

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA
DURANTE EL 2022”

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Autor:

Yanina Flores Salas

Asesor:

Mg. Claudia Karina Guevara Cordero

<https://orcid.org/0000-0003-4681-3077>

Lima - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	RAÚL INJANTEMENDOZA	10747556
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	KELLY MILAGRITOS CASANA JARA	43562136
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	AURORA CHUMPITAZ MOZOMBITE	09754368
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación se lo dedico con todo cariño a mis padres y hermanos, por ser el motor más importante en mi vida, acompañándome en cada paso de seguir mis metas, mis sueños y estar siempre presentes como familia dándome palabras de aliento y abrazando mis logros. Su amor y apoyo incondicional han logrado que cada día siga superándome, me levante de pequeños tropiezos que se pusieron en el camino y luche por lo que más quiero. Su fortaleza y unión me enseñaron a no desistir, a tomarme un pequeño tiempo si lo necesitaba y continuar con lo que había iniciado hasta terminarlo.

AGRADECIMIENTO

Ante todo agradezco a Dios y a la vida por permitirme estar aquí presente llena luz, de salud y guiándome por el camino de la verdad. Agradezco con mucho amor y respeto a mi familia por su preocupación y dedicación en el día a día estando presentes de manera emocional, física y económicamente para mí de forma incondicional. Agradezco a los verdaderos docentes por sus enseñanzas durante los 5 años, al amor y la pasión que transmiten por esta hermosa profesión enfocada a la salud mental. Y con todo el cariño agradezco a la asesora Claudia Guevara por encaminarme amablemente a culminar el presente trabajo de investigación, orientándome con sus enseñanzas y logrando resolver todas las dudas antepuestas, de lo cual me ha servido de mucho aprendizaje.

TABLA DE CONTENIDO

JURADO CALIFICADOR	2
DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTO	4
TABLA DE CONTENIDO	5
ÍNDICE DE TABLAS	6
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
1.1. Realidad problemática	9
1.1.2. Antecedentes	12
1.1.3. Marco teórico	18
1.2. Formulación del problema	29
1.3. Objetivos	30
1.4. Hipótesis	31
1.5. Justificación	31
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	33
CAPÍTULO III: RESULTADOS	46
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	53
REFERENCIAS	63
ANEXOS	71

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Tabla de definiciones de inteligencia emocional.....	23
Tabla 2	Escala de Likert para EQ-i-M20	36
Tabla 3	Distribución de ítems según dimensiones de la inteligencia emocional.....	36
Tabla 4	Escala de Inteligencia Emocional.....	37
Tabla 5	Escala de Likert para BIEPS-A.....	40
Tabla 6	Distribución de ítems según dimensiones del bienestar psicológico	40
Tabla 7	Escala BIEPS A	40
Tabla 8	Interpretación de Escala BIEPS A.....	41
Tabla 9	Análisis de normalidad para las variables y dimensiones del estudio.....	46
Tabla 10	Correlación entre Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico	47
Tabla 11	Tabla de frecuencias para la variable Inteligencia Emocional	48
Tabla 12	Tabla de frecuencias para la variable Bienestar Psicológico	49
Tabla 13	Correlación entre inteligencia emocional y las dimensiones de bienestar psicológico	50
Tabla 14	Correlación entre Bienestar psicológico y las dimensiones de inteligencia emocional	51

RESUMEN

El objetivo principal de esta investigación fue determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. La variable inteligencia emocional estuvo conformada por los factores: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo. Asimismo, para el bienestar psicológico se analizaron cuatro dimensiones: aceptación y control de situaciones, autonomía, proyectos, y vínculos. La investigación fue de tipo básico, de enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, de diseño no experimental y corte transversal. Para la recolección de datos se utilizaron los instrumentos validados y adaptados EQ-i-M20 y el BIEPS A, los cuales fueron aplicados a una muestra total de 211, de los cuales 113 eran mujeres y 98 varones, que fluctúan entre los ciclos de primero a décimo. Asimismo, 48 estudiantes pertenecen a una universidad estatal y 163 estudiantes pertenecen a una universidad privada. Los resultados estadísticos indicaron que el Coeficiente de Correlación Spearman fue de .409, por consiguiente, el nivel de correlación fue baja positiva. En cuanto a la inteligencia emocional se encontró niveles medios de intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés y estado de ánimo, mientras que bajo para adaptabilidad. Y para bienestar psicológico mayor presencia en el nivel alto. Finalmente, sí se encontró correlaciones entre las dimensiones de ambas variables.

PALABRAS CLAVES: *estabilidad emocional, motivación, bienestar, adaptabilidad.*

ABSTRACT

The main objective of this research was to determine the relationship between emotional intelligence and psychological well-being in university students in Metropolitan Lima during 2022. The emotional intelligence variable consisted of the following factors: intrapersonal, interpersonal, adaptability, stress management and mood. Likewise, for psychological well-being, four dimensions were analyzed: acceptance and control of situations, autonomy, projects, and bonds. The research was of basic type, quantitative approach, correlational research, non-experimental and cross-sectional design. The validated and adapted instruments EQ-i-M20 and BIEPS A were used for data collection, which were applied to a total sample of 211, of which 113 were females and 98 males, ranging from first to tenth grade. Likewise, 48 students belonged to a state university and 163 students belonged to a private university. The statistical results indicated that the Correlation Coefficient Spearman was .409, therefore, the correlation level was low positive. Regarding emotional intelligence, medium levels were found for intrapersonal, interpersonal, stress management and mood, while low for adaptability. And for psychological well-being there was a greater presence at the high level. Finally, correlations were found between the dimensions of both variables.

Key words: *emotional stability, motivation, well-being, adaptability.*

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

1.1.1. Planteamiento del problema

En un contexto global la inteligencia emocional es un indicador que refleja características intrínsecas y extrínsecas de las personas, por consiguiente, estos factores permiten complementar un análisis para medir la capacidad intelectual. Por otra parte, el bienestar psicológico puede ser alcanzado siempre y cuando exista una motivación relacionada con los logros personales; de este modo, los progresos traen satisfacción, mientras que cuando no se cumple con el objetivo, puede haber una desmotivación y desbalance emocional. Asimismo, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), los trastornos mentales y neurológicos, se relacionan con el consumo de sustancias, y constituyen el 10% de la carga mundial de morbilidad y el 30% de las enfermedades no mortales, asimismo, la institución indica que el bienestar psicológico está vinculado con la calidad de la alimentación de las personas. Por su parte, la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020) afirma que la depresión es el principal trastorno mental que padece la población, además, es dos veces más frecuente en mujeres. Asimismo, entre el 10% y 15% de las mujeres en países industrializados y entre 20 y 40% de las mujeres en países en desarrollo, sufren de depresión durante el embarazo o el puerperio.

Así también, la OPS (2014) en un informe, comenta que tanto la inteligencia emocional como el bienestar psicológico de los ciudadanos, son factores que benefician al control y equilibrio de la salud mental. Además, considera que la influencia de estas variables

en la vida cotidiana está relacionada a factores relacionados al día a día, donde se dan relaciones interpersonales, conflictos personales, etc.

La crisis también ha repercutido en el bienestar psicológico de muchas personas, entre ellos los jóvenes universitarios, quienes se vieron afectados debido a los cambios en la modalidad educativa que venían teniendo por muchos años, lo que ha alterado su estabilidad emocional. En ese sentido, Fragozo (2015) indica que las universidades, no solo se encargan de formar profesionales con conocimiento en materias relacionadas a sus profesiones, sino, también, del desarrollo integral como ser humano, es decir, de otras habilidades, como por ejemplo la capacidad para relacionarse en distintos grupos o controlar mejor las situaciones donde se presentan dificultades a través del uso de una comunicación asertiva. Es así que, con el manejo de estas capacidades el estudiante puede potenciar sus competencias para un desempeño óptimo en su futura vida laboral. Asimismo, el Fondo de las Naciones Unidas (UNICEF, 2019) indica que más del 20% de adolescentes de todo el mundo tiene problemas que afectan su bienestar psicológico; debido a este problema, más del 15% de adolescentes tienen problemas de personalidad y para integrarse a la sociedad, por tanto, afecta su estado e inteligencia emocional.

A nivel de Latinoamérica, en Chile, Cuadros (2019), publicó un artículo en el que refleja la fatiga académica que presentaron los estudiantes de la Universidad Católica de Valparaíso, quienes se quejaron debido a la sobrecarga de trabajos académicos que los dejan sin tiempo para realizar otras actividades, generando en ocasiones un bloqueo mental que los desmotiva y afecta su nivel de bienestar psicológico. Además, el estudio realizado mostró que el 27% de los estudiantes universitarios sufrió sintomatología depresiva severa. Ante esta problemática, los afectados unieron su voz para expresar, ante los medios de

comunicación, el problema que los aqueja. En efecto, la inestabilidad emocional del estudiante ha estado presente desde un tiempo atrás como se evidenció en la Primera Encuesta Nacional de Salud Mental Universitaria que se realizó en el año 2019, donde se vio reflejado que un 46% de los estudiantes presentó síntomas severos de depresión y ansiedad, mientras que un 54% sufrió de estrés.

