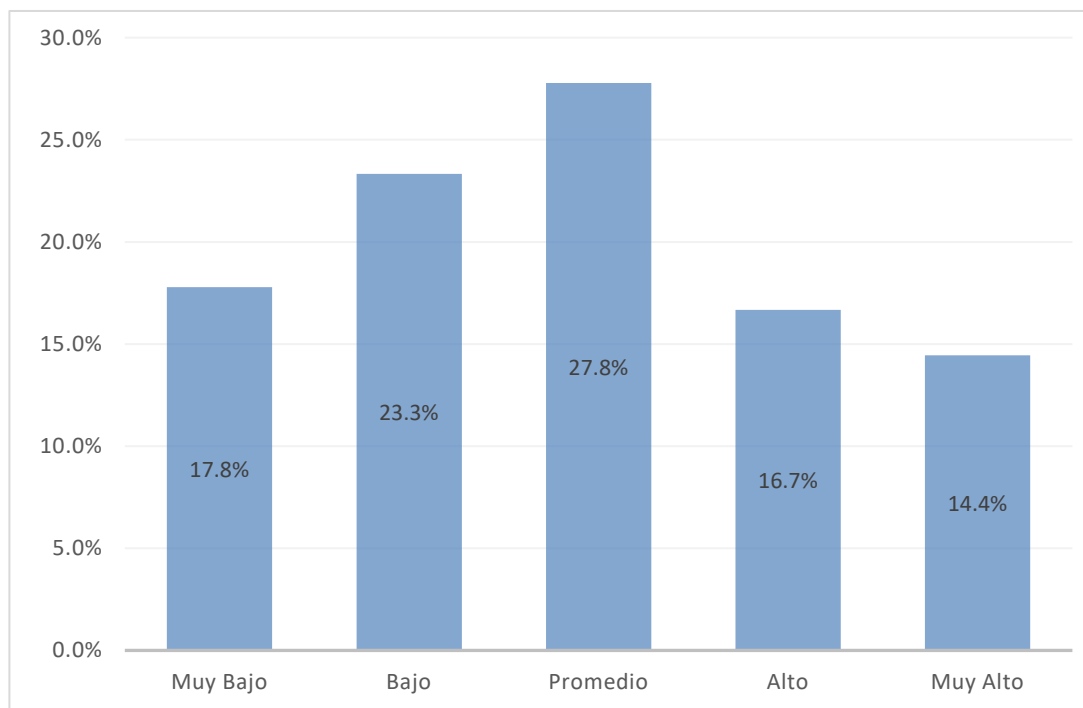


Tabla 5

Análisis descriptivo de la dimensión adaptabilidad

Niveles	f	%
Muy Bajo	14	15.56%
Bajo	19	21.11%
Promedio	22	24.44%
Alto	20	22.22%
Muy Alto	15	16.67%
Total	90	100,0%

Figura 4

Nivel de adaptabilidad

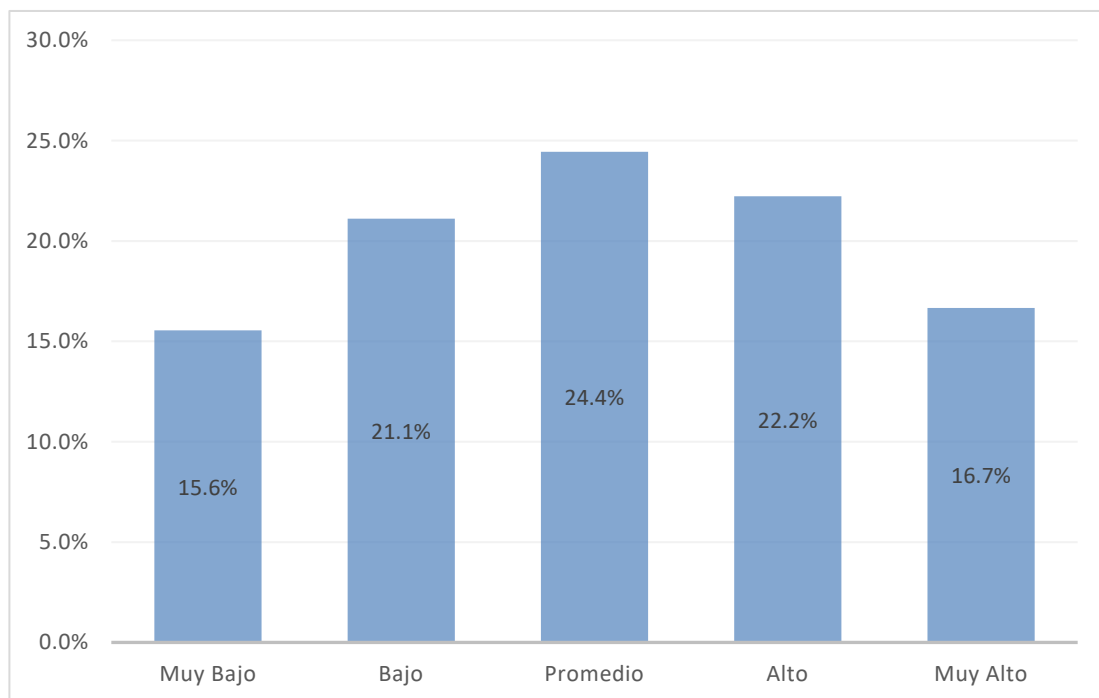


Tabla 6

Análisis descriptivo de la dimensión manejo de estrés

Niveles	f	%
Muy Bajo	24	26.67%
Bajo	26	28.89%
Promedio	21	23.33%
Alto	16	17.78%
Muy Alto	3	3.33%
Total	90	100,0%

Figura 5

Nivel de manejo de estrés

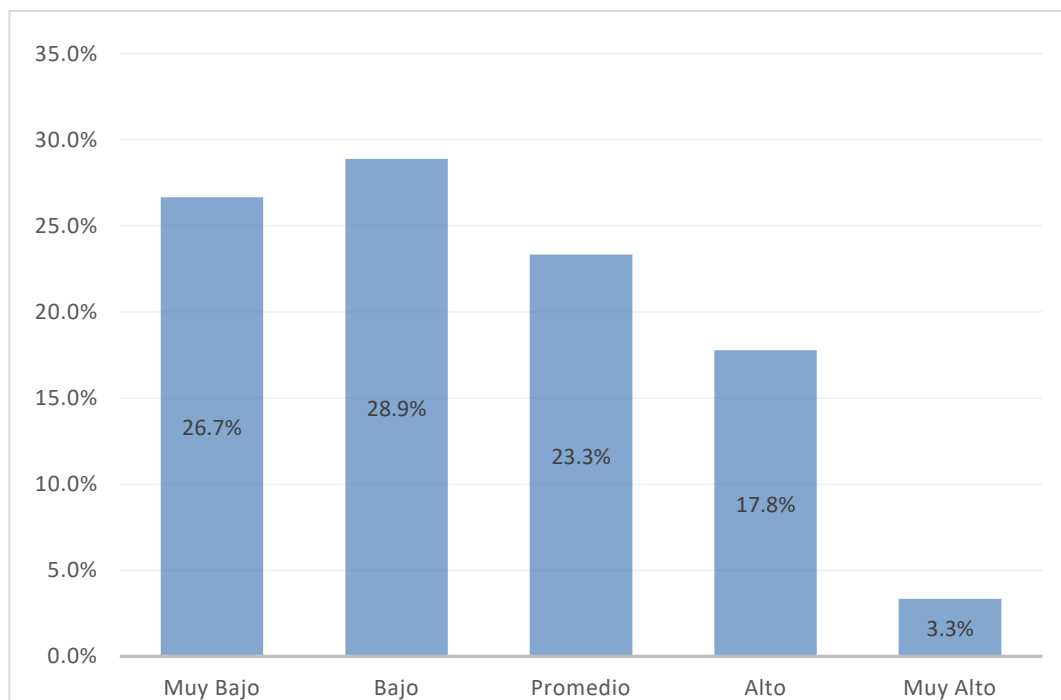


Tabla 7

Análisis descriptivo de la dimensión impresión positiva

Niveles	f	%
Muy Bajo	18	20.00%
Bajo	24	26.67%
Promedio	19	21.11%
Alto	16	17.78%
Muy Alto	13	14.44%
Total	90	100,0%

Figura 6

Nivel de impresión positiva

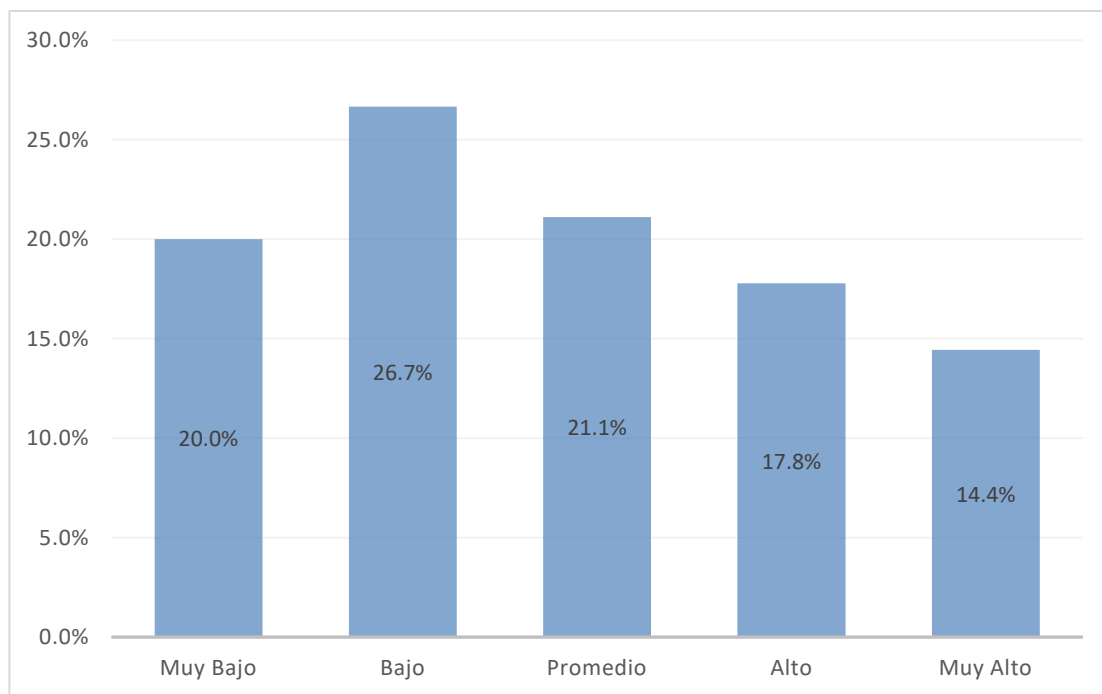


Tabla 8

Análisis descriptivo de la variable estrategias de afrontamiento al estrés

Estilo	f	%
Estilos de afrontamiento enfocados en el problema	14	15.56%
Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción	48	53.33%
Otros estilos de afrontamiento	28	31.11%
Total	90	100,0%