A nivel nacional, existe un considerable aumento de los casos del episodio depresivo, en comparación al 2012, donde solo era del 1.7% en hombres y 3.9% en mujeres, sin embargo, para el 2020, la cifra se incrementó a 5.3% en hombres y 9.5% en mujeres. Del mismo modo, la tasa de ansiedad también subió. En ese sentido, en el 2012, el 1.7% en hombres sufrió de inestabilidad emocional, y en el caso de las mujeres fue de 2.1%. En el 2020 los casos se incrementaron al 5%, en hombres y 8.3%, en mujeres” (Ministerio de Salud [MINSA, 2020]). Asimismo, según para el psicólogo Hans Valencia (2019) la educación afronta un gran reto en cuanto a la inteligencia emocional de los jóvenes ya que esta característica permite al estudiante desarrollar sus habilidades sociales, personales, universitarias y sobre todo prepararlo para el desenvolvimiento en su vida cotidiana y laboral. Por otra parte, Olavarría (2019) refiere que cuando se les pregunta a las personas por cómo está su salud, la respuesta que mayormente dan es en base a su salud física mas no a su salud mental.

En relación a la problemática en un contexto local, se han observado problemas relacionados a la inteligencia emocional y al bienestar psicológico que se identificaron en los estudiantes de una Universidad privada de Lima. Ante ello, según lo observado por el investigador, los estudiantes carecen de habilidades para desarrollar y mantener buenas relaciones con sus compañeros y docentes. En ese sentido, tal y como lo mencionan Páez y

Castaño (2015), en su estudio, donde encontraron que los encuestados no han desarrollado su empatía hacia los demás; también se observó que presentan una baja autoestima y un bajo concepto sobre sí mismos, por lo que sus miedos y temores se ven reflejados cuando se encuentran ante un determinado público; por ello se les dificulta adaptarse con facilidad a su entorno, ya que se les complica manejar situaciones de conflicto, ya sea por diferencia de opiniones ante un trabajo asignado con un grupo u otro; como también les cuesta estar en un lugar bajo presión dado que no han aprendido a controlar y regular su estado de estrés; por lo que esto hace que tengan una visión negativa hacia las cosas de la vida.

1.1.2. Antecedentes

Antecedentes internacionales

Los autores Veliz, et. al. (2018) buscaron identificar los niveles de inteligencia emocional y bienestar psicológico, respectivamente, en profesionales que culminaron sus estudios universitarios en la carrera de enfermería de la región de Los Lagos, Chile. El método corresponde a una investigación descriptiva, de diseño no experimental. Para la población, se contó con 97 enfermeros del centro de atención primaria del sur de Chile. Como instrumento, los autores aplicaron el Trait Meta-Mood Scale y la Escala de bienestar psicológico de Ryff, para evaluar inteligencia emocional y bienestar psicológico, respectivamente; ambas escalas con buenos niveles de confiabilidad y compuestas por una serie de sub escalas o dimensiones. Con respecto a los resultados para la inteligencia emocional, se observó altos niveles de percepción emocional (35%), comprensión emocional (36.1%) y regulación emocional (42.7%). Por parte del bienestar psicológico, se encontró que un 57.5% de los profesionales presentó un alto nivel de bienestar psicológico, aunque el 33,7% manifestó un bajo nivel de relaciones positivas. Finalmente, se concluyó que sí existe

relación directa y significativa entre las dimensiones de las escalas de inteligencia emocional y bienestar psicológico.

La tesis de Cuartango (2018) tuvo como objetivo determinar si existe relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en personas que han estudiado para ser rescatistas y trabajado durante al menos un año. Asimismo, el autor supuso que existe una relación positiva entre las variables. El marco teórico fue sustentado con la teoría de Goleman (1996) para inteligencia emocional, cuyo teórico define a tal variable como “una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades intrínsecas”, mientras que, para Sánchez (como se citó en Salas, 2010) el bienestar psicológico “hace referencia al estado de felicidad o bienestar como la percepción subjetiva de la propia vida”. Los instrumentos aplicados fueron dos instrumentos ya validados: El MSCEIT “Test de Inteligencia Emocional Mayer-Salovey-Caruso”, cuyo test analiza las áreas de percepción emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y manejo emocional. Además, cuenta con 141 ítems para completar en un tiempo de 30 a 45 minutos, sin embargo, para medir el bienestar psicológico, se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico creada por Sánchez (2013) la cual cuenta con 65 ítems y puede ser completado en 20 a 25 minutos, asimismo, evalúa las áreas de bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y relaciones con la pareja. La investigación tuvo un alcance correlacional, obteniendo las correlaciones a través del estadígrafo Pearson. Entre los resultados, se encontró que no existe relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico con un Coeficiente de Correlación de Pearson de $-.04$. Entre otros resultados obtenidos de las dimensiones, se observa que percepción y facilitación emocional tienen un valor $r = .518$; por su parte, “comprensión emocional” y “facilitación emocional” se correlaciona con una magnitud de $.580$; el “manejo emocional” y la “percepción emocional”

tuvieron un resultado de .598, además, se puede observar que el “bienestar material” con el “bienestar subjetivo” muestra un coeficiente de correlación de .541, que evidencia correlación significativa.

También, Sauleda (2017) de Ecuador, realizó una tesis que buscó determinar la relación entre el bienestar psicológico y la inteligencia emocional en estudiantes ecuatorianos. Este trabajo se hizo de forma transversal, además, se hizo el análisis de regresión lineal para determinar en qué medida el bienestar psicológico predice la inteligencia emocional. El análisis de datos se hizo según el género. La muestra consistió de 486 alumnos con edades de entre 13 y 16 años (178 mujeres y 308 hombres) de dos colegios privados en la ciudad de Cuenca, Ecuador. Para medir la inteligencia emocional se utilizó la adaptación castellana y la versión abreviada del Trait Meta Mood Scale (TMMS-24) de Fernández, et. al. (2004). Por su parte, para el bienestar psicológico se recurrió a la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) de Casullo (2002). Los resultados obtenidos identificaron las relaciones entre las dimensiones de inteligencia emocional y las de bienestar psicológico; en efecto, se muestra mayor correlación de las variables en el género masculino. Los valores correlacionales entre dimensiones fueron los siguientes: la atención y control ($r = .10$); claridad y vínculos ($r = .27$); reparación y proyectos ($r = .06$).

Soldati (2017) en la ciudad de Buenos Aires, para obtener el título de Licenciada en Psicología, presentó una tesis cuyo objetivo fue determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes cuyas edades estén entre 18 a 36 años. Esta tesis fue cuantitativa, de corte transversal y descriptiva correlacional, ya que se buscó la relación de las dos variables, asimismo, se basó en el diseño no experimental, por no haber manipulado ninguna de las variables en estudio. Tuvo un total de 600 participantes para la

aplicación de los instrumentos. En el caso de la inteligencia emocional, se utilizó el cuestionario Trait-Meta Mood Scale (TMMS-24) de Salovey y Mayer; mientras que para el caso de bienestar psicológico se empleó la escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A) de Casullo y un cuestionario sociodemográfico. Con respecto a los resultados, se halló una correlación positiva entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico ($r = .347$; $p = .000$). Además, la inteligencia emocional se correlaciona con las dimensiones de bienestar psicológico: inteligencia emocional y aceptación y control ($r = .238$); inteligencia emocional y vínculos psicosociales ($r = .209$); inteligencia emocional y proyectos ($r = .254$) y por último con autonomía ($r = .164$).

En México, los autores Fernández, Almagro y Sáenz (2015) presentaron su tesis cuyo objetivo fue analizar la inteligencia emocional percibida y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios en función de la práctica de actividad física. El estudio contó con una muestra conformada por 1008 estudiantes de una universidad pública. Se emplearon diferentes cuestionarios para evaluar la actividad física habitual, la inteligencia emocional percibida y el bienestar psicológico. El análisis de correlaciones mostró que los constructos de claridad y reparación emocional correlacionaron positiva y significativamente con la autoestima y satisfacción con la vida. Se encontraron diferencias significativas entre los universitarios físicamente activos y los que no en todas las variables, salvo en la atención emocional. Los alumnos físicamente activos mostraron puntuaciones más elevadas en las variables que medían el bienestar (autoestima y satisfacción con la vida), en la claridad y reparación emocional. Los resultados se discuten en relación a la promoción de la actividad física como favorecedora del bienestar y la inteligencia emocional percibida en el alumnado universitario.

Antecedentes nacionales

Casaperalta (2020) realizó una investigación en estudiantes sobre la inteligencia emocional percibida y bienestar psicológico. Así pues, el objetivo de su estudio fue identificar la relación entre la inteligencia emocional percibida y el bienestar psicológico en estudiantes de Humanidades de una Universidad arequipeña. En el marco teórico se definió la teoría de Goleman, la cual se refiere a la inteligencia emocional, y para el bienestar psicológico se citó a Casullo. Asimismo, como instrumento se utilizó la Escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones que evalúa la inteligencia emocional percibida, sin embargo, se empleó la escala de bienestar psicológico para evaluar el bienestar psicológico a través de la técnica de la encuesta. Por otra parte, se empleó el muestreo estratificado, para obtener la muestra que estuvo conformada por 357 estudiantes de psicología y derecho. Para los resultados del nivel de inteligencia emocional percibida, se tuvo que el 66.9% de encuestados presentó un nivel medio, un 28.3% presentó un nivel alto y solo un 4.8% un nivel bajo de inteligencia emocional percibida. Los resultados para la variable bienestar psicológico, se encontró que un 53.8% presentó niveles altos, mientras que el 46.2% restante calificó con niveles bajos de bienestar psicológico. También, se obtuvo un $p < .05$, por lo tanto, existe correlación directa en el nivel medio entre las variables.