Figura 7

Análisis descriptivo de la variable estrategias de afrontamiento al estrés

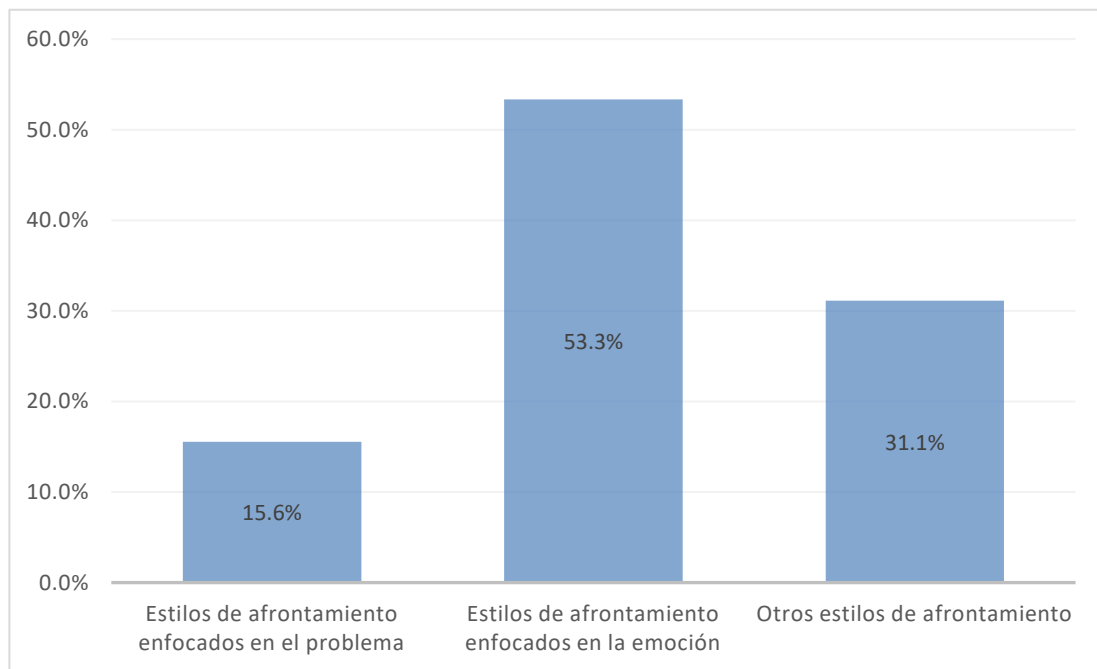


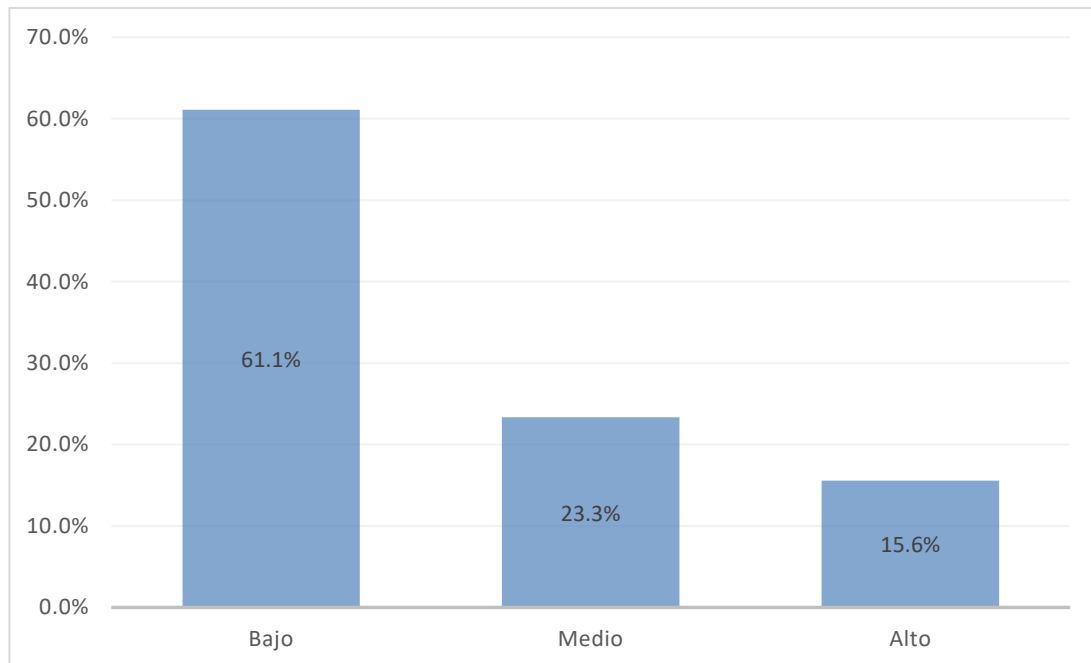
Tabla 9

Análisis de la dimensión estilos de afrontamiento enfocados en el problema

Niveles	f	%
Bajo	55	61.11%
Medio	21	23.33%
Alto	14	15.56%
Total	90	100,0%

Figura 8

Nivel de estilos de afrontamiento enfocados en el problema

**Tabla 10**

Análisis de la dimensión estilos de afrontamiento enfocados en la emoción

Niveles	f	%
Bajo	23	25.56%
Medio	19	21.11%
Alto	48	53.33%
Total	90	100,0%

Figura 9

Nivel de estilos de afrontamiento enfocados en la emoción

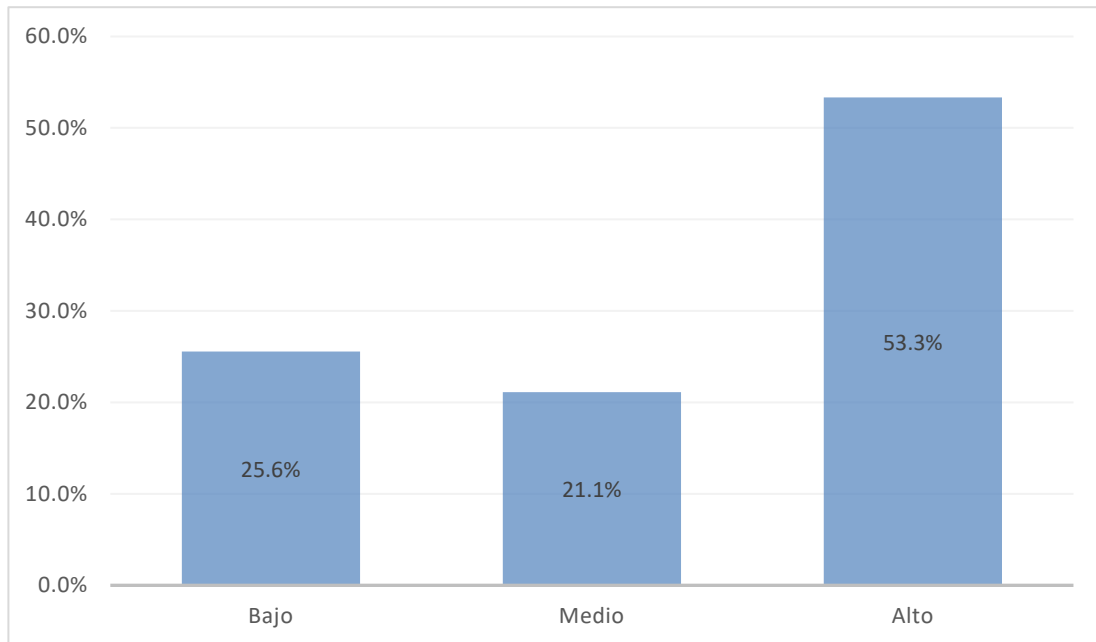


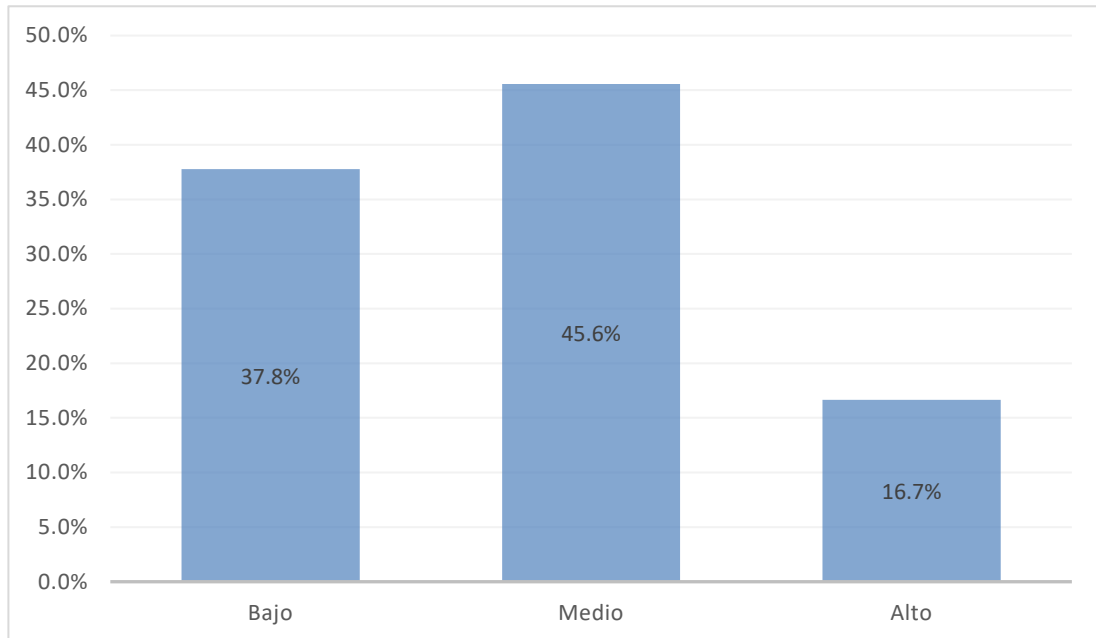
Tabla 11

Análisis de la dimensión otros estilos de afrontamiento

Niveles	f	%
Bajo	34	37.78%
Medio	41	45.56%
Alto	15	16.67%
Total	90	100,0%

Figura 10

Nivel de otros estilos de afrontamiento



5.2 Interpretación de resultados

La Tabla 2 y la Figura 1 muestran la distribución de los niveles de inteligencia emocional en la muestra (N = 90). El nivel individual más frecuente es Promedio (27.8%, 25 participantes), seguido por Bajo (24.4%, 22) y Muy Bajo (16.7%, 15); los niveles más altos aparecen en Alto (17.8%, 16) y Muy Alto (13.3%, 12).

La Tabla 3 y la Figura 2 muestran la distribución de la dimensión intrapersonal (N = 90): la categoría más frecuente es Promedio (26 casos; 28,89%), seguida por Bajo (19; 21,11%) y Alto (21; 23,33%); las categorías Muy Bajo y Muy Alto registran 12 casos cada una (13,33% cada una).

La Tabla 4 y la Figura 3 muestran la distribución de la dimensión interpersonal (N = 90): la categoría más frecuente es Promedio (25 casos; 27.78%), seguida por Bajo (21; 23.33%) y Muy Bajo

(16; 17.78%), mientras que los niveles Alto y Muy Alto alcanzan 15 (16.67%) y 13 (14.44%) casos respectivamente. Al agrupar categorías, los niveles bajos (Muy Bajo + Bajo = 37 casos; 41.11%) superan a los niveles altos (Alto + Muy Alto = 28 casos; 31.11%), con un 27.78% situado en el promedio.

La Tabla 5 y la Figura 4 muestran la distribución de la dimensión adaptabilidad (N = 90): la categoría más frecuente es Promedio (22 casos; 24,44%), seguida por Alto (20; 22,22%) y Bajo (19; 21,11%); Muy Bajo y Muy Alto registran 14 (15,56%) y 15 (16,67%) casos respectivamente. Al agrupar categorías, los niveles bajos (Muy Bajo + Bajo = 33 casos; 36,67%) son levemente menores que los niveles altos (Alto + Muy Alto = 35 casos; 38,89%), mientras que un 24,44% se sitúa en el nivel promedio.

La Tabla 6 y la Figura 5 muestran el nivel de manejo del estrés en la muestra (N = 90): la categoría más frecuente es Bajo (26 casos; 28,89%), seguida por Muy Bajo (24; 26,67%) y Promedio (21; 23,33%), mientras que los niveles Alto y Muy Alto suman 16 (17,78%) y 3 (3,33%) casos respectivamente.

La Tabla 7 y la Figura 6 muestran la distribución de la dimensión impresión positiva (N = 90): la categoría más frecuente es Bajo (24 casos; 26,67%), seguida por Muy Bajo (18; 20,00%) y Promedio (19; 21,11%), mientras que los niveles Alto y Muy Alto alcanzan 16 (17,78%) y 13 (14,44%) casos respectivamente.

La Tabla 8 y la Figura 7 (N = 90) muestran que el estilo predominante de afrontamiento es enfocado en la emoción (48 estudiantes; 53,33%), mientras que los estilos enfocados en el

problema son minoritarios (14; 15,56%) y otros estilos representan 28 casos (31,11%).

La Tabla 9 y la Figura 8 muestran la distribución de los estilos de afrontamiento enfocados en el problema (N = 90): la mayoría de las estudiantes presenta un nivel Bajo (55 casos; 61.11%), mientras que el nivel Medio agrupa a 21 (23.33%) y el Alto a 14 (15.56%).

La Tabla 10 y la Figura 9 muestran la distribución de los estilos de afrontamiento enfocados en la emoción (N = 90): la categoría Alto concentra la mayoría con 48 estudiantes (53,33%), seguida por Bajo con 23 (25,56%) y Medio con 19 (21,11%). Es decir, más de la mitad del grupo utiliza intensamente estrategias centradas en la emoción (gestión de sentimientos, búsqueda de apoyo, distracción), lo que coincide con el resultado general de la Tabla 8 donde ese estilo fue el predominante.

La Tabla 11 y la Figura 10 muestran la distribución de la dimensión otros estilos de afrontamiento (N = 90): la mayoría de estudiantes se ubica en el nivel Medio (41 casos; 45,56%), seguido por el nivel Bajo (34; 37,78%) y, en menor proporción, el nivel Alto (15; 16,67%).

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1 Análisis Inferencial

A fin de poder caracterizar a la distribución o base de datos, es decir, si los puntajes siguen una distribución normal (datos paramétricos) o no (datos no paramétricos), es imperativo ejecutar la prueba de normalidad, a fin de poder determinar el tipo de prueba a aplicar para la determinación del objetivo analítico.

Prueba de normalidad

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

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

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

Tabla 12

Prueba de normalidad.

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia Emocional	,294	90	,000
Intrapersonal	,242	90	,001
Interpersonal	,231	90	,000
Adaptabilidad	,264	90	,001
Manejo del estrés	,212	90	,000
Impresión Positiva	,248	90	,000
Duración del dormir	,251	90	,000
Uso de medicamentos para dormir	,264	90	,001
Estrategias de afrontamiento al estrés	,294	90	,000
Estilos de afrontamiento enfocados en el problema	,242	90	,001
Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción	,229	90	,000
Otros estilos de afrontamiento	,294	90	,000

En vista que la muestra (90) es mayor que 50, se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, y de acuerdo a los valores de

significancia donde existen valores menores a 0,05; de esta manera, se verifica que la distribución no se alinea a la normalidad, por lo que se empleó estadística no paramétrica, eligiéndose como prueba de correlación la prueba Rho de Spearman, considerando el objetivo de relación y las variables de tipo categórico ordinal.

Prueba de hipótesis general

Ho: No existe relación entre la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

H1: Existe relación entre la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

Tabla 12

Correlación entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman

		Estrategias de afrontamiento	
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coefficiente de correlación	,608**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	90

El valor p obtenido fue 0.000 (Sig. bilateral = 0.000), lo que indica significancia estadística; el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.608, lo que muestra una relación positiva de intensidad moderada entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés; por tanto, se acepta la hipótesis alternativa (H1): existe relación entre ambas variables en los estudiantes de quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” Tacna, 2025.

Prueba de hipótesis específica 1

Ho: No existe relación entre la dimensión intrapersonal de la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

H1: Existe relación entre la dimensión intrapersonal de la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

Tabla 14

Correlación entre dimensión intrapersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman

		Estrategias de afrontamiento	
Rho de Spearman	Dimensión intrapersonal	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral) N	,551** ,000 90

El valor p obtenido fue 0.000 (Sig. bilateral = 0.000), lo que indica significancia estadística; el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.551, lo que evidencia una relación positiva de intensidad moderada entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés; por tanto, se acepta la hipótesis alternativa (H1): existe relación entre la dimensión intrapersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” — Tacna, 2025.

Prueba de hipótesis específica 2

Ho: No existe relación entre la dimensión interpersonal de la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

H1: Existe relación entre la dimensión interpersonal de la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

Tabla 15

Correlación entre dimensión interpersonal y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman

		Estrategias de afrontamiento	
Rho de Spearman	Dimensión interpersonal	Coefficiente de correlación	,508**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	90

El valor p obtenido fue 0.000 (Sig. bilateral = 0.000), lo que indica significancia estadística; el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.508, lo que muestra una relación positiva de intensidad moderada entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés; por tanto, se acepta la hipótesis alternativa (H1): existe relación entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” — Tacna, 2025.

Prueba de hipótesis específica 3

Ho: No existe relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

H1: Existe relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

Tabla 16

Correlación entre dimensión adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman

		Estrategias de afrontamiento	
Rho de Spearman	Dimensión adaptabilidad	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral) N	de ,784** ,000 90

El valor p obtenido fue 0.000 (Sig. bilateral = 0.000), lo que indica significancia estadística; el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.784, lo que evidencia una relación positiva de intensidad alta entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés; por tanto, se acepta la hipótesis alternativa (H1): existe relación entre la dimensión adaptabilidad y las estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” — Tacna, 2025.

Prueba de hipótesis específica 4

Ho: No existe relación entre la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

H1: Existe relación entre la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

Tabla 17

Correlación entre dimensión manejo de estrés y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman

			Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Dimensión manejo de estrés	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral) N	de ,632** ,000 90

El valor p obtenido fue 0.000 (Sig. bilateral = 0.000), lo que indica significancia estadística; el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.632, lo que muestra una relación positiva de intensidad moderada a alta entre la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés; por tanto, se acepta la hipótesis alternativa (H1): existe relación entre la dimensión manejo del estrés y las estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” — Tacna, 2025.

Prueba de hipótesis específica 5

Ho: No existe relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

H1: Existe relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

Tabla 18

Correlación entre dimensión impresión positiva y las estrategias de afrontamiento al estrés según prueba de Rho de Spearman

			Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Dimensión impresión positiva	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral) N	de ,507** ,000 90

El valor p obtenido fue 0.000 (Sig. bilateral = 0.000), lo que indica significancia estadística; el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.507, lo que muestra una relación positiva de intensidad moderada entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés; por tanto, se acepta la hipótesis alternativa (H1): existe relación entre la dimensión impresión positiva y las estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” — Tacna, 2025.

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1 Comparación de resultados

En cuanto al objetivo general, se encontró que existe una relación positiva y de intensidad moderada entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés, lo que significa que, en líneas simples, los estudiantes con mejor manejo emocional tienden a usar con más frecuencia y eficacia recursos para enfrentar situaciones estresantes; este hallazgo tiene concordancias claras con estudios internacionales como el de Rangel (2022) y Delgado (2022), que reportaron asociaciones entre inteligencia emocional y estrategias orientadas a la resolución y a la reestructuración cognitiva, y también se alinea con la idea de que intervenir en habilidades emocionales reduce el estrés, tal como sugiere el metaanálisis de Ng et al. (2024); al mismo tiempo, los estudios nacionales y locales —por ejemplo Angela Tania et al. (2022), Berrocal y Hurtado (2025), Lecaros García (2022), Mamani (2022), Mora (2021) y Bustos (2024)— muestran matices y algunas discrepancias que conviene considerar, pues algunos informan relaciones inversas o efectos condicionados por el contexto y la intensidad del estrés, lo que nos invita a interpretar la relación general con cuidado y atendiendo a cómo se midieron las variables y a las particularidades del entorno escolar.

En cuanto al objetivo específico 1 (intrapersonal), se encontró que la dimensión intrapersonal mantiene una relación positiva de intensidad moderada con las estrategias de afrontamiento, de modo que los estudiantes que se conocen mejor y regulan sus emociones internas suelen optar por respuestas más planificadas y reflexivas; este resultado se respalda en Delgado (2022) y en Piekarska (2020), quienes muestran que la claridad y la comprensión emocional se asocian con resolución de problemas y reestructuración, y en el ámbito nacional Urruchi (2022) y Mamani (2022) también observan

que el autoconocimiento favorece afrontamientos orientados a la resolución o a la referencia a otros; sin embargo, estudios como Angela Tania et al. (2022) y Berrocal y Hurtado (2025) que reportan relaciones inversas entre IE y estrés académico nos recuerdan que la intrapersonal puede ser menos protectora cuando la carga estresora es muy alta o cuando faltan apoyos contextuales, y la evidencia de Mora (2021) sobre cansancio emocional sugiere que el agotamiento puede limitar la capacidad intrapersonal para activar estrategias eficaces.

En cuanto al objetivo específico 2 (interpersonal), se encontró que la dimensión interpersonal presenta una relación positiva de intensidad moderada con las estrategias de afrontamiento, lo que indica que quienes tienen mejores habilidades para comunicarse y relacionarse recurren con mayor frecuencia a apoyos sociales y a estrategias colaborativas; este patrón coincide con Urruchi (2022) y con elementos de Delgado (2022) que vinculan dimensiones emocionales con la expresión y búsqueda de apoyo, y a nivel local Bustos (2024) evidencia que la ausencia de buenas habilidades interpersonales puede derivar en respuestas sociales disfuncionales como la agresividad cuando el estrés es elevado; además, estudios como Rangel (2022) y Piekarska (2020) sostienen que la competencia social amplía el repertorio de afrontamiento disponible, mientras que las diferencias en aceptación cultural de pedir ayuda y en recursos escolares explican por qué la fuerza de esta relación puede variar entre contextos.

En cuanto al objetivo específico 3 (adaptabilidad), se encontró que la dimensión adaptabilidad mostró la relación más intensa con las estrategias de afrontamiento, es decir, los estudiantes más flexibles y capaces de ajustarse a cambios recurren con mayor frecuencia a

estrategias eficaces como la reestructuración cognitiva y la búsqueda activa de soluciones; este resultado se vincula con Delgado (2022) y Piekarska (2020) que resaltan el papel de habilidades emocionales en promover afrontamientos adaptativos, y guarda coherencia con los antecedentes locales como Mamani (2022) que apuntan a la relación entre IE y afrontamiento en Tacna; no obstante, la evidencia de Mora (2021) y Bustos (2024) advierte que la presión sostenida y el cansancio pueden sobrepasar la adaptabilidad, de modo que su efecto protector disminuye en situaciones de estrés crónico, por lo que fortalecer esta dimensión puede ser especialmente útil pero requiere condiciones de apoyo sostenidas.

En cuanto al objetivo específico 4 (manejo del estrés), se encontró que la dimensión manejo del estrés presenta una relación positiva de moderada a alta con las estrategias de afrontamiento, lo que quiere decir que quienes saben controlar su activación y recuperar la calma aplican con más facilidad técnicas concretas como respiración, relajación y planificación; este hallazgo se apoya en Hidalgo et al. (2022), que relaciona autocuidado, afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes de ciencias de la salud, y en el metaanálisis de Ng et al. (2024) que muestra eficacia de intervenciones centradas en regulación; al mismo tiempo, los hallazgos de Angela Tania et al. (2022), Lecaros García (2022) y Berrocal y Hurtado (2025) que reportan relaciones distintas entre IE y medidas de estrés indican que el manejo del estrés como competencia facilita la acción pero su impacto en la percepción del estrés depende de la carga externa y de los recursos contextuales.