Mendiola (2019) hizo un estudio sobre los componentes de la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en jóvenes de dos instituciones educativas en Lima. El objetivo general fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes entre las edades de 13 y 17 años, además, hizo un análisis en base a los componentes de la inteligencia emocional y el bienestar psicológico. Fue el caso de una tesis cuantitativa, cuyo alcance fue correlacional, ya que buscó determinar la relación existente

entre las variables de estudio. Según los resultados del coeficiente de Spearman (.38), se detectó un vínculo positivo entre las variables, por tanto, $p < .001$. Además, el factor interpersonal se relaciona con el bienestar psicológico con un valor $r = .37$ y $p < .001$. Factor intrapersonal y bienestar psicológico ($r = .20$) y $p < .05$. Factor manejo estrés y bienestar psicológico ($r = -.30$) y $p < .001$.

Solórzano (2019) realizó un trabajo que tuvo por finalidad identificar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una escuela de Lima Metropolitana. La metodología corresponde a un estudio correlacional, de corte transversal y descriptivo. Se contó con una población de 233 estudiantes adolescentes de los dos últimos años de la institución parroquial. Se aplicaron los instrumentos: El Inventario de Cociente Emocional BarOn (ICE), la Escala BIEPS-J y una ficha sociodemográfica. Los datos fueron procesados en el programa estadístico STATA. Según los resultados obtenidos para esta tesis, no existe relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en los adolescentes de un colegio parroquial mixto de Lima, ya que se obtuvo un valor de $p = .97$. Sin embargo, sí existe asociación entre la edad y la dimensión interpersonal ($p = .001$) y entre la religión y la dimensión intrapersonal ($p = .01$).

Ávalos y Calle (2019) presentaron un estudio correlacional entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes del sector educativo de Nuevo Chimbote. Tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Nuevo Chimbote. La muestra la conforman 286 estudiantes que tengan entre 12 y 17 años. Los instrumentos aplicados por los tesisistas fueron: El Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: NA, en niños y adolescentes y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff; ambos

instrumentos se encuentran adaptados al contexto peruano. Para la fiabilidad de los instrumentos se obtuvo un valor de .894 según el procesamiento de datos recolectados, asimismo, se observó una correlación positiva débil entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico con un coeficiente correlacional de .470. Entre otros resultados, el factor interpersonal y el bienestar psicológico se relacionan con un .184; el manejo de estrés y bienestar psicológico con una magnitud de .461. Además, el 98.3% de estudiantes presentó un excelente nivel de inteligencia emocional.

Lucho (2018) aplicó su estudio en estudiantes del último año de secundaria en una institución privada, en ese sentido, buscó determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en los alumnos de la Institución Educativa Particular Inmaculada Concepción, Huacho, 2015. La investigación fue de tipo básica, de nivel correlacional, de diseño no experimental y transversal. Asimismo, la muestra la conformaron un total de 94 individuos entre hombres y mujeres. Los instrumentos empleados en esta tesis fueron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y el Inventario Emocional de Barúnlos. Según los resultados, un 50% de alumnado presentó una capacidad emocional y social alta. Por otra parte, el componente intrapersonal tuvo un 75.5%, el interpersonal un 67%, la adaptabilidad 59.6% y el estado de ánimo un 76.6%.

1.1.3. Marco teórico

1.1.3.1. Inteligencia emocional

- Orígenes

El autor Gardner (1983) fue el primero en mencionar la inteligencia desde una perspectiva diferente, reconociendo, así como la habilidad de poder dar solución a los

problemas, o diseñar obras que tengan valor en los medios de ambientes culturales. Un concepto de una inteligencia que no es medible. En su teoría de inteligencias múltiples hace mención de siete inteligencias: las inteligencias que más se desarrollan en las aulas de clase: lingüísticas y lógico matemático, la inteligencia musical, la inteligencia espacial, la inteligencia cinestésico corporal, y las inteligencias personales, así como es la inteligencia intrapersonal (con uno mismo) e interpersonal (con los demás).

Más tarde, los autores que incluyeron la inteligencia emocional como parte de la psicología, fueron Salovey y Mayer (1990), quienes presentaron la inteligencia a través de cuatro capacidades primordiales: la capacidad para percibir emociones, de uno mismo como la de los demás; la capacidad para la facilitación emocional del pensamiento, logrando relacionar los sentidos con la emoción; la capacidad para comprender las emociones, teniendo la destreza de resolver conflictos cotidianos y la capacidad para regular las emociones, convirtiendo las emociones negativas en positivas, mostrando tener el control de uno mismo como en los demás.

En los últimos siglos, la inteligencia del estudiante era el saber las lenguas clásicas y los números; sin embargo, con el pasar del tiempo este pensamiento se fue modificando y considerando a la persona inteligente, si puntuaba niveles altos en el test de inteligencia. Este cambio se debió a dos razones: la primera se da de un pensamiento en que la inteligencia académica no basta para lograr el éxito profesional. Reconociendo así que los profesionales con más éxito no necesariamente han estado en los primeros puestos de sus aulas, sino más bien en el alcance de regular sus emociones de una manera eficaz y generar buenas relaciones interpersonales. La segunda razón señala que el éxito de vida no garantiza la inteligencia, dado que la inteligencia no aporta a la salud mental, es por esto que la inteligencia no

brindará felicidad a diferentes áreas de vida (con la familia, con la pareja, los hijos, los amigos). Para la estabilidad emocional, son otras capacidades emocionales y sociales las encargadas del ajuste social y relacional (Fernández, et. al., 2002).

- **Postulados que explican el tema**

Existen diversos autores que desarrollaron modelos a través de los cuales se ha dado definición a la inteligencia emocional. A continuación, se hará mención tres teorías importantes, en ese sentido, la teoría más importante fue la de BarOn, para fines de la investigación.

Modelo de BarOn

Para BarOn (1997) la inteligencia emocional es una gama de aptitudes no intelectivas que intervienen en la actuación satisfactoria durante los desafíos que presenta el entorno. BarOn (1997) presenta un modelo donde se distinguen escalas: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés, estado de ánimo general. Estas dimensiones se correlacionan de forma directa con la inteligencia emocional y social, además tienden a facilitar la habilidad global de esta medida para cubrir eficazmente las exigencias cotidianas.

BarOn (1997) evalúa las siguientes dimensiones:

Componente Intrapersonal (CEIA)

Evalúa el yo interior y reúne los siguientes subcomponentes: comprensión emocional de sí mismo, asertividad, autoestima, autorrealización e independencia.

Componente Interpersonal (CEIE)

Evalúa las habilidades y el desempeño interpersonal, y comprende los subcomponentes: empatía, relaciones interpersonales, responsabilidad social.

Componente Adaptabilidad (CED)

Evalúa la habilidad para adecuarse a las exigencias del entorno y para enfrentar situaciones problemáticas y comprende los subcomponentes: solución de problemas, prueba de la realidad, flexibilidad.

Componente de Manejo del Estrés (CEME)

Evalúa la habilidad para resistir las tensiones y el control y comprende los siguientes subcomponentes: tolerancia al estrés y control de los impulsos.

Componente del Estado de Ánimo General (CEAG)

Evalúa la capacidad para disfrutar de la vida, su visión del mundo y el sentimiento de contento general, y comprende los siguientes subcomponentes: felicidad y optimismo.

Adicionalmente, tal y como señala BarOn (1997), la inteligencia emocional está conformada por un conjunto de habilidades, aptitudes, competencias y habilidades no cognitivas que afectan negativa o positivamente el desarrollo de un individuo, por tanto, su capacidad de interactuar y relacionarse con el mundo está relacionada con los aspectos ya mencionados.

Modelo de Goleman

Para Goleman (1995), la inteligencia emocional es una capacidad que permite a las personas identificar los cambios en sus emociones y las de los demás. Asimismo, el nivel de este tipo de inteligencia refleja la capacidad para tomar decisiones positivas frente a situaciones cotidianas. Intervienen las habilidades y los sentimientos, como la motivación, entusiasmo, perseverancia, control de impulsos, empatía, autoconciencia y rapidez psíquica.

Componentes de la inteligencia emocional según Goleman

Según Daniel Goleman los principales componentes de la inteligencia emocional son:

Autoconocimiento emocional (o conciencia de uno mismo): Se refiere al conocimiento de las propias emociones y cómo afectan. Es muy importante conocer el modo en el que nuestro estado de ánimo influye en nuestro comportamiento, cuáles son nuestras virtudes y nuestros puntos débiles.

Autocontrol emocional (o autorregulación): El autocontrol permite no dejarse llevar por los sentimientos del momento. Es saber reconocer que es pasajero en una crisis y que perdura. Es posible que nos enfademos con nuestra pareja, pero si nos dejásemos siempre llevar por el calor del momento estaríamos continuamente actuando irresponsablemente y luego pidiendo perdón por ello.

Automotivación: Dirigir las emociones hacia un objetivo nos permite mantener la motivación y fijar nuestra atención en las metas en lugar de en los obstáculos. En esto es necesaria cierta dosis de optimismo e iniciativa, de forma que seamos emprendedores y actuemos de forma positiva ante los contratiempos.

Reconocimiento de emociones ajenas (o empatía): Las relaciones sociales se basan muchas veces en saber interpretar las señales que los demás emiten de forma inconsciente y que a menudo son no verbales.

Relaciones interpersonales (o habilidades sociales): Cualquiera puede darse cuenta de que una buena relación con los demás es una de las cosas más importantes para nuestras vidas y para nuestro trabajo.