En cuanto al objetivo específico 5 (impresión positiva), se encontró que la dimensión impresión positiva tiene una relación positiva de intensidad moderada con las estrategias de afrontamiento, de manera

que una visión optimista y una autoestima más favorable promueven la perseverancia, la reestructuración cognitiva y la búsqueda de soluciones en lugar de la evitación; este resultado es coherente con Delgado (2022) y Piekarska (2020) que asocian aspectos de reparación emocional con estrategias adaptativas, y en el contexto nacional Espinoza (2024) y Lecaros García (2022) muestran niveles altos en algunas subescalas de IE que ayudan a explicar por qué la impresión positiva facilita el afrontamiento; no obstante, la presencia de factores estresores fuertes descrita por Angela Tania et al. (2022), Berrocal y Hurtado (2025) y Bustos (2024) evidencia que la impresión positiva ayuda a actuar pero no siempre elimina la percepción de estrés cuando coexisten condiciones adversas.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Primera: En cuanto a la conclusión general, se encontró una relación positiva y de intensidad moderada entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” en Tacna, por lo tanto, se concluye que a mayor inteligencia emocional los estudiantes tienden, en general, a usar mejores estrategias para enfrentar el estrés.

Segunda: En cuanto a la conclusión específica 1, se encontró que la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional presentó una relación positiva de intensidad moderada con las estrategias de afrontamiento al estrés, de modo que los estudiantes que se conocen y regulan mejor internamente suelen emplear formas más efectivas de manejar el estrés.

Tercera: En cuanto a la conclusión específica 2, se encontró que la dimensión interpersonal mostró una relación positiva de intensidad moderada con las estrategias de afrontamiento, así que quienes tienen mejor manejo de las relaciones y de la comunicación con los demás tienden a utilizar estrategias más adecuadas frente al estrés.

Cuarta: En cuanto a la conclusión específica 3, se encontró que la dimensión adaptabilidad evidenció una relación positiva de intensidad alta con las estrategias de afrontamiento, por consiguiente, los estudiantes más flexibles y capaces de ajustarse a cambios recurren con mayor frecuencia a estrategias eficaces para enfrentar el estrés.

Quinta: En cuanto a la conclusión específica 4, se encontró que la dimensión manejo del estrés presentó una relación positiva de moderada a alta con las estrategias de afrontamiento, por eso quienes manejan mejor el estrés dentro de su inteligencia emocional aplican con mayor efectividad técnicas o conductas para afrontarlo.

Sexta: En cuanto a la conclusión específica 5, se encontró que la dimensión impresión positiva mostró una relación positiva de intensidad moderada con las estrategias de afrontamiento, de manera que una visión optimista o positiva de sí mismos se asocia con el uso de estrategias más adecuadas para enfrentar situaciones estresantes.

RECOMENDACIONES

Primera: Primero se sugiere que el área de tutoría escolar ponga en marcha talleres sobre inteligencia emocional dirigidos por los psicólogos educativos, donde se realicen actividades grupales y ejercicios prácticos sobre autoconocimiento y control emocional, para que los alumnos fortalezcan sus recursos internos y puedan enfrentar el estrés de una manera más sana y equilibrada.

Segunda: En segundo lugar, se aconseja que el área de psicología educativa, junto con los tutores de aula, organice actividades de reflexión personal y autoexploración como diarios emocionales o ejercicios de escritura orientada, de modo que los estudiantes aumenten su conciencia sobre sí mismos y aprendan a usar estrategias más adecuadas para manejar el estrés cotidiano.

Tercera: Asimismo, se propone que el área de convivencia escolar, bajo la orientación de los docentes encargados de tutoría y convivencia, impulse programas de habilidades sociales y comunicación asertiva mediante juegos de rol, debates y actividades colaborativas, buscando que los estudiantes fortalezcan sus relaciones interpersonales y aprendan a enfrentar el estrés desde el apoyo mutuo y la interacción positiva.

Cuarta: De igual manera, se plantea que el área de innovación pedagógica, con participación de los docentes de distintas áreas, integre metodologías activas y flexibles en clase, como proyectos interdisciplinarios o resolución de problemas reales, para que los estudiantes desarrollen su capacidad de adaptación y aprendan a responder con eficacia ante situaciones de presión o cambios imprevistos.

Quinta: También se recomienda que el área de bienestar estudiantil, con apoyo del psicólogo institucional, organice talleres prácticos sobre manejo del estrés que incluyan técnicas como respiración profunda, mindfulness o relajación progresiva, con el objetivo de que los estudiantes aprendan a regular su nivel de tensión y adopten estrategias más efectivas frente a las exigencias académicas o personales.

Sexta: Además, se sugiere que el área de tutoría, dirigida por los tutores y coordinadores de ciclo, incorpore sesiones de motivación y fortalecimiento de la autoestima mediante dinámicas de reconocimiento positivo y retroalimentación constructiva, de manera que los estudiantes desarrollen una visión más optimista de sí mismos y, por tanto, logren aplicar mejores estrategias para afrontar el estrés.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (Díaz y Palma) Díaz, M., & Palma, N. (2017). La inteligencia emocional y el clima social familiar en las estudiantes del VII ciclo del C.E.P. "Santa Rosa Misioneras Dominicanas del Rosario" Huacho; Lima, 2013 [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/8625>
- Angela Tania, B., Meliza Rosalin, M., & Patiño Ponce, Y. (2022). Inteligencia emocional y estrés académico [Trabajo académico, Universidad Continental]. Repositorio Institucional Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12251/6/IV_FHU_501_TE_Berrios_Magno_Patino_2022.pdf
- Arriba, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones de estrés académico en estudiantes de enfermería. (entrada en la lista de referencias).
- Bar-On, R. (1997). Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical manual. Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (1997). The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical manual. Canadá: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI).
- Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (2000). The Bar-On Emotional Quotient Inventory: Youth Version (EQ-i:YV) technical manual. Multi-Health Systems.
- Barraza Macías, A. (2008). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3). Recuperado de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/19028>
- Barraza, A. (2007). *Estes académico -un estado de la cuestión*. Obtenido de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-232-estres-academico-un-estado-de-la-cuestion.pdf>.
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 272.

- Bautista Zúñiga, L. (2017). Modelo de inteligencia social para la formación integral de los estudiantes de economía en la Universidad Nacional de Trujillo. *Revista Ciencia y Tecnología*, 12(4), 113–127. Recuperado de <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/1519/1524>
- Baylles, T. X. (2019). *El Estrés como detectarlo y controlarlo para mejorar la salud*. (S. edición, Ed.) Amat.
- Belkis Alfonso Águila; María Calcines Castillo; Roxana Monteagudo de la Guardia; Zaida Nieves Achon (2015). *Estrés Académico*. 7(2). (entrada tal como figura en el archivo).
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación*. Pearson.
- Berrocal Aréstegui, F., & Hurtado Ambrocio, O. (2025, December 5). Influencia de la inteligencia emocional en el estrés académico en estudiantes practicantes de psicología de Ayacucho. *Revista InveCom*. Recuperado de https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2739-00632025000102038
- Binet, A. (1905). New methods for the diagnosis of the intellectual level of subnormals. *L'Année psychologique*, 191–244.
- Bustos Tacora, S. (2024). *Estrés académico y agresividad en las estudiantes de secundaria de la institución educativa Mercedes Indacochea, Tacna 2024* [Tesis de pregrado, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio UPT. <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/3643>
- Cadena Alarcón, S. I. (2012). *Estilos de afrontamiento en mujeres diagnosticadas con cáncer de mama* [Tesis]. Repositorio Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/1752>
- Campitelli, G. (2009). La inteligencia como habilidad específica. En I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología (Universidad de Buenos Aires). Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-020/128.pdf>

- Carver, C. S. (1989). Evaluación de estrategias de afrontamiento: Un enfoque teórico. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, 56(2), 267–283.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92–100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., & Valdéz, N. (2003). El estrés: Una mirada desde la psicología. *Revista de Psicología*, 363–392.
- Chávez-Martínez, A. L., & Salazar-Jiménez, J. G. (2024). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes: Aportes para la práctica educativa. *RECIE. Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 8(1), 145–165. <https://doi.org/10.32541/recie.2024.v8i1.pp145-165>
- Chrousos, G. P., & Gold, P. W. (1992). Los conceptos de estrés y trastornos del sistema de estrés: Panorama de la homeostasis física y conductual. *JAMA*, 1244–1252.
- Comisión Europea. (2019). *Inteligencia emocional: Herramienta educativa para el desarrollo de competencias claves*. Erasmus, Madrid.
- Damasio, A. (1994). *Descartes' error: Emotion, reason, and the human brain*. Grosset/Putnam.
- Daniel, G. (1996). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós, S.A.
- Delgado-Requejo, N., Castillo-Ramos, J. C., & Cerda-Sánchez, L. (2023). Psychometric properties of the Stress Coping Scale Brief-COPE 28 in a Peruvian population. *Interacciones*, 9, e333. <https://doi.org/10.24016/2023.v9.333>
- Denegri, M. (2019). Clima social familiar y motivación de logro académico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Privada de

- Lima, 2018 [Tesis de maestría, Universidad Privada de Tacna].
<http://hdl.handle.net/20.500.12840/2821>
- Diario Oficial El Peruano. (2022, October 9). Minsa: La educación emocional es una herramienta para cuidar la salud mental desde la niñez. Recuperado de <https://www.elperuano.pe/noticia/193552-minsa-la-educacion-emocional-es-una-herramienta-para-cuidar-la-salud-mental-desde-la-ninez>
- Díaz, L., Fuentes, M., & Senra, L. (2018). Adolescencia y autoestima: Su desarrollo desde las instituciones educativas. *Revista Conrado*, 14(64), 98–103.
<https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/793>
- El Sahili, L. (2010). *Psicología para el docente*. México: Universidad de Guanajuato.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton & Company.
- Espinoza D'Elia, O. (2024). Inteligencia emocional en estudiantes de 4.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa privada en Huancayo, 2024 [Trabajo académico, Universidad Continental]. Repositorio Institucional Continental.
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/16210/1/IV_FHU_501_TE_Espinoza_D%e2%80%99Elia_2024.pdf
- Estrada Araoz, E. G., Zuloaga Araoz, M. C., Mamani Uchasara, H. J., Gallegos Ramos, N. A., Huaypar Loayza, K. H., Paredes Valverde, Y., & Quispe Herrera, R. (2022). Clima social familiar y resiliencia en estudiantes peruanos de educación primaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 41(4), 234–241.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.6944952>
- Fernández, J. (2018). *Introducción a la psicometría*. Pirámide.
- García-Domingo, B., & Quintanal Díaz, J. (2022). Inteligencia emocional como predictor de satisfacción en docentes de infantil y primaria. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 20(4). <https://doi.org/10.15366/reice2022.20.4.003> (esta corresponde a la cita en este texto como García y Quintanal (2019/2022))

- Gardner, H. (1993). *La teoría de las inteligencias múltiples*. (Edición en español).
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (2009). *Inteligencia emocional*. Kairós.
- González, P., Luz, C., & Quiñonez, A. (2018). Percepciones sobre la influencia de las actividades no comunicativas en la motivación para el aprendizaje de una lengua extranjera. *Revista Complutense de Educación*, 165–90. <https://doi.org/10.5209/RCED.52161>
- Hermitaño, R. E., & Zanabria, E. (2024). Importancia de la inteligencia emocional en la capacidad profesional de los docentes. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 8(32), 393–405. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i32.731>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Hidalgo Andrade, P., Cañas Lerma, A., & Cuartero Castañer, M. (2022). Autocuidado, afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes universitarios: El mundo al encuentro. Una reflexión sobre la educación. (Actas/ponencia).
- Howard, G. (1983). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Basic Books.
- Huamán Flores, E. J., & Condori Chambi, M. (2020). Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad estado en trabajadores de un centro de salud en cuarentena por COVID-19, Juliaca, Puno. Recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.14441/728>
- Janelle, B. (2005). *Gestión del estrés -Como vencer los obstáculos y mejorar su actitud y calidad de vida (3ª Edición)*. Gestión 2000.
- Javier, L. (2007). *Ergonomía y psicología aplicada*. Lex Nova. (se muestra en el archivo, y aparece la página 451 en el snippet).
- Julián, M. (2006). *Nuevo estilo de vida ¡Sin Estrés!*. Safeliz. (entrada 2006 relacionada con fases/estrés).

- Lazarus, R. S. (2000). Estrés y emoción: Manejo e implicaciones en nuestra salud. Desclée de Brouwer. Recuperado de <https://www.edesclee.com/img/cms/pdfs/9788433015235.pdf>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Stress, appraisal, and coping. Springer Publishing Company.
- Lazo, J. G., De Oliveira, S. N., Kaltenbrunner, A., & Vallejos, B. J. (2021). Influencia de componentes de inteligencia emocional en rendimiento académico escolar: Análisis en una institución educativa en Perú. *South Florida Journal of Development*, 2(5), 7053–7069. <https://doi.org/10.46932/sfjdv2n5-053>
- Lecaros García, V. (2022). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de secundaria de instituciones educativas particulares de Ventanilla, 2021 [Trabajo académico]. Repositorio UNFV. https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/5882/UNFV_FP_Lecaros_Garcia_Victoria_Elena_Titulo_profesional_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Longás, J., & Carrillo, E. (2018). Desarrollo y validación del cuestionario sobre condicionantes de éxito escolar en estudiantes de secundaria. *Revista Española de Pedagogía*, 55–82. <https://www.jstor.org/stable/26451541>
- Lucio, E., Durán Patiño, C., Barcelata Eguiarte, B., & Romero Gómez, E. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes: EA-A. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 36–48.
- Mamani Ramos, P. J. (2022). Inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés en los estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa El Faro, Tacna 2019 [Tesis, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio UPT. <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2544>
- McEwen, B. (2000). The neurobiology of stress: From serendipity to clinical relevance. *Brain Research*, 172–189. [https://doi.org/10.1016/S0006-8993\(00\)02950-4](https://doi.org/10.1016/S0006-8993(00)02950-4)
- Ministerio de Educación del Perú. (2024, December 24). Estrés académico adolescente y su relación con la habilidad socioemocional

de toma de decisiones de 2.º grado de secundaria (Zoom educativo N° 10). Recuperado de <http://umc.minedu.gob.pe/estres-academico-adolescente-y-su-relacion-con-la-habilidad-socioemocional-de-toma-decisiones-en-2-grado-de-secundaria/>

- Mora Calderón, N. (2021). Cansancio emocional y la inteligencia emocional de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico de Tacna, 2021 [Tesis de pregrado, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio UPT. <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2432>
- Morán, C., Landero, R., & González, M. T. (2010). COPE-28: Un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543–552. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/up/v9n2/v9n2a20.pdf>
- Moya, M., & Cunza, D. (2019). Clima social familiar y resiliencia en estudiantes de 3º, 4º y 5º año de secundaria. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, 9(2). <https://doi.org/10.17162/au.v9i2.361>
- Muñoz Razo, C. (2011). *Cómo elaborar y asesorar una investigación de tesis*. Pearson Educación de México.
- Ng, T. J., Ling, J., Robbins, L. B., & Kao, T.-S. A. (2024). Intervenciones para el manejo del estrés en adolescentes estadounidenses de secundaria: un metaanálisis. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 252–278.
- Oblitas, L. A. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida*. Cengage Learning. Recuperado de https://issuu.com/cengagelatam/docs/oblitas_issuu
- Olmos, L., Araujo, A., Burgos, S., & Romero, S. (2024). Inteligencia emocional de los estudiantes mediante el uso de estrategias lúdicas. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(1-1), 163–172. <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2269>
- Organización Panamericana de la Salud. (2014). *Plan de acción sobre salud mental 2015–2020*. Organización Panamericana de la Salud.
- Osorio Munaico, F. M., Escalante de Huayta, M. L. G., Paredes Montano, V. J., & Palomino Salazar, E. (2022). Inteligencia emocional y

- aprendizaje significativo durante la pandemia en una institución educativa del departamento. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 4081–4092. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3759
- Palacio, (2018). Bienestar social. Consejería de Salud. Recuperado de https://www.redlocalsalud.es/wp-content/uploads/2019/07/5_Bienestaremocional_RELAS-1.pdf
- Puente Sulay, L., Tituaña José, M., Yaguache Guillermina, O., Piarpuezan Elva, M., & Sandoval Leticia, H. (2023). La importancia de la inteligencia emocional en la práctica pedagógica de los docentes de educación general básica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(5), 309–331. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.7708
- Reyes Meza, C., & Sánchez Carlessi, H. (2015). Metodología y diseños en la investigación. Apoyo Empresarial Anneth SRL.
- Rodríguez, M. (2018). El clima familiar en la inteligencia emocional de los estudiantes del segundo grado de secundaria [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/22130>
- Román, C., & Hernández, Y. (junio de 2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 14(2), 10-11.
- Seconds, S. (2024). Reporte Estado del corazón 2024. Six Seconds. Recuperado de <https://esp.6seconds.org/ciencia-investigacion/estadodelcorazon/>
- Selye, H. (1956). *The stress of life* (obras clave sobre la teoría del estrés).
- Ugarriza Chávez, N., & Pajares del Águila, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA en una muestra de niños y adolescentes. *Persona* (Facultad de Psicología, Universidad de Lima), (8), 11–58. Recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.12724/2201>
- UNESCO. (2020). *Habilidades socioemocionales en América Latina y el Caribe*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO).

Urruchi Quintanilla, M. (2022). Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes mujeres del nivel secundaria de una institución educativa pública de Huancavelica, 2022 [Trabajo académico, Universidad Continental]. Repositorio Institucional Continental.

https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13254/1/IV_FHU_501_TE_Urruchi_Quintanilla_2023.pdf

Vélez, S. J., Valdez, A. N., & Rendón, I. B. (2024). La inteligencia emocional como habilidad para la vida en el desarrollo infantil desde la experiencia cotidiana. *Sinergia Académica*, 7(Especial), 122–149. <https://doi.org/10.51736/sa.v7iEspecial.203>

Zaldívar, R. (2024). Críticas constructivas a la educación emocional. *Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria*, 36(1), 95–118. <https://doi.org/10.14201/teri.30261>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. “Santísima Niña María” - Tacna, 2025.

Responsable: Lesly Rosario Gutierrez Flores

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGIA
<p>Pregunta de investigación general ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025?</p> <p>Preguntas de investigación específicas PE1. ¿Cuál es la relación entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.</p> <p>Objetivos específicos OE1. Determinar la relación entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.</p>	<p>Hipótesis general. Existe relación entre la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.</p> <p>Hipótesis específicas. HE1. Existe relación entre la dimensión intrapersonal de la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.</p>	<p>Variable 1 (Inteligencia Emocional) — dimensiones: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés, estado de ánimo.</p> <p>Variable 2 (Estrategias de afrontamiento al estrés) — dimensiones: afrontamiento centrado en el problema, afrontamiento centrado en la emoción, evitación/otros.</p>	<p>Tipo: Básico Nivel: relacional Diseño: cuantitativo, no experimental, transversal correlacional. Muestra: población/censo o muestreo definido (estudiantes 5.º año).</p> <p>Instrumentos: BarOn ICE:NA (o instrumento de IE validado para jóvenes) y COPE-28 (o escala de afrontamiento válida). Análisis: estadística descriptiva para P1 y P2 (medias,</p>

<p>quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025? PE2. ¿Cuál es la relación entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025? PE3. ¿Cuál es la relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025? PE4. ¿Cuál es la relación entre la dimensión manejo del estrés de la</p>	<p>OE2. Determinar la relación entre la dimensión inteligencia interpersonal de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025. OE3. Determinar la relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025. OE4. Determinar la relación entre la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la</p>	<p>HE2. Existe relación entre la dimensión interpersonal de la Inteligencia Emocional y las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025. HE3. Existe relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025. HE4. Existe relación entre la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del</p>		<p>frecuencias, niveles); pruebas de normalidad; correlaciones Spearman</p>
--	--	---	--	---

<p>inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025? PE5. ¿Cuál es la relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025?</p>	<p>I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025. OE5. Determinar la relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.</p>	<p>quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025. HE5. Existe relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María” - Tacna, 2025.</p>		
--	--	--	--	--

Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn: NA - A

Edad: _____ Grado: _____ Sección: _____

INSTRUCCIONES

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

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

Dinos como te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORIA DE LUGARES**. Elige una, y solo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a esta respuesta. Por ejemplo, si esta respuesta es “Rara vez”, haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor has un **ASPA (X)** en la respuesta de cada oración.

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

14	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
15	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4
16	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
17	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
18	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
19	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	1	2	3	4
20	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
21	Para mí es fácil decirles a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
22	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
23	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
24	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
25	No tengo días malos.	1	2	3	4
26	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
27	Me fastidio fácilmente.	1	2	3	4
28	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
29	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
30	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.	1	2	3	4

**CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS
(COPE28)**

Nuestro interés es conocer como las personas responden cuando se enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar que cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentre en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos QUE MÁS USA.

Marque con una (X) en la opción que mejor lo describe

- NUNCA LO HAGO (0)**
A VECES HAGO ESTO (1)
A MENUDO HAGO ESTO (2)
HAGO ESTO CON MUCHA FRECUENCIA (3)

Ítems	0	1	2	3
1. Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.				
2. Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.				
3. Acepto la realidad de lo que ha sucedido.				
4. Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.				
5. Me digo a mí mismo esto no es real.				
6. Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
7. Hago bromas sobre ello				
8. Me critico a mí mismo.				
9. Consigo apoyo emocional de otros.				
10. Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
11. Renuncio a intentar ocuparme de ello.				
12. Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradablemente				
13. Me niego a creer que haya sucedido.				
14. Intento verlo de una perspectiva positiva				
15. Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor				
16. Intento hallar consuelo en mi religión				
17. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				
18. Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
19. Me rio de la situación.				
20. Rezo o medito				

21. Aprendo a vivir con ello				
22. Hago algo para pensar menos en ello				
23. Expreso mis sentimientos negativos				
24. Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo				
25. Renuncio al intento de hacer frente al problema				
26. Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
27. Me echo la culpa de lo que ha sucedido.				
28. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen				

Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

(INVENTARIO EMOCIONAL BarOn: NA – A)

I. DATOS GENERALES

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRES
 Título de la Investigación: EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTISIMA NIÑA MARIA" - TACNA, 2025.
 Nombre del Experto: MGTR. MARIA VALDEZ MARÓN

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

- Sin observaciones.


 María F. Valdez Marón
 Psicóloga
 C.Ps. P. 0681

Apellidos y Nombres del validador:
 Grado académico: Magister en Educación, Lic. en Psicología.
 N°. DNI: 00427948

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

(CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS COPE28)

I. DATOS GENERALES

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRES

Título de la Investigación: EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTISIMA NIÑA MARIA" - TACNA, 2025.

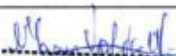
Nombre del Experto: MGTR. MARIA VALDEZ MARÓN

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

- Sin observaciones.


María F. Valdez Marón
Psicóloga
C.Ps. P. 0681

Apellidos y Nombres del validador:

Grado académico: Magister en Educación, Lic. en Psicología

N°. DNI: 00427948

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

(INVENTARIO EMOCIONAL BarOn: NA – A)

I. DATOS GENERALES


INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRES
Título de la Investigación: EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTISIMA NIÑA MARIA" - TACNA, 2025.


Nombre del Experto: LIC. FRANKLIN CHUNGA QUIROZ

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

 No tiene observaciones.


Apellidos y Nombres del validador: Chunga Quiroz Franklin Jonathan
Grado académico: Licenciado en Psicología, Colegiado.
N°. DNE: 75263437

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

(CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS COPE28)

I. DATOS GENERALES

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRES

Título de la Investigación: EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTISIMA NIÑA MARIA" - TACNA, 2025.

Nombre del Experto: LIC. FRANKLIN CHUNGA QUIROZ

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

No tiene observaciones.