Modelo de Salovey y Mayer

Según el modelo de Salovey y Mayer (1990), existen 4 componentes para describir la inteligencia emocional:

1. Percepción y expresión emocional.

Incluiría la habilidad de identificar emociones en uno mismo, con sus correspondientes correlatos físicos y cognitivos, como también en otros individuos, junto con la capacidad de expresar emociones en el lugar y modo adecuado.

2. Facilitación emocional.

Las emociones dirigen nuestra atención a la información relevante, determina tanto la manera con la que nos enfrentamos a los problemas como la forma en la que procesamos la información. En definitiva, la capacidad para generar sentimientos que faciliten el pensamiento.

3. Conocimiento emocional.

Etiquetado correcto de las emociones, comprensión del significado emocional no sólo en emociones sencillas sino también comprender la evolución de unos estados emocionales a otros.

4. Regulación emocional

Capacidad de estar abierto tanto a estados emocionales positivos como negativos, reflexionar sobre los mismos para determinar si la información que los acompaña es útil sin reprimirla ni exagerar, además incluiría la regulación emocional de nuestras propias emociones y las de otros.

Tabla 1

Tabla de definiciones de inteligencia emocional

Mayer y Salovey (1990, 1997)	Bar-On (1997)	Goleman (1995)
Definición:	Definición:	Definición:
IE es un conjunto de habilidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y comprender nuestras emociones (Mayer y Salovey, 1997).	Para Bar-on la inteligencia emocional es un conjunto de capacidades no cognitivas, competencias y destrezas que influyen en nuestra habilidad para afrontar exitosamente las presiones y demandas ambientales (Bar-On, 1997).	IE incluye autocontrol, entusiasmo, persistencia, y la habilidad para motivarse a uno mismo (Goleman, 1995).
Dimensiones	Dimensiones	Habilidades integrantes
- Percepción evaluación y expresión de las emociones	- Habilidades intrapersonales.	- Conocimiento de las propias emociones.
- Asimilación de las emociones en nuestro pensamiento	- Habilidades interpersonales.	- Manejo emocional.
- Comprensión y análisis de las emociones	- Adaptabilidad.	- Auto-motivación.
- Regulación reflexiva de las emociones	- Manejo del estrés.	- Reconocimiento de las emociones en otros.
	- Estado anímico general.	- Manejo de las relaciones interpersonales.
Tipo de Modelo:	Tipo de Modelo:	Tipo de Modelo:
Modelo de Habilidad	Modelo Mixto	Modelo Mixto

Fuente: Extraído de Fernández y Extremera (2002)

El Ice de Bar-On presenta un enfoque mixto, ya que evalúa aspectos emocionales, y, además, rasgos vinculados con el funcionamiento social, e inclusive laboral. Por consiguiente, el autor diseñó un instrumento que evalúa cinco dimensiones: intrapersonal, interpersonal, manejo del estrés, adaptabilidad, y ánimo general (Bar-On, 1997).

Se destaca la teoría de Bar-On (1997), ya que su teoría fue la principal fuente para este estudio, en consecuencia, dicha información fue fundamental para estudiar a la variable

inteligencia emocional a través de las dimensiones propuestas por el autor. Asimismo, la inteligencia emocional está conformada por un conjunto de habilidades, aptitudes, competencias y habilidades no cognitivas que afectan negativa o positivamente en las competencias de un individuo.

La inteligencia emocional se entiende como el conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales que en muchas ocasiones determinan el control de situaciones ante las demandas y presiones del medio ambiente. Asimismo, el modelo de BarOn es multifactorial (Ugarriza, 2001). No obstante, es probable que el poco desarrollo de la inteligencia emocional en el individuo genere situaciones estresantes para él mismo, en relación con su entorno, además un manejo emocional ineficiente es percibido por los demás como un punto negativo (López y Goñi, 2012).

1.1.3.2. Bienestar psicológico

- Orígenes

En las últimas décadas, los temas de bienestar psicológico, personalidad y objetivos de vida han sido investigados de manera sostenida pero aislada. Los diversos autores que han teorizado sobre este vasto tema aseguran que todavía no se sabe demasiado acerca de las relaciones entre personalidad y bienestar psicológico (Casullo, 2002).

El bienestar psicológico en los estudiantes universitarios es un aspecto de gran relevancia, ya que un desbalance emocional para un alumno universitario, puede causar elevados niveles de estrés ocasionando una desmotivación y bajo rendimiento académico. Para Barrantes y Ureña (2015), el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios es

significativo ya que los primeros ciclos de vida universitaria constituyen un cambio en las exigencias académicas, por lo que representa un reto importante a las capacidades y habilidades adquiridas.

Según Domínguez e Ibarra (2017), el bienestar psicológico aporta positivamente en la vida de las personas, tal es así, que el origen de esta variable se encuentra en la psicología positiva, cuyo campo psicológico resalta aspectos que aportan a la formación de personas exitosas.

Teoría de Casullo

Para Casullo (2002) el bienestar psicológico es un estado de felicidad que como constructo multidimensional comprende elementos emocionales como cognitivos y que, por lo tanto, abarca diversos contextos en los cuales se desempeña una persona. Asimismo, el autor desarrolló la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (Bieps-A).

El sustento principal para la variable bienestar psicológico está en la teoría de Casullo (2002), quien, además, es autor del instrumento BIEPS A para adultos, el cual se emplea en la investigación. Asimismo, la Escala de Evaluación del Bienestar Psicológico está compuesta por 13 ítems, los cuales pueden aplicarse de forma individual o grupal, de forma auto administrada. Los sujetos deben leer cada ítem y responder sobre lo que sintieron y pensaron durante el último mes.

El autor evalúa las siguientes dimensiones:

Control de situaciones

La dimensión de control de situaciones pone en manifiesto si el sujeto tiene sensación de control y auto competencia, puede crear o manipular contextos para adecuarlos a sus propias necesidades e intereses. No obstante, también se pueden identificar casos de baja sensación de control, tienen dificultades para manejar los asuntos de la vida diaria, no se dan cuenta de las oportunidades y creen que son incapaces de modificar el ambiente (Casullo, 2002).

Aceptación de sí mismo

Puede aceptar los múltiples aspectos de sí mismo, incluyendo los buenos y los malos. Se siente bien acerca del pasado. Si el sujeto obtiene un bajo puntaje, indica que está desilusionado respecto de su vida pasada, le gustaría ser diferente de cómo es y se siente insatisfecho consigo mismo (Casullo, 2002).

Vínculos psicosociales

Los vínculos psicosociales reflejan si el sujeto es cálido, confía en los demás, puede establecer buenos vínculos, tiene capacidad de empatía y es afectivo. En caso contrario, se infiere que tiene pocas relaciones con los demás, es aislado, se siente frustrado en los vínculos que establece y no puede mantener compromisos con los demás (Casullo, 2002).

Autonomía

Según su autonomía, el sujeto puede tomar decisiones de modo independiente, es asertivo y confía en su propio juicio. Caso contrario, el individuo es emocionalmente inestable, depende de los demás para tomar decisiones y le preocupa lo que piensan los otros (Casullo, 2002).

Proyectos

Indica que tiene metas y proyectos en la vida, considera que la vida tiene significado y posee valores que hacen que su vida tenga sentido. Las puntuaciones bajas indican que la vida carece de sentido y de significado, el sujeto tiene pocas metas y proyectos y no puede establecer propósitos (Casullo, 2002).

Teoría de Ryan y Deci

Los autores Ryan y Deci (2001), diferencian dos perspectivas:

Tradición Hedónica: Bienestar Subjetivo.

Esta parte del bienestar psicológico subjetivo, fue descrita por Ryan y Deci (2001) como el conjunto de experiencias que realiza el individuo para mantener su bienestar interno, por tanto, es capaz de realizar una exploración general de contextos que llegan a ser agradables o no agradables, de tal manera que, se involucran más en actividades que le generan satisfacción y alegría. Este paradigma está relacionado a un estilo de vida donde prime el placer. Asimismo, es pertinente mencionar la teoría del bienestar subjetivo de Diener, et al. (1985) quienes identifican una relación inversa entre el afecto positivo y negativo, asimismo, Kammann, et al. (1984) añaden que el bienestar es en realidad una gradación que las personas experimentaban, un continuo entre la máxima felicidad y la extrema miseria.

Tradición Eudaimónica: Bienestar psicológico. La cual hace referencia al bienestar psicológico del individuo, asimismo, considera que el individuo debe darle sentido a la vida y proyección a su futuro Ryan y Deci (2001). Asimismo, esta teoría se representa en la teoría del bienestar psicológico de Ryff & Singer (1998).

Por otra parte, el modelo eudaimónico refiere que, el bienestar psicológico no solo depende de mantener estados de felicidad todo el tiempo por actividades que generen dicho

estado en el individuo. En ese contexto, este paradigma se enfoca en el desarrollo del potencial humano, por tanto, este paradigma puede lograrse a través de la consecución de los siguientes rasgos positivos: el propósito en la vida, el dominio del medio ambiente, las relaciones positivas, la auto aceptación, el crecimiento personal y la autonomía (Ryan y Deci, 2001).

Por lo tanto, el estado de felicidad puede entenderse desde un modelo hedónico o, en cambio, desde una visión eudaimónica (Ryan y Deci, 2001).

Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico. Desarrollado por Ryff (1989), cuya teoría analiza no solo factores emocionales, sino también cognitivos y está basada en tres teorías: el desarrollo humano óptimo, el funcionamiento mental positivo y las teorías del ciclo vital. Asimismo, tiene en cuenta la edad, el género y la cultura como importantes factores que influyen en el bienestar.