Apellidos y Nombres del validador: *Chunga Quiroz Franklin Jhoratan*
 Grado académico: *Licenciado en Psicología, Colegiado.*
 N°. DNI: *75262437*

INFORME DE VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

(INVENTARIO EMOCIONAL BarOn: NA – A)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRES EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTISIMA NIÑA MARIA" - TACNA, 2025.


Nombre del Experto: LIC. JAVIER LOPEZ CARDENAS

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

No hay observaciones.


Lic. E. Javier Cardenas López
PSICOLOGO
C.P.P. 56480

Apellidos y Nombres del validador: Cardenas Lopez Javier
Grado académico: Lic. en Psicología Colegiado
N°. DNI: 7113 2820

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

(CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS COPE28)

I. DATOS GENERALES

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS
Título de la Investigación: EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTÍSIMA NIÑA MARÍA" - TACNA, 2025.
Nombre del Experto: LIC. JAVIER LOPEZ CARDENAS

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

_ No hay observaciones.


Lic. E. Javier Cardenas López
PSICOLOGO
G.P.P. 56400

Apellidos y Nombres del validador: Cardenas López Javier
Grado académico: Lic. en Psicología Colegiado
N°. DNI: 71132820

CONSENTIMIENTO Y ASENTIMIENTO INFORMADO



CONSENTIMIENTO INFORMADO

"Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. "Santísima Niña María" - Tacna, 2025."

Institución : Universidad Autónoma de Ica.

Responsables : Gutierrez Flores Lesly Rosario
Estudiante del programa académico de Psicología.

Objetivo de la investigación: Por la presente estamos invitando a su menor hija a participar de la investigación que tiene como finalidad de **Determinar la relación entre el total de la inteligencia emocional y las dimensiones de las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. Santísima Niña María" - Tacna, 2025.** Al participar del estudio, su menor hija deberá resolver un instrumento de 28 ítems y otro de 30 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

Procedimiento: Si acepta que su menor hija participe de este estudio, su hija deberá responder los instrumentos denominados "Inventario de Inteligencia Emocional BarOn| ICE – NA" y el "Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE28)" los cuales deberán ser resueltos en un tiempo de 25 minutos, dichos instrumentos serán entregados de manera física.

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

Consentimiento: Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por la Investigadora y acepto, voluntariamente que mi menor hija participe en el estudio indicado, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación, así mismo, autorizo la toma de fotos (evidencia fotográfica), durante la resolución de los instrumentos de recolección de datos.

Tacna, de, de 2025

Firma:

Apellidos y nombres:

DNI:



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

ASENTIMIENTO INFORMADO

Título: "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTISIMA NIÑA MARIA" - TACNA, 2025".

Estimado estudiante, te invitamos a formar parte de la presente investigación, para la cual requerimos tú valiosa participación en la resolución de un cuestionario.

Objetivo del estudio: Determinar la relación entre el total de la Inteligencia Emocional y las dimensiones de las Estrategias de Afrontamiento al Estrés en estudiantes del quinto año de secundaria de la I.E. "Santísima Niña María" - Tacna, 2025.

Procedimiento: Si aceptas participar de la investigación, te aplicaremos dos cuestionarios uno de 28 ítems y el otro de 30 ítems, los cuales responderás en un lapso de 25 minutos. Esta evaluación trata sobre los niveles de inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés utilizadas en la vida cotidiana, para lo cual solicitamos respuestas con sinceridad cada una de las preguntas que se te presentan, ten en cuenta que no es necesario identificarte al responder el cuestionario. Así mismo, es importante no dejar ítems en blanco, ya que cada respuesta es valiosa.

Confidencialidad: Los resultados del cuestionario aplicado solo lo sabrás tú, y tú apoderado con el fin de guardar la confidencialidad de los datos y no complicar nuestro trabajo profesional. Si firmas este documento quiere decir que lo leíste, o alguien te lo ha leído y aceptas participar en la investigación.

Si, acepto

No, acepto

Tacna, de, de 2025

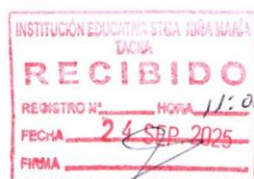
Firma:

Apellidos y nombres:

EVIDENCIA DOCUMENTARIA

**SOLICITO: PERMISO PARA EL
DESARROLLO DE TESIS**

**SEÑOR JUAN LUIS ANCO MAMANI
DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA "SANTISIMA NIÑA MARIA" – TACNA**




YO, **LESLY ROSARIO GUTIERREZ FLORES** de nacionalidad peruana, identificada con DNI N° 70569745, Bachiller en Psicología, con domicilio en la Junta Vecinal Nuestra Señora de la Natividad, Calle Carolina Freyre 2123 – A del distrito de Tacna, ante Usted con el debido respeto me presento y digo:

Aprovecho la oportunidad para poder saludarlo, así mismo, en mi calidad de Bachiller de Psicología me presento ante Ud. apelando a su gran espíritu humanitario ya que vengo desarrollando la tesis denominada INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTÍSIMA NIÑA MARÍA" - TACNA, 2025. Por lo cual solicito permiso para acceder a la información y todo lo que pueda ser útil para el desarrollo de la tesis.

POR LO EXPUESTO:

Pido a Usted acceder a mi solicitud, agradeciendo anticipadamente su gentil diferencia.

Tacna, 24 de septiembre del 2025.



LESLY ROSARIO GUTIERREZ FLORES
DNI N° 70569745



“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”

Chincha Alta, 26 de Setiembre del 2025

OFICIO N°2022-2025-UAI-FCS

Sr. Juan Luis Anco Mamani
Director
I.E. SANTISIMA NIÑA MARIA
Presente. -

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente.

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

En tal sentido, nuestra estudiante se encuentra en el desarrollo de tesis para la obtención del título profesional, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. La estudiante ha tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

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

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

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

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

Av. Abelardo Alva Maurtua 489
autonomadeica.edu.pe





CARTA DE PRESENTACIÓN

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

Hace Constar:

Que, **GUTIERREZ FLORES, Lesly Rosario** identificada con código de estudiante **0070569745** del Programa Académico de **PSICOLOGÍA**, quien viene desarrollando la tesis denominada: **"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTA NIÑA MARIA" – TACNA, 2025."**

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

Chincha Alta, 26 de Setiembre del 2025



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





INSTITUCIÓN EDUCATIVA "SANTÍSIMA NIÑA MARÍA"

Creada por RD. N° 164 del 06 de abril del 1983

Calle Piura N° 136 TACNA – PER

Ú

"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

Tacna, 09 de octubre de 2025

SEÑOR

Mag. JOSÉ YOMIL PEREZ GOMEZ
Decano (e) de la Facultad de Ciencias de la Salud
de la Universidad Autónoma de Ica

PRESENTE.-

ASUNTO: Autorización a estudiante.

REF.: Oficio N° 2022-2025-UAI-FCS

Es grato dirigirme a Ud., para saludarlo cordialmente a nombre de la I.E. "Santísima Niña María" y a la vez, dando respuesta al documento recibido, se autoriza a la **Bach. LESLY ROSARIO GUTIERREZ FLORES** del Programa Académico de Psicología, realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación con las estudiantes del 5° Grado A-B-C del Nivel Secundaria de nuestra Institución Educativa, para la realización de la tesis denominada: "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. "SANTÍSIMA NIÑA MARÍA"- TACNA 2025".

Sin otro particular, quedo de Ud.,

ATENTAMENTE,

JLAM/D.IESNM
SRSC/SECRET.



I.E. SANTÍSIMA NIÑA MARÍA
Prof. Juan L. Anco Marmara
DIRECTOR

"LA NIÑA MARÍA NUESTRO CAMINO, EL ÉXITO NUESTRO DESTINO"

Anexo 4: Base de datos

Base de datos variable inteligencia emocional

N°	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20	p21	p22	p23	p24	p25	p26	p27	p28	p29	p30
1	2	1	3	2	5	2	5	5	5	1	5	4	3	5	5	5	3	2	2	2	4	1	3	4	4	4	4	4	4	3
2	3	5	3	1	4	4	3	3	4	5	4	3	1	1	3	3	2	3	4	2	3	3	4	5	3	2	5	5	3	2
3	1	3	1	2	3	1	2	4	2	4	2	3	3	1	2	2	5	2	4	4	5	3	3	1	5	5	1	3	1	2
4	5	2	4	2	2	2	5	3	3	1	3	2	1	4	4	4	5	5	4	3	2	2	1	1	3	2	5	1	2	2
5	1	3	3	2	4	5	4	5	5	5	3	4	5	5	4	3	5	2	3	2	4	3	5	5	5	1	1	4	5	3
6	2	4	5	5	1	1	2	5	5	2	2	3	2	2	1	1	1	4	4	5	4	4	5	5	2	3	4	2	4	1
7	5	5	2	2	5	4	2	3	4	4	3	5	5	1	5	5	3	1	1	1	5	3	2	3	4	4	1	4	2	5
8	3	2	5	5	2	5	4	1	2	3	1	4	4	5	2	4	2	2	4	4	5	3	1	3	4	1	4	4	3	3
9	5	5	1	5	1	4	4	3	2	3	2	3	4	3	5	2	1	5	4	5	5	3	2	5	5	3	1	4	1	3
10	2	1	1	3	4	5	1	1	2	2	1	1	1	1	5	5	4	1	2	3	4	5	3	3	5	1	1	4	3	4
11	4	5	4	5	1	4	3	1	1	1	1	4	4	5	5	3	1	5	1	4	4	4	5	5	4	2	4	4	1	4
12	1	4	2	4	2	1	4	5	2	3	4	1	1	1	1	3	3	4	5	3	4	3	4	2	3	3	3	5	2	5
13	2	1	5	1	5	5	2	3	5	1	5	2	4	2	4	3	4	5	1	3	3	5	4	1	4	5	3	2	4	4
14	2	5	2	4	4	1	4	4	3	1	1	1	2	2	2	2	1	3	5	2	4	5	5	4	4	2	3	1	1	1
15	1	2	1	5	2	1	3	2	2	3	1	5	4	1	3	2	4	5	3	4	4	2	2	5	2	2	5	1	4	4
16	3	4	5	4	5	4	2	3	1	2	4	1	1	4	2	2	3	3	4	2	3	1	3	4	3	5	3	5	1	1
17	1	3	2	2	5	3	2	1	4	4	2	4	2	2	2	2	1	4	2	5	3	4	2	4	4	3	3	3	4	1
18	4	4	5	3	2	3	3	4	4	4	3	1	5	2	4	2	5	5	5	5	5	3	1	1	3	5	5	5	3	2
19	3	4	5	3	4	4	1	3	5	1	2	3	5	5	3	5	1	1	5	3	4	4	1	3	4	4	3	5	5	1
20	5	2	4	1	5	4	1	3	5	4	3	2	3	3	1	2	1	5	3	4	5	5	5	1	1	1	2	2	5	1
21	1	3	4	5	2	3	3	1	1	1	2	2	3	3	1	1	4	4	3	5	2	1	4	4	2	3	3	2	3	1
22	2	4	5	2	4	2	1	2	3	1	3	1	3	5	5	2	2	5	1	2	3	4	3	4	1	5	5	1	2	1
23	4	2	3	5	5	3	2	1	1	3	4	5	4	4	1	3	1	3	3	4	5	4	1	4	3	1	1	2	3	2