1.2. Formulación del problema

Como se puede evidenciar, se ha investigado la relación entre la inteligencia emocional y diferentes aspectos que pueden llevar a tener un adecuado bienestar psicológico. Es por ello que la presente investigación, se ha planteado lo siguiente:

Problema general

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?

Asimismo, se plantearon problemas específicos:

Problemas específicos

¿Cómo difieren los niveles de inteligencia emocional según sus dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?

¿Cómo se presenta el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?

¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?

1.3. Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.

Objetivos específicos

Describir los niveles de inteligencia emocional según sus dimensiones, en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.

Describir el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.

Determinar la relación entre la inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.

Determinar la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.

1.4. Hipótesis

Hipótesis general

Hi: Existe relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.

Hipótesis específicas

Hi: Existe correlación de la inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.

Hi: Existe correlación del bienestar psicológico con las dimensiones de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.

1.5. Justificación

Con respecto a la justificación del estudio, a nivel teórico permitió elaborar conocimiento científico para dos constructos psicológicos, la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, variables de suma importancia para explicar la relación que existe entre ambas y cómo influye una variable sobre la otra en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. Por otro lado cabe señalar, que a nivel local hay escasos estudios sobre la relación entre la inteligencia y el bienestar psicológico.

Asimismo, en un nivel práctico, se justificó, dado que nos brinda oportuna información estadística, data de gran utilidad para tomar decisiones en relación a las variables inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, con el fin de actuar frente a la problemática que se presenta y lograr un beneficio para el contexto universitario. Además, en este estudio se profundizó los niveles

que presenta cada variable, así como la relación entre sus dimensiones presentadas en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. Esta información servirá para la creación de programas y talleres de intervención, futuros, que se pueda aplicar considerando estos datos.

Y finalmente a un nivel social, se justificó el presente estudio dado que ofrecerá contar con resultados descriptivos y correlacionales que podrán ser analizados para comprender la problemática de los estudiantes universitarios de forma específica y determinada, para así repercutir y ampliar otras poblaciones con características similares a la muestra evaluada, realizando mayores estudios de investigación teniendo como finalidad el aporte y beneficio de la reducción de la problemática encontrada en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

El estudio desarrollado fue de tipo básico, es decir que solo se tomó información relacionada a un fenómeno donde se analizó los datos y posteriormente se llegó a conclusiones vinculadas al problema (Vara, 2012).

Asimismo, se trató de un diseño no experimental, es decir que solo se observa el desarrollo de los fenómenos en la realidad estudiada, por tanto, no es posible manipular las variables (Hernández, et al., 2014). Además, fue una investigación de nivel correlacional, puesto que busca determinar la relación entre las variables cuantitativas y es un valor estadístico que se obtiene al medir la variación conjunta entre las mismas (Vinuesa, 2016). Finalmente, se empleó el enfoque cuantitativo para representar los datos de investigación, por medio del análisis estadísticos de los datos (Quezada, 2010).

2.2. Población y muestra

La población estuvo conformada por un grupo de individuos, del cual el muestreo seleccionado fue de tipo no probabilístico, dado que la elección de sus elementos no depende de la probabilidad (Arias, et. al., 2016). Para este estudio la población estuvo conformada por estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, ya sea de universidades particulares o estatales, y de cualquier facultad.

Para el desarrollo del presente estudio relacionado a la inteligencia emocional y bienestar psicológico, se seleccionó una muestra total de 211, de los cuales 113 eran mujeres

y 98 varones, que fluctúan entre los ciclos de primero a quinto (60 personas) y de sexto a décimo (151 personas). Asimismo 48 estudiantes pertenecen a una universidad estatal y 163 estudiantes pertenecen a una universidad privada. Siendo de la facultad de Salud 57 estudiantes, de la facultad de Negocios 48 estudiantes y los restantes participantes de la muestra estuvieron repartidos entre las facultades de: Ingeniería, Comunicaciones, Arquitectura y Derecho.

Asimismo tuvieron como criterios de inclusión las siguientes características: ser mayor de edad, el sexo masculino y femenino, estudiantes universitarios del primero al décimo ciclo y personas que acepten el consentimiento informado. Y como criterios de exclusión fueron las siguientes características: ser menor de edad, alumnos no matriculados en el presente ciclo regular, egresados y alumnos que pese a cumplir con los criterios de inclusión no tienen voluntad de participar en completar los test.

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

Para realizar la recolección de datos en la presente investigación se utilizó la técnica de la encuesta, se aplicaron dos instrumentos reconocidos y validados para adultos: el EQ-i-M20 para medir la inteligencia emocional y la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-A para medir el bienestar psicológico en estudiantes universitarios del primero al décimo ciclo de Lima Metropolitana, mediante un formulario virtual. Para Hernández, et al. (2014) los instrumentos son pruebas generales que permiten medir variables aplicadas a una realidad específica.

EQ-i-M20 – INSTRUMENTO PARA LA VARIABLE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Ficha técnica

- a) Nombre del Test: Brief Emotional Intelligence Inventory for Senior Citizens (EQ-i-M20)
- b) Nombre abreviado: EQ-i-M20
- c) Nombre del Autor: Reuven Bar-On
- d) Particularidad: Instrumento de exploración psicológica.
- e) Objetivo: Evaluación de la inteligencia emocional basado en la teoría de la Bar-On (1997).
- f) Estructuración: La prueba cuenta con 5 dimensiones:
 - Intrapersonal
 - Interpersonal
 - Manejo de estrés
 - Adaptabilidad
 - Estado de ánimo

Brief Emotional Intelligence Inventory for Senior Citizens (EQ-i-M20) es un instrumento evalúa las dimensiones de la Inteligencia Emocional desde el modelo de Bar-On: *Intrapersonal, Interpersonal, Manejo del Estrés, Adaptabilidad, y Ánimo general*. El autor Domínguez (2016) ha realizado una adaptación y validación a una versión en español llevada a cabo en universitarios limeños. Contiene 20 ítems (cuatro ítems por dimensión) con cuatro opciones de respuesta (Nunca me pasa, A veces me pasa, Casi siempre me pasa, y Siempre me pasa). En todas las dimensiones la interpretación es directa (a mayor

puntaje, mayor presencia del rasgo), exceptuando Manejo del Estrés (menor puntaje, menor presencia del rasgo).

Se consideró la siguiente puntuación para determinar los niveles y rangos del instrumento, asimismo, se muestra la distribución de ítems según cada área.

Tabla 2

Escala de Likert para EQ-i-M20

Alternativas	Puntuaciones
Nunca	1
Casi nunca	2
Casi siempre	3
Siempre	4

Tabla 3

Distribución de ítems según dimensiones de la inteligencia emocional

Número de factores	Nombre de factores	Ítems
F1	Intrapersonal	3,7, 10, 16
F2	Interpersonal	1, 5, 13, 19
F3	Manejo del estrés	2, 8, 12, 18
F4	Adaptabilidad	6, 9, 11, 14
F5	Estado de ánimo	4, 15, 17, 20

Tabla 4
Escala de Inteligencia Emocional

Dimensión	Puntaje	Nivel
Intrapersonal	4-8	Bajo
	8-12	Medio
	12-16	Alto
Interpersonal	4-10	Bajo
	10-13	Medio
	13-16	Alto
Manejo del estrés	4-7	Bajo
	7-10	Medio
	10-16	Alto
Adaptabilidad	4-10	Bajo
	10-12	Medio
	12-16	Alto
Estado de ánimo	4-11	Bajo
	11-15	Medio
	15-16	Alto

Confiabilidad

Conforme a la fiabilidad para el instrumento EQ-i-M20 de la variable inteligencia emocional, el autor Domínguez (2016) calculó, en su adaptación, el coeficiente de Alfa de Cronbach, cuyas magnitudes presentan valores aceptables en cada factor: Intrapersonal ($\alpha = .800$), Interpersonal ($\alpha = .688$), Manejo del estrés ($\alpha = .842$), Adaptabilidad ($\alpha = .716$), y Ánimo general ($\alpha = .785$). En ese sentido, se infiere que el instrumento empleado para medir la inteligencia emocional en estudiantes es confiable. Según Hernández, et al. (2014) la fiabilidad de un instrumento puede ser hallada a través del Alpha de Cronbach, por tanto, indica que, para interpretar el coeficiente, se tiene como referencia valores de cero a uno. La fiabilidad del constructo fue evaluada con el coeficiente $\omega (> .70)$.

Validez

Conforme a la validez para el instrumento EQ-i-M20 de la variable inteligencia emocional, el autor Domínguez (2016) realizó un análisis factorial confirmatorio (AFC), toda vez que se quería confirmar la estructura factorial del instrumento al contexto peruano, así como un modelamiento exploratorio de ecuaciones estructurales (ESEM). El método de estimación fue el WLSMV, orientado al análisis de datos categóricos, con rotación geomin ($e = .05$). El ajuste del modelo se valoró con los índices de bondad de ajuste más frecuentes ($CFI > .9015$; límite superior del RMSEA $< 0,1016$; WRMR $< 1,17$), además de la magnitud de cargas factoriales ($> .50$), y simplicidad factorial ($> .70$) para el ESEM. Finalmente, se analizó la presencia de malas especificaciones vinculadas a potenciales cargas cruzadas con un módulo especializado.

BIEPS A – INSTRUMENTO PARA LA VARIABLE BIENESTAR PSICOLÓGICO

El instrumento para medir el bienestar psicológico fue el BIEPS A, cuyo autor fue Casullo (2002).