24	5	5	2	3	3	3	2	5	1	2	3	1	1	2	2	4	3	1	4	2	3	4	1	2	4	1	4	3	4	5
25	4	2	5	2	1	5	5	1	4	1	5	2	3	5	2	2	1	4	4	1	1	5	1	5	3	4	5	4	2	2
26	3	5	1	2	5	2	4	3	3	4	5	4	1	4	3	5	5	4	2	1	4	3	1	5	2	1	3	5	4	1
27	5	4	5	2	2	1	2	5	3	1	5	1	5	5	3	4	5	5	4	2	1	5	1	4	4	4	3	3	1	5
28	4	3	2	5	2	4	1	3	3	2	1	1	2	2	1	3	5	3	4	3	1	2	2	3	2	3	1	3	1	2
29	4	1	3	5	4	5	5	5	2	2	3	5	3	1	1	1	5	5	3	1	3	3	4	4	5	5	2	4	2	5
30	2	3	2	5	2	2	4	4	4	1	2	1	4	2	2	3	1	5	1	2	4	1	5	5	4	5	4	3	5	5
31	4	4	2	4	5	1	3	4	5	2	4	1	4	4	3	5	4	3	5	3	1	4	3	2	1	2	4	4	1	5
32	3	3	5	4	2	1	2	3	5	4	3	1	2	3	4	4	4	5	3	2	1	5	3	1	3	5	1	2	1	2
33	3	3	2	1	3	2	4	4	1	1	2	5	5	3	1	2	4	1	5	2	1	4	2	5	4	2	3	5	5	2
34	4	2	4	5	2	2	2	1	3	1	4	4	5	5	1	3	5	5	5	4	1	5	5	3	3	2	4	1	3	3
35	4	3	4	5	5	3	2	4	5	5	1	1	4	3	1	5	4	3	2	1	2	2	2	4	2	4	4	4	2	1
36	3	4	4	5	5	3	4	2	2	5	4	5	1	2	3	3	1	5	1	1	2	5	3	5	5	2	3	4	3	5
37	3	5	4	2	2	5	3	3	3	5	3	5	3	4	3	1	2	2	4	4	3	2	2	2	2	1	3	4	3	2
38	1	3	2	1	4	4	4	1	2	1	2	4	1	2	4	3	2	4	1	2	5	1	4	3	2	5	1	4	2	4
39	3	5	3	3	2	2	3	3	5	4	2	3	3	3	5	1	4	1	4	3	4	3	2	1	4	4	1	1	4	2
40	5	1	3	4	5	5	2	5	2	4	5	5	5	1	3	1	3	3	4	3	3	1	5	1	4	3	4	3	1	1
41	3	2	2	5	2	1	4	3	4	1	4	5	1	5	4	5	1	5	3	1	3	4	1	3	1	4	2	4	5	4
42	5	4	2	4	5	5	1	4	1	2	3	3	3	4	4	1	1	4	5	5	2	3	5	2	5	5	1	3	1	2
43	2	3	3	4	2	1	3	1	3	3	4	2	4	3	2	4	5	4	1	3	2	5	4	1	4	4	3	2	2	3
44	2	1	1	5	1	1	5	3	1	2	2	1	1	2	2	4	4	5	3	5	3	1	1	3	2	1	1	5	3	1
45	4	4	5	2	5	1	3	2	2	5	2	1	4	3	4	3	2	4	3	4	4	5	2	1	5	2	2	3	2	1
46	1	3	5	4	4	5	2	5	5	4	1	1	2	5	4	4	5	3	4	3	4	3	5	2	2	2	5	1	4	5
47	3	2	1	3	5	3	2	3	2	5	2	2	4	3	5	3	2	4	5	3	5	1	1	1	3	1	1	4	1	2
48	1	4	3	4	5	2	1	2	4	1	3	2	2	2	2	3	2	2	4	1	2	4	2	3	3	3	4	2	2	3
49	1	1	1	3	2	5	4	4	1	3	1	2	1	5	2	3	4	1	2	1	2	3	2	1	2	4	4	5	5	5
50	1	1	2	4	1	3	5	2	5	5	4	3	2	5	3	1	4	2	4	1	1	1	4	3	4	5	4	3	2	2
51	4	3	4	2	5	5	2	1	2	2	3	2	2	5	4	2	5	1	4	1	4	2	3	3	4	5	1	1	1	3

52	4	2	3	3	3	3	5	4	5	4	5	1	5	2	1	1	2	2	4	4	1	1	2	3	2	4	2	5	2	2
53	3	1	3	2	1	2	1	2	1	2	5	1	3	4	4	1	5	4	5	5	2	2	5	2	1	5	4	5	5	1
54	4	1	4	4	3	1	5	3	4	2	5	4	2	4	5	1	1	4	1	2	4	4	3	3	4	5	4	3	5	2
55	3	1	2	2	4	1	2	4	1	5	2	1	3	2	5	5	3	5	5	5	1	5	5	2	2	4	4	5	1	2
56	4	1	5	2	1	2	1	2	4	3	4	4	2	4	1	3	3	3	2	3	5	2	5	4	1	3	5	2	5	3
57	3	3	1	5	2	1	2	1	5	3	5	1	3	4	4	4	1	3	3	3	3	2	1	1	5	4	4	1	1	4
58	2	2	1	4	1	3	2	1	4	1	2	1	4	3	2	4	3	4	4	1	4	3	2	4	2	1	4	4	1	2
59	3	3	2	1	4	1	3	2	1	1	4	1	1	1	2	4	1	1	1	3	2	2	2	1	5	5	5	2	2	2
60	2	3	4	4	3	5	4	2	2	5	1	2	5	1	1	3	5	2	2	4	5	3	4	3	1	5	5	4	4	3
61	4	5	2	3	3	4	2	3	5	5	4	2	1	1	2	4	3	4	5	4	1	3	3	1	3	2	1	5	5	4
62	4	1	5	4	3	2	5	1	3	1	5	2	4	3	5	3	5	5	3	4	1	5	1	4	4	2	4	5	4	5
63	1	2	1	5	1	2	1	4	3	3	3	4	5	1	5	5	3	3	4	5	1	2	2	3	1	4	2	2	2	2
64	1	4	5	1	2	3	5	4	4	4	4	3	1	2	3	1	2	1	5	4	3	4	1	4	1	4	4	5	1	2
65	2	1	1	1	5	5	5	2	5	5	3	3	2	3	3	3	1	3	1	4	5	1	2	4	2	1	1	3	3	3
66	3	5	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	5	2	5	5	2	1	1	2	2	3	5	1	4	4	2
67	1	4	5	3	1	5	5	2	1	2	3	3	3	1	5	3	4	1	4	2	1	4	2	1	1	3	1	1	2	4
68	5	5	1	3	2	4	1	5	5	3	3	1	1	2	4	1	1	5	1	1	4	4	2	2	5	1	5	1	2	1
69	2	3	4	1	3	1	1	3	2	1	5	4	4	4	5	1	4	1	3	4	5	3	3	4	4	4	2	2	4	4
70	2	4	4	4	3	3	3	1	5	4	3	3	5	3	5	2	5	5	2	3	2	4	4	1	5	3	5	5	4	1
71	1	1	1	5	5	1	5	5	4	3	3	5	1	5	5	2	3	2	1	3	3	5	2	1	3	5	2	2	2	1
72	2	1	2	2	5	1	1	1	3	4	1	3	4	1	4	4	3	4	5	4	3	4	3	1	4	1	2	1	2	2
73	1	3	2	2	2	1	4	3	4	1	5	2	4	4	5	1	1	4	5	3	5	3	5	2	3	5	4	4	5	5
74	2	3	5	4	1	1	4	3	1	5	3	2	2	1	2	2	3	2	1	3	2	2	4	5	2	2	2	2	4	4
75	2	2	2	5	2	5	5	4	3	2	4	4	3	3	5	3	1	4	3	3	5	2	3	3	2	4	2	3	2	4
76	1	1	3	1	2	4	2	5	4	3	3	3	5	5	2	4	2	4	2	1	2	3	2	1	2	3	4	3	1	1
77	4	1	2	4	1	1	1	3	4	2	1	2	4	3	3	4	1	1	1	1	4	5	2	3	4	2	1	1	1	4
78	5	1	1	2	1	3	5	3	4	1	5	5	1	3	3	1	2	4	1	4	3	2	2	3	4	1	2	1	4	3
79	4	3	1	4	5	5	2	2	4	5	2	2	3	3	4	1	1	3	1	5	4	5	1	5	2	3	4	2	5	1

80	3	2	2	4	5	5	4	2	5	3	3	1	1	5	2	4	2	5	1	3	1	4	4	5	3	5	2	2	1	3
81	4	2	2	5	1	3	1	1	3	1	5	1	1	1	4	5	5	4	4	4	4	2	3	1	5	2	5	2	4	4
82	2	5	5	1	1	1	5	4	5	2	5	5	2	2	1	3	2	4	5	5	4	3	4	5	1	1	3	4	3	2
83	4	3	4	3	2	2	4	2	2	1	4	2	5	1	5	3	1	4	1	3	1	5	4	1	3	4	2	3	5	5
84	5	3	5	5	1	2	1	5	4	4	4	3	5	4	2	5	2	3	4	2	1	3	1	1	4	5	2	4	4	5
85	5	5	4	3	4	1	1	1	1	2	2	5	1	3	1	1	3	5	1	5	1	1	1	5	4	4	1	4	2	4
86	5	5	2	4	4	4	4	3	1	1	2	2	5	5	5	4	2	2	4	4	3	5	5	5	2	1	1	2	1	5
87	5	2	5	3	3	3	3	4	5	4	4	4	4	5	3	2	5	3	5	4	5	3	2	2	1	5	2	3	1	1
88	1	5	2	3	5	3	2	3	3	3	3	3	3	5	4	2	5	3	5	2	3	4	5	1	1	3	2	1	5	5
89	4	3	3	1	5	4	5	4	5	2	4	2	1	4	2	1	3	1	5	3	2	1	4	2	2	5	5	1	5	1
90	5	3	1	1	4	4	4	1	1	1	3	4	5	2	2	2	4	1	2	3	5	3	3	5	4	3	3	5	2	3

Base de datos variable estrategias de afrontamiento

N°	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20	p21	p22	p23	p24	p25	p26	p27	p28
1	1	4	3	3	3	1	3	1	5	4	3	2	4	2	5	1	1	1	4	2	5	5	1	2	5	5	2	4
2	3	4	1	1	1	3	5	1	2	5	1	4	3	1	3	4	2	4	4	3	4	2	5	2	4	4	2	2
3	4	1	2	5	5	2	2	2	4	1	5	5	4	1	3	1	5	5	1	5	3	1	4	3	2	1	4	3
4	4	4	2	1	3	1	2	3	4	4	1	1	5	5	4	2	2	3	3	1	1	5	5	4	3	5	5	2
5	5	2	5	4	3	3	3	4	1	4	3	5	4	2	3	1	2	5	3	5	5	1	2	4	5	3	3	5
6	1	2	5	1	4	4	4	4	5	5	2	4	1	4	1	2	1	3	3	5	4	3	1	5	1	1	5	5
7	4	1	5	4	5	2	3	1	3	3	3	5	4	4	1	5	2	4	4	4	1	3	4	4	2	4	5	5
8	4	3	2	4	2	3	4	5	1	1	2	4	1	2	1	2	5	2	4	3	1	2	5	5	2	5	3	5
9	3	1	1	1	4	3	3	5	4	3	5	2	4	1	5	3	3	4	2	5	3	5	1	5	2	1	3	1
10	4	4	2	3	1	1	4	1	4	3	4	2	2	2	1	2	3	3	2	1	5	3	1	5	2	2	1	3
11	1	2	4	5	4	3	3	4	4	3	5	5	5	5	4	5	2	1	4	3	1	1	2	4	2	5	1	2
12	4	5	2	4	4	5	3	3	5	4	1	5	1	5	2	5	2	5	4	1	4	4	3	4	4	3	2	1
13	5	5	1	4	3	1	1	4	2	3	4	2	1	3	2	1	5	2	2	5	2	2	5	3	1	5	1	1