Descripción: La escala de Bienestar Psicológico en adultos BIEPS A evalúa el bienestar en el que se encuentra la persona, cuenta con 4 opciones de respuesta, se evalúa mediante 4 dimensiones las cuales son: aceptación y control de situaciones, autonomía, proyectos y vínculos.

A. Ficha técnica

- a) Nombre del Test: Escala de Bienestar Psicológico
- b) Nombre abreviado: BIEPS-A (Adultos)
- c) Nombre del Autor: María Martina Casullo
- d) Autor de la adaptación peruana: Sergio Domínguez Lara (2014)
- e) Particularidad: Instrumento de exploración psicológica.
- f) Objetivo: Evaluación del bienestar psicológico basado en la teoría de la satisfacción elaborada por Ryff y Keyes (1995).
- g) Estructuración: La prueba cuenta con 4 factores:
 - Aceptación y control de situaciones
 - Autonomía
 - Proyectos
 - Vínculos sociales

B. Características

- a) Escala: Tipo Likert.
- b) Ítems: Consta de 13 ítems.
- c) Administración: individual / colectiva.
- d) Duración: No existe un límite de tiempo
- e) Aplicación: Adultos.
- f) Baremación: Puntaje directo y Percentil.

C. Categorías diagnósticas: escala BIEPS-A

Tabla 5
Escala de Likert para BIEPS-A

Alternativas	Puntuaciones
De acuerdo	3
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2
En desacuerdo	1

Tabla 6
Distribución de ítems según dimensiones del bienestar psicológico

Número de dimensiones	Nombre de dimensiones	Ítems
D1	Aceptación/Control de situaciones	2,11, 13
D2	Autonomía	4, 9, 12
D3	Proyectos	1, 3, 6, 10
D4	Vínculos sociales	5, 7, 8,

Tabla 7
Escala BIEPS A

Puntaje Directo	Percentil	Niveles
13-28	5	Muy bajo
29-33	25	Bajo
34-35	50	Medio
36-37	75	Alto
38-39	95	Muy alto

Tabla 8
Interpretación de Escala BIEPS A

Sub escalas	Interpretación de puntuaciones altas	Interpretación de puntuaciones bajas
Control de situaciones	Tiene una sensación de control y de autocompetencia. Puede crear o manipular contextos para adecuarlo a sus propias necesidades e intereses.	Tiene dificultades en manejar los asuntos de la vida diaria. No se da cuenta de las oportunidades. Cree que es incapaz de modificar el ambiente.
Aceptación de Sí.	Puede aceptar los múltiples aspectos de sí mismo incluyendo los buenos y los malos. Se siente bien acerca del pasado.	Está desilusionado respecto de su vida pasada. Le gustará ser diferente de cómo es. Se siente insatisfecho consigo mismo.
Vínculos psicosociales	Es cálido. Confía en los demás. Puede establecer buenos vínculos. Tiene capacidad empática y afectiva.	Tiene pocas relaciones con los demás. Es aislado. Se siente frustrado en los vínculos que establece con los demás. No puede hacer compromisos con los demás.
Autonomía	Puede tomar decisiones de modo independiente. Es asertivo. Confía en su propio juicio.	Es emocionalmente inestable. Depende de los demás para tomar decisiones. Le preocupa lo que piensan los otros.
Proyectos	Tiene metas y proyectos en la vida. Considera que la vida tiene significado. Tiene valores que hacen que la vida tenga sentido.	La vida carece de sentido y de significado. Tiene pocas metas y proyectos. No puede establecer que la vida tenga algún propósito.

Fuente: Tomado de Huarca y Ruiz (2016)

Confiabilidad

En cuanto a la confiabilidad del instrumento BIEPS A, se analizó por medio de método de consistencia interna, por tanto, las correlaciones de ítems fluctuaron desde .664 hasta .894, lo que indica una muy buena homogeneidad (Hogan, 2015). Asimismo, el Alfa de Cronbach general fue de .966, asimismo, para el factor Aceptación/Control fue de .884, mientras que para el factor Autonomía fue de .836, para el factor Vínculos fue de .871, y finalmente para el factor Proyectos fue de .908.

Validez

El BIEPS A es un instrumento validado, de 4 dimensiones para medir lo que realmente se quiere medir. En función del análisis factorial, la escala quedó conformada por cuatro factores que explicaban el 53% de la varianza de las puntuaciones. Los factores encontrados mediante el análisis fueron: proyectos, autonomía, vínculos y control de situaciones que aparecía solapado con aceptación de sí mismo, configurando un mismo factor (Casullo, 2002).

Fue realizado el análisis factorial confirmatorio basándose en la teoría de Casullo (2002), bajo el método de máxima verosimilitud. Asimismo, se usarán los indicadores de ajuste absoluto más frecuentes en investigación, tales como: χ^2 (chi-cuadrado) el cual obtuvo un valor de 169,19 ($p < .01$), el Índice de Bondad de Ajuste (GFI) el cual fue de .8957, e Índice Ajustado de Bondad de Ajuste (AGFI) el cual fue .8391, el Índice de Aproximación de la Raíz de Cuadrados Medios del Error (RMSEA) el cual fue de .0919, el Índice de la Raíz del Cuadrado Medio del Residuo (RMR) el cual fue .032, y finalmente el Índice de Ajuste Comparativo (CFI) el cual fue .9613. De esta forma se corrobora que el presente modelo de cuatro factores da cuenta de un ajuste aceptable a la teoría de Casullo (2002).

2.4. Procedimiento

En primer lugar, se solicitó el permiso respectivo de los instrumentos a los autores de los test. Se contó con los protocolos de consentimiento informado, que es la participación libre y voluntaria de los estudiantes. Asimismo, la encuesta se realizó mediante un formulario virtual en donde se encontraban las preguntas del instrumento que se aplicó de forma individual, teniendo la duración aproximada de 8 a 10 min aproximadamente. Se elaboraron la base de datos en función de los mismos. Posteriormente se procedió a elaborar la base de datos y realizar el análisis de los datos recabados en el paquete estadístico SPSS versión 25 y en el programa Jamovi 2.2.5, donde se efectuaron el análisis, los resultados y la discusión final de la tesis.

2.5. Análisis de datos

Se emplearon métodos estadísticos descriptivos e inferenciales que permitieron procesar la información recolectada, y así obtener el valor de indicadores estadísticos, como, por ejemplo la Media, Desviación Estándar, Asimetría, Curtosis para variables cuantitativas, mientras que para variables cualitativas se hizo uso de tablas de frecuencia y los porcentajes detallados en los resultados. Asimismo, para hallar la correlación y contrastar la hipótesis, se utilizó el coeficiente de Spearman, que sirve para las correlaciones de tipo no paramétricas. De igual manera también se calculó el coeficiente de determinación. Para la prueba de normalidad, se empleó el método estadístico Kolmogorov-Smirnov, ya que los grupos analizados fueron más de 50 personas, y por medio de este se podía conocer cómo es la distribución de los datos.

2.6. Aspectos éticos

Para la realización de la investigación se consideró la utilización del consentimiento informado; asimismo, se respetó la privacidad en el manejo de información de los individuos que participaron de la investigación. Además, se consideró solo a los participantes que tuvieron voluntad de colaborar con el estudio para responder a las preguntas de ambos instrumentos, reservándose el anonimato de los mismos.

Según el Colegio de Psicólogos del Perú (2015), el profesional en psicología debe salvaguardar la información acerca de un individuo o grupo de los cuales pudo manipular información confidencial; en ese sentido, los datos recolectados sólo fueron empleados para fines de la investigación. Asimismo, el Código Nuremberg (1947) indica que, durante la aplicación del estudio, el participante puede decidir si ya no desea continuar, ya sea por motivos de agotamiento físico o mental.

Por su parte, en base a lo definido por el Código de Ética del Investigador Científico de la UPN (2016), se respeta el Artículo N° 1, donde se señala que el estudio debe respetar la autonomía de la investigación, cuyo principio se basa en valorar los derechos fundamentales de las personas; asimismo, se consideró el principio de beneficencia, el cual está estipulado en el Artículo N° 2, por tanto, se aseguró el bienestar de los participantes, ya que, en ningún momento, se sometió a los individuos a pruebas que dañen su integridad

Del mismo modo, se consideraron los Principios Éticos de los Psicólogos del Código de Conducta, y las normas de la American Psychological Association (APA); en consecuencia, la información descrita en este estudio respeta las ideas de otros autores, por

tanto, se hicieron las citas y referencias correspondientes. Así pues, el presente trabajo respeta el principio de transparencia; ya que, la literatura descrita se sustenta en fuentes confiables y validadas; por tanto, será de beneficio para otros trabajos que se desarrollen sobre el tema de investigación. Además, se cumplirá con el principio de autonomía, por lo que los participantes en el estudio tendrán la disposición de elegir si desean seguir colaborando o retirarse en el momento que crean conveniente.

Por último, se hizo el consentimiento informado de modo virtual, de tal manera que se validó la participación del sujeto por medio de una autorización donde expresa su voluntad de ser parte del estudio.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Comprobación de hipótesis

A continuación, se analizó estadísticamente los datos para dar respuesta a los objetivos de la investigación, empezando por el objetivo general el cual fue: Determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.

Tabla 9

Análisis de normalidad para las variables y dimensiones del estudio

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Total_BP	.132	211	.000
Total_IE	.069	211	.015
IE_Intrapersonal	.136	211	.000
IE_Interpersonal	.117	211	.000
IE_Manejo de estrés	.205	211	.000
IE_Adaptabilidad	.131	211	.000
IE_Estado de ánimo	.120	211	.000
BP_Aceptación	.335	211	.000
BP_Autonomía	.155	211	.000
BP_Proyectos	.318	211	.000
BP_Vínculos sociales	.312	211	.000

Tal como se aprecia en la tabla anterior, la significación fue menor a .050, por lo que se asume que la distribución de datos es no normal, ello implica que se recurrió al uso de estadístico no paramétrico, que en este caso fue el estadístico Rho de Spearman.

Tabla 10

Correlación entre Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico

		Inteligencia emocional
Bienestar Psicológico	r_s	.409**
	p	.000
	r^2	.17

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel .01 (2 colas), r_s : Test de correlación de rango de Spearman, p =significancia estadística, r^2 =coeficiente de determinación.

Como se aprecia en la tabla anterior el valor de la significación estuvo por debajo de .050, lo que indica que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que si existe una correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico. Además, esta correlación es baja positiva (Hinkle, et al., 2003) lo que quiere decir que a mayor inteligencia emocional mayor bienestar psicológico, siendo determinante una variable sobre la otra un 17%.

A continuación, se pasó a analizar el objetivo específico: Describir los niveles de inteligencia emocional según sus dimensiones, en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Para esto, se recurre al uso de la estadística descriptiva, mostrando los resultados a continuación:

Tabla 11
Tabla de frecuencias para la variable Inteligencia Emocional

	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Intrapersonal	Bajo	76	36.0
	Medio	93	44.1
	Alto	42	19.9
Interpersonal	Bajo	76	36.0
	Medio	99	46.9
	Alto	36	17.1
Manejo del estrés	Bajo	78	37.0
	Medio	105	49.8
	Alto	28	13.3
Adaptabilidad	Bajo	87	41.2
	Medio	76	36.0
	Alto	48	22.7
Estado de ánimo	Bajo	77	36.5
	Medio	96	45.5
	Alto	38	18.0

En el caso de la inteligencia intrapersonal, la mayoría de los participantes estuvo en el nivel medio (44.1%). En el caso de la inteligencia interpersonal, la mayoría estuvo igualmente en el nivel medio (46.9%). Para el manejo del estrés, el 49.8 % estuvo en el nivel medio. Para la dimensión adaptabilidad, el 41.2% estuvo en el nivel bajo. Y finalmente para la dimensión estado de ánimo el 45.5% estuvo en el nivel medio. Como se puede apreciar solamente en la dimensión adaptabilidad la mayoría se encontró en el nivel bajo, demostrando que es la dimensión que más le falta desarrollar a la muestra.

A continuación, se analizó el objetivo específico: Describir el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Para esto, se hizo uso de la estadística descriptiva, mostrando los resultados a continuación:

Tabla 12*Tabla de frecuencias para la variable Bienestar Psicológico*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	10	4.7
Bajo	42	19.9
Medio	53	25.1
Alto	64	30.3
Muy alto	42	19.9
Total	211	100.0

Como se aprecia en la tabla anterior, la mayoría de personas presentó un bienestar psicológico alto (30.3%), seguido del grupo con bienestar psicológico medio (25.1%), en igual medida el grupo de bienestar psicológico bajo y el grupo de bienestar psicológico muy alto (ambos con 19.9%), y el 4.7% reportó un bienestar psicológico muy bajo.

A continuación, se analizó el objetivo específico: Determinar la relación entre la inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Es importante recordar que se hizo uso de los estadísticos no paramétricos para la correlación, en este caso se hizo uso el coeficiente de correlación Spearman.

Tabla 13

Correlación entre inteligencia emocional y las dimensiones de Bienestar Psicológico

		Aceptación	Autonomía	Proyectos	Vínculos sociales
	r_s	.291**	.284**	.293**	.307**
Inteligencia	p	.000	.000	.000	.000
Emocional	r^2	.08	.08	.09	.09

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel .01 (2 colas), r_s : Test de correlación de rango de Spearman, p =significancia estadística, r^2 =coeficiente de determinación.

Como se aprecia en la tabla anterior, el valor de la significación estuvo por debajo de .50, lo que indica que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que sí existe una correlación entre inteligencia emocional y las dimensiones de bienestar psicológico.

La correlación de inteligencia emocional y la dimensión aceptación es pequeña positiva, lo que quiere decir que a mayor inteligencia emocional mayor aceptación, siendo determinante una variable sobre la otra en un 8%.

La correlación de inteligencia emocional y la dimensión autonomía es pequeña positiva, lo que significa que a mayor inteligencia emocional mayor autonomía, siendo determinante una variable sobre la otra en un 8%.

La correlación de inteligencia emocional y la dimensión proyectos es pequeña positiva, lo que refiere que a mayor inteligencia emocional mayores proyectos, siendo determinante una variable sobre la otra en un 9%.

Y finalmente, la correlación de inteligencia emocional y la dimensión vínculos sociales es baja positiva, lo que quiere decir que a mayor inteligencia emocional mayores vínculos sociales, siendo determinante una variable sobre la otra en un 9%.

A continuación, se analizó el objetivo específico: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Es importante recordar que se hizo uso de los estadísticos no paramétricos para la correlación, en este caso se utilizó el coeficiente de correlación Spearman.

Tabla 14

Correlación entre Bienestar psicológico y las dimensiones de inteligencia emocional

		Intrapersonal	Interpersonal	Manejo del estrés	Adaptabilidad	Estado de ánimo
	r_s	.349**	.196**	-.295**	.326**	.506**
Bienestar Psicológico	P	.000	.000	.000	.000	.000
	r^2	.12	.04	.09	.11	.26

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel .01 (2 colas), r_s : Test de correlación de rango de Spearman, p =significancia estadística, r^2 =coeficiente de determinación.

Como se aprecia en la tabla anterior el valor de la significación estuvo por debajo de .50, lo que indica que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que sí existe una correlación entre bienestar psicológico y las dimensiones de inteligencia emocional.

La correlación de bienestar psicológico y la dimensión intrapersonal es baja positiva, lo que quiere decir que a mayor bienestar psicológico mayor inteligencia intrapersonal, siendo determinante una variable sobre la otra un 12%.

La correlación de bienestar psicológico y la dimensión interpersonal es pequeña positiva, lo que significa que a mayor bienestar psicológico mayor inteligencia interpersonal, siendo determinante una variable sobre la otra un 4%.

La correlación de bienestar psicológico y la dimensión manejo del estrés es pequeña negativa, lo que refiere que a mayor bienestar psicológico menor estrés, siendo determinante una variable sobre la otra un 9%.

La correlación de bienestar psicológico y la dimensión adaptabilidad es baja positiva, lo que significa que a mayor bienestar psicológico mayor adaptabilidad, siendo determinante una variable sobre la otra un 11%.

La correlación de bienestar psicológico y la dimensión estado de ánimo es moderada positiva, lo que significa que a mayor bienestar psicológico mayor estado de ánimo, siendo determinante una variable sobre la otra un 26%.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 Discusión

Este estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Se encontró como resultado que el valor de la significación estuvo por debajo de .050, lo que indica que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que sí existe una correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico. Además, esta correlación es baja positiva lo que quiere decir que a mayor inteligencia emocional mayor bienestar psicológico, siendo determinante una variable sobre la otra un 17%. Estos resultados se asemejan a los de Soldati (2017) quién en un estudio realizado en Buenos Aires, halló una correlación positiva entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico ($r = .347$; $p = .000$). De la misma forma los autores Veliz, et. al. (2018) concluyeron que sí existe relación directa y significativa entre las dimensiones de las escalas de inteligencia emocional y bienestar psicológico. Estos resultados se sustentan en la teoría de Baron (1997) quien menciona que la inteligencia emocional y sus dimensiones afectan ya sea de forma positiva o negativa el desarrollo de un individuo, por ello es que se ha podido encontrar en muchos estudios la correlación de inteligencia emocional con bienestar psicológico, ya que el bienestar psicológico apunta a este desarrollo del que habla el autor. Además, Ryan y Deci (2001) indican que el bienestar psicológico lleva a la persona a buscar actividades positivas y placenteras que le generen satisfacción y alegría, y esto va de la mano con un buen manejo de la inteligencia emocional.

Por otro lado, el primer objetivo específico de este estudio fue describir los niveles de inteligencia emocional según sus dimensiones, en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Se dieron a conocer los resultados según sus dimensiones: en el caso de la dimensión intrapersonal, la mayoría de los participantes se encontraba en el nivel medio (44.1%). En el caso de la dimensión interpersonal, la mayoría estuvo igualmente en el nivel medio (46.9%). Para la dimensión manejo del estrés, el 49.8% estuvo en el nivel medio. Para la dimensión adaptabilidad, el 41.2% estuvo en el nivel bajo. Y para la dimensión estado de ánimo el 45.5% estuvo en el nivel medio. Por otro lado, la dimensión adaptabilidad la mayoría se encontró en el nivel bajo, demostrando así ser la dimensión que más le falta desarrollar a la muestra. Estos resultados indican que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que los niveles de inteligencia emocional sí varía según sus dimensiones. Estos resultados se asemejan al estudio realizado por Lucho (2018), quién menciona que el componente intrapersonal tuvo un 75.5%, el interpersonal un 67%, la adaptabilidad 59.6% y el estado de ánimo un 76.6%. De la misma forma con Cuartango (2018) quién menciona que entre los resultados obtenidos de las dimensiones de Inteligencia Emocional, se observa una correlación moderada positiva, es así que percepción y facilitación emocional tienen un valor $r = .518$; por su parte, “comprensión emocional” y “facilitación emocional” se correlaciona con una magnitud de $.580$; el “manejo emocional” y la “percepción emocional” tuvieron un resultado de $.598$. Asimismo, Suriá (2017) en un estudio con una muestra de 94 personas mayores de 20 años tuvo como resultado que el 48.94% de participantes (46) presentó altas habilidades en las 3 dimensiones de inteligencia emocional (atención emocional, claridad emocional y reparación emocional); el segundo grupo, conformado por el 30.85% (29) de la muestra, tuvo predominio de habilidades de claridad y recuperación emocional; y, el 20.21% (19) tuvo bajas puntuaciones en las habilidades de inteligencia emocional. Estos resultados se sustentan en la teoría de Goleman (1995) quién menciona que

la inteligencia emocional es una capacidad que permite a las personas identificar los cambios en sus emociones y las de los demás; asimismo el nivel de este tipo de inteligencia refleja la capacidad para tomar decisiones positivas frente a situaciones cotidianas e intervienen las habilidades y los sentimientos, como la motivación, entusiasmo, perseverancia, control de impulsos, empatía, autoconciencia y rapidez psíquica.