14	1	4	2	1	5	2	1	2	5	5	2	2	2	3	1	5	1	2	1	2	4	1	5	1	5	5	1	5
15	5	4	3	2	2	4	5	3	3	5	2	5	4	4	1	3	3	5	5	5	4	2	1	2	1	1	3	5
16	5	2	5	1	3	3	5	2	3	1	5	1	5	5	3	1	2	3	4	5	3	4	5	5	5	1	5	3
17	3	5	1	4	5	1	4	2	3	3	1	3	2	1	3	2	2	3	4	3	2	1	2	5	3	4	3	1
18	2	2	2	3	1	5	3	1	1	5	4	5	4	3	1	2	1	3	3	1	1	1	2	1	1	2	3	5
19	2	5	4	2	4	5	2	2	5	5	2	4	4	2	2	1	5	3	3	5	1	4	2	3	1	4	2	2
20	5	1	3	4	1	2	4	1	4	3	5	1	3	3	4	3	5	1	5	3	2	3	5	2	5	2	4	4
21	2	1	4	1	5	3	2	1	1	3	1	1	5	3	5	3	4	1	5	4	5	5	3	3	3	2	4	5
22	3	2	2	2	2	2	1	3	5	5	1	2	4	2	5	3	3	3	2	2	2	5	4	4	2	4	2	5
23	4	2	4	4	5	2	3	4	1	2	3	3	2	4	1	3	1	4	3	3	5	3	5	5	1	5	1	5
24	2	4	3	5	2	4	1	2	2	4	1	1	4	5	3	4	2	4	2	1	5	5	2	4	4	4	1	2
25	1	3	4	3	4	2	2	4	1	4	3	5	3	3	2	3	5	4	5	5	3	3	3	1	5	4	1	1
26	3	2	3	4	3	2	4	5	1	4	1	5	2	5	4	2	1	5	1	2	1	5	3	4	5	1	2	5
27	1	5	3	4	1	5	4	5	5	5	2	5	4	5	2	4	4	5	2	3	5	4	5	2	5	4	4	1
28	1	3	5	5	1	5	4	2	1	2	1	2	1	5	4	3	1	1	4	1	5	4	3	1	5	5	4	2
29	3	4	1	3	4	4	4	4	3	1	4	3	3	2	5	5	1	1	1	1	4	2	5	5	1	2	3	5
30	5	4	2	5	5	5	3	4	4	4	1	5	1	1	3	4	5	5	1	1	3	2	3	4	3	2	2	4
31	2	4	1	4	1	1	5	2	5	5	2	2	5	1	2	3	4	5	4	1	5	4	5	4	1	5	3	5
32	4	2	3	5	1	5	3	3	2	3	1	3	4	5	3	5	2	2	4	3	1	1	5	1	4	4	4	3
33	5	5	2	3	3	5	2	4	3	2	3	1	3	1	5	5	2	1	4	2	4	3	2	4	3	3	4	4
34	4	2	5	2	5	4	2	2	5	5	5	4	1	1	5	4	3	4	2	5	1	1	1	3	4	3	1	3
35	4	3	5	3	4	5	2	3	2	1	4	1	5	4	3	4	3	4	1	5	1	1	5	4	1	1	4	5
36	2	5	3	5	1	3	4	5	3	3	2	5	3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	1	2	1	2	3	3
37	5	5	4	1	3	5	1	4	3	2	5	4	2	4	3	3	3	5	5	4	1	5	5	5	3	1	1	4
38	2	1	4	3	2	5	2	1	2	3	1	5	1	3	5	2	1	5	3	2	5	3	3	2	2	1	3	2
39	1	1	1	4	3	2	1	5	5	5	4	5	2	1	5	5	2	4	4	4	2	1	2	2	5	5	4	1
40	3	3	4	2	2	4	3	4	1	4	2	3	1	3	4	1	5	1	2	5	5	3	4	4	1	4	5	4
41	3	5	5	5	3	1	3	1	1	3	3	1	5	1	4	5	1	1	5	5	4	4	2	3	3	4	5	4

42	2	5	1	5	1	4	3	3	5	5	1	3	4	5	5	4	1	4	1	4	4	4	2	3	5	5	3	5
43	3	5	2	3	2	5	4	5	1	5	5	4	1	4	4	1	5	4	1	4	4	2	5	4	5	1	5	4
44	3	3	2	5	5	1	4	4	2	5	1	3	5	1	3	5	2	3	1	2	4	5	3	4	2	4	2	1
45	4	3	4	4	4	5	3	2	3	3	1	5	5	2	5	4	2	4	4	4	4	1	5	1	4	3	2	3
46	3	1	2	2	1	5	2	5	4	3	4	2	3	3	1	3	3	1	4	3	5	1	4	4	4	5	4	4
47	3	1	4	2	5	5	4	2	3	3	2	1	3	3	2	1	3	4	4	3	2	4	4	4	3	1	1	3
48	1	4	2	1	1	4	1	3	3	5	1	5	5	4	5	2	2	4	4	3	2	4	4	2	4	2	2	3
49	1	1	3	3	4	2	1	1	4	5	1	2	5	1	5	2	4	5	2	4	4	5	2	3	3	1	4	4
50	2	4	2	4	3	2	4	3	1	4	4	1	5	3	1	3	3	3	1	1	1	2	3	3	2	4	3	4
51	4	1	1	3	5	4	4	1	5	2	3	4	1	5	2	5	1	3	2	1	1	2	5	1	3	2	3	4
52	4	3	3	1	1	1	4	2	2	4	3	5	3	4	2	5	3	2	4	3	3	4	5	2	3	2	1	3
53	1	5	3	1	1	3	5	3	4	3	1	3	4	4	3	1	3	5	1	4	1	2	1	2	4	1	1	3
54	3	2	1	4	3	4	5	2	5	4	4	4	4	3	2	2	3	1	1	5	2	1	1	3	5	3	4	1
55	3	3	3	1	2	1	1	2	5	1	1	1	3	2	5	1	3	5	3	3	5	4	5	3	5	2	5	3
56	2	3	5	2	2	5	3	1	3	1	5	3	3	2	1	1	2	3	4	1	2	4	1	3	1	2	4	4
57	2	4	1	3	3	3	2	5	3	4	5	1	2	3	2	5	4	3	2	5	4	2	2	5	4	1	5	4
58	3	3	3	5	3	4	3	2	4	1	2	1	3	5	3	2	1	4	5	2	1	1	4	2	4	4	5	3
59	1	2	1	2	1	5	5	2	5	2	5	5	4	3	2	5	4	2	3	2	5	5	3	3	3	2	2	4
60	5	4	2	2	2	3	1	3	1	2	5	1	2	2	3	3	1	4	4	3	4	1	1	3	2	3	4	2
61	4	3	2	4	2	2	1	4	1	3	1	4	2	4	3	4	1	3	4	2	3	2	1	2	4	4	5	1
62	2	2	1	3	1	1	3	3	5	1	3	3	4	5	4	3	1	1	4	5	2	4	3	5	5	1	5	2
63	5	1	2	2	5	5	1	2	4	3	3	5	5	5	1	5	4	1	5	1	5	2	2	1	4	1	3	5
64	3	1	4	1	4	3	5	5	3	1	4	4	2	1	1	4	4	3	3	2	2	1	4	4	1	5	3	5
65	1	1	2	2	1	5	2	2	5	4	3	4	3	1	1	5	1	2	5	2	2	3	3	2	3	1	4	2
66	5	2	3	5	5	4	4	5	2	4	5	1	4	2	3	1	5	3	5	4	5	4	1	1	1	4	5	1
67	4	3	5	1	3	4	1	4	2	5	2	1	3	5	5	5	2	5	3	4	4	3	2	1	1	2	5	3
68	3	1	1	4	1	1	5	2	5	3	1	3	5	2	1	2	5	5	1	5	2	5	5	1	3	2	1	5
69	5	1	5	2	5	2	2	5	4	3	5	3	4	4	5	1	5	3	3	3	1	5	3	4	1	4	4	4

70	2	3	4	3	2	1	2	1	1	1	4	4	5	4	3	4	1	3	1	4	4	3	4	3	2	1	2	3
71	4	1	3	4	4	5	2	4	3	5	4	1	5	1	3	1	3	5	3	4	2	4	3	2	2	5	5	5
72	5	5	2	4	3	4	1	4	4	5	3	4	4	3	2	2	3	5	3	2	5	4	5	3	2	4	3	5
73	4	3	4	3	1	4	5	1	5	5	2	3	4	2	4	4	1	2	3	3	5	4	1	3	1	5	5	3
74	2	4	2	2	4	3	1	4	3	4	3	3	4	3	1	4	4	4	2	1	2	3	5	3	1	4	3	2
75	3	1	4	4	2	3	4	1	2	2	3	3	1	1	4	4	3	2	5	1	1	1	3	5	5	1	3	2
76	5	3	4	2	3	4	3	3	2	2	1	3	4	3	1	3	5	5	1	5	5	2	1	1	5	2	2	3
77	2	4	1	5	2	1	5	4	3	2	5	1	1	2	5	1	3	3	3	2	3	4	5	3	4	4	3	5
78	2	3	1	4	1	3	2	4	3	3	1	2	4	5	3	5	5	4	5	5	1	2	2	4	3	3	2	5
79	4	2	3	3	2	5	1	2	5	4	4	5	1	5	1	5	4	4	4	3	2	5	2	5	3	5	2	3
80	4	1	1	4	5	3	1	2	2	5	3	1	3	4	2	1	5	5	5	4	1	4	5	3	2	5	1	3
81	2	5	3	3	2	5	1	3	1	4	5	5	1	3	3	5	2	4	4	2	4	3	2	4	1	3	4	5
82	4	5	2	1	3	5	4	3	5	4	4	5	2	2	1	3	2	1	4	5	3	2	3	2	3	5	2	4
83	4	5	1	2	5	3	3	4	1	3	2	1	3	3	4	4	1	5	2	3	3	4	4	3	5	1	5	4
84	5	3	2	3	3	4	2	2	1	5	1	2	1	1	5	1	1	3	4	5	5	4	3	4	2	4	5	2
85	3	1	4	2	3	2	3	3	2	4	3	5	4	5	3	2	3	5	5	5	5	1	1	4	3	4	4	1
86	4	3	4	3	1	2	2	4	1	3	3	1	3	3	5	3	1	4	1	5	5	4	1	5	5	1	1	5
87	4	4	4	1	1	1	1	3	5	4	4	4	5	3	3	2	1	1	3	5	5	3	2	1	2	5	1	4
88	1	3	3	2	4	5	1	3	1	3	1	4	4	4	1	3	5	2	4	1	1	2	5	3	3	1	5	5
89	2	1	4	1	4	5	1	5	3	5	2	5	1	4	1	3	2	4	3	1	4	3	3	2	2	1	1	2
90	2	4	3	2	5	2	1	4	4	4	2	3	5	1	5	4	1	1	1	1	2	3	5	1	2	1	1	3

Anexo 5: Evidencia fotográfica



Anexo 6: Informe de Turnitin al 28% de similitud






12% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 12%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 8%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



Fuentes principales

- 12% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 8% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.autonomaedica.edu.pe	5%
2	Internet	hdl.handle.net	2%
3	Internet	repositorio.upt.edu.pe	1%
4	Internet	repositorio.autonoma.edu.pe	<1%
5	Internet	www.repositorio.autonomaedica.edu.pe	<1%
6	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	<1%
7	Internet	repositorio.continental.edu.pe	<1%
8	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2023-06-02	<1%
9	Publicación	Paula Hidalgo Andrade, Ana J. Cañas Lerma, María Elena Cuartero Castañer. "Aut..."	<1%
10	Trabajos entregados	Universidad Autónoma de Ica on 2023-02-04	<1%
11	Internet	es.scribd.com	<1%

12	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	<1%
13	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2016-11-26	<1%
14	Internet	repositorio.udch.edu.pe	<1%
15	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2018-02-02	<1%
16	Trabajos entregados	Universidad Ricardo Palma on 2025-03-13	<1%
17	Trabajos entregados	Caribbean University on 2023-08-03	<1%
18	Publicación	Dini Harsono, Yanhong Deng, Sangyun Chung, Lydia A. Barakat et al. "Prevalence ...	<1%
19	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2016-07-17	<1%