Por otro lado, el segundo objetivo específico de este estudio fue describir el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Se encontró como resultado que la mayoría de personas presentan un bienestar psicológico alto (30.3%), seguido del grupo con bienestar psicológico medio (25.1%), en igual medida el grupo de bienestar psicológico bajo y el grupo de bienestar psicológico muy alto (ambos con 19.9%), y el 4.7% reportó un bienestar psicológico muy bajo. Estos resultados se asemejan con los de Veliz, et. al. (2018) dónde en un estudio realizado a estudiantes universitarios profesionales en el país de Chile se encontró que un 57.5 % de los profesionales presentó alto nivel de bienestar psicológico, aunque el 33.7 % manifestó un bajo nivel de relaciones positivas. De la misma manera Casaperalta (2020) en una investigación resaltó que el 53.8% presentó niveles altos de bienestar psicológico, mientras que el 46.2% restante calificó con niveles bajos de bienestar psicológico. También, se obtuvo un $p < .05$, por lo tanto, existe correlación directa en el nivel medio entre las variables. Estos resultados se sustentan en la teoría de Casullo (2002) quién menciona que el bienestar psicológico es un estado de felicidad que como constructo multidimensional comprende elementos emocionales como cognitivos y que, por tanto, abarca diversos contextos en los cuales se desempeña una persona. Por otro lado, para los autores Kammann, et al. (1984) añaden que el bienestar es

en realidad una gradación que las personas experimentaban, un continuo entre la máxima felicidad y la extrema miseria.

El tercer objetivo específico de este estudio fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Se encontró como resultado que el valor de la significación estuvo por debajo de .050, lo que indica que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que sí existe una correlación entre inteligencia emocional y las dimensiones de bienestar psicológico. Asimismo, se da a conocer la relación que existe entre la inteligencia emocional y cada dimensión del bienestar psicológico: la correlación de inteligencia emocional y la dimensión aceptación es pequeña positiva, lo que quiere decir que a mayor inteligencia emocional mayor aceptación, siendo determinante una variable sobre la otra en un 8%. La correlación de inteligencia emocional y la dimensión autonomía es pequeña positiva, lo que significa que a mayor inteligencia emocional mayor autonomía, siendo determinante una variable sobre la otra en un 8%. La correlación de inteligencia emocional y la dimensión proyectos es pequeña positiva, lo que refiere que a mayor inteligencia emocional mayores proyectos, siendo determinante una variable sobre la otra en un 9%. Y finalmente, la correlación de inteligencia emocional y la dimensión vínculos sociales es baja positiva, lo que quiere decir que a mayor inteligencia emocional mayores vínculos sociales, siendo determinante una variable sobre la otra en un 9%. Estos resultados se asemejan en un estudio de Soldati (2017) quién mostró como resultado que la inteligencia emocional muestra una correlación pequeña positiva con las dimensiones de bienestar psicológico: inteligencia emocional y aceptación y control ($r = .238$); inteligencia emocional y vínculos sociales ($r = .209$); inteligencia emocional y proyectos ($r = .254$) y por último con

autonomía ($r = .164$). Estos resultados se sustentan en la teoría de Fernández, et. al. (2002) quién menciona que, para la estabilidad emocional, son también otras capacidades emocionales y sociales las encargadas del ajuste social y relacional. Asimismo, López y Goñi (2012) mencionan que es probable que el poco desarrollo de la inteligencia emocional en el individuo genere situaciones estresantes para él mismo, en relación con su entorno, además que un manejo emocional ineficiente es percibido por los demás como un punto negativo. De esta forma la Inteligencia Emocional ayuda a la maduración de nuestra autonomía, aceptación de la realidad que vivimos, así como nuestros vínculos sociales y proyectos que nos planteamos.

El cuarto y último objetivo específico de este estudio fue: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Encontrándose como resultado que el valor de la significación estuvo por debajo de .050, lo que indica que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que sí existe una correlación entre bienestar psicológico y las dimensiones de inteligencia emocional. Por consiguiente, se da a conocer la relación que existe entre el bienestar psicológico y cada dimensión de la inteligencia emocional: La correlación de bienestar psicológico y la dimensión intrapersonal es baja positiva, lo que quiere decir que a mayor bienestar psicológico mayor inteligencia intrapersonal, siendo determinante una variable sobre la otra un 12%. La correlación de bienestar psicológico y la dimensión interpersonal es pequeña positiva, lo que significa que a mayor bienestar psicológico mayor inteligencia interpersonal, siendo determinante una variable sobre la otra un 4%. La correlación de bienestar psicológico y la dimensión manejo del estrés es pequeña negativa, lo que refiere que a mayor bienestar psicológico menor estrés, siendo determinante una

variable sobre la otra un 9%. La correlación de bienestar psicológico y la dimensión adaptabilidad es baja positiva, lo que significa que a mayor bienestar psicológico mayor adaptabilidad, siendo determinante una variable sobre la otra un 11%. La correlación de bienestar psicológico y la dimensión estado de ánimo es moderada positiva, lo que significa que a mayor bienestar psicológico mayor estado de ánimo, siendo determinante una variable sobre la otra un 26%. Estos resultados se asimilan a los de Ávalos y Calle (2019) quienes presentaron en un estudio que la dimensión interpersonal y el bienestar psicológico se relacionan con un .184, esto quiere decir que es una correlación pequeña positiva; la dimensión manejo de estrés y bienestar psicológico con una magnitud de .461, que significa una correlación baja positiva. De igual forma la autora Mendiola (2019) en un estudio en Perú obtuvo como resultados que el factor interpersonal se relaciona con el bienestar psicológico un valor $r = .37$ y $p < .001$. Factor intrapersonal y bienestar psicológico ($r = .20$) y $p < .05$. Factor manejo estrés y bienestar psicológico ($r = -.30$) y $p < .001$. La relación de Inteligencia Emocional con las dimensiones del bienestar psicológico fue de correlación baja positiva, a excepción de la dimensión manejo de estrés y bienestar psicológico que fue de correlación baja negativa. Estos resultados se sustentan en la teoría de Ryan y Deci (2001), ya que el modelo eudaimónico refiere que, el bienestar psicológico no solo depende de mantener estados de felicidad todo el tiempo por actividades que generen dicho estado en el individuo, es así que en este contexto, este paradigma se enfoca en el desarrollo del potencial humano, por tanto, este paradigma puede lograrse a través de la consecución de los siguientes rasgos positivos: el propósito en la vida, el dominio del medio ambiente, las relaciones positivas, la autoaceptación, el crecimiento personal y la autonomía. Además, en la teoría de Ryff (1989), se desarrolla no solo factores emocionales, sino también cognitivos y es así que se basa en tres teorías: el desarrollo humano óptimo, el funcionamiento mental positivo y las teorías del ciclo vital, teniendo en cuenta la edad, el género y la cultura como importantes

factores que influyen en el bienestar. Esto demuestra que el bienestar psicológico promueve también la mejora de los aspectos intra e interpersonales del ser humano ayudándolo a adaptarse a diferentes contextos y promoviendo situaciones positivas.

Las implicancias teóricas del presente estudio indican que esta investigación respalda los resultados que se han encontrado en otros estudios a nivel de Latinoamérica y España, debido que en la mayoría de estos sí se ha encontrado correlación entre bienestar psicológico e inteligencia emocional.

Las implicancias prácticas van dirigidas a poder encontrar alternativas de mejorar la inteligencia emocional por medio del bienestar psicológico, y este a su vez ser mejorado por el avance de la inteligencia emocional que todo universitario debe desarrollar en esta etapa de formación profesional más aún en la carrera de psicología, ya que le servirá como una competencia para poder abordar distintas situaciones de los clientes o pacientes que atienda, sin verse afectado o dañado o más aún identificado, y por ende vulnerable a las crisis de sus consultantes.

Finalmente, las limitaciones del presente estudio estuvieron dirigidas a una recogida de datos de forma virtual, debido a la pandemia que aún se sigue viviendo en nuestro contexto. Unido a ello también, la preocupación que siempre existe es, en que la muestra no sea lo suficientemente sincera al momento de responder a los ítems, debido a la poca concientización y cultura investigativa que aún no existe en nuestro medio, previniendo de este modo la eliminación de casos en la data antes del proceso de análisis de los mismos. Asimismo una limitación más fue encontrar pocas investigaciones donde se muestren las

correlaciones entre las dimensiones de las variables de estudio. Es por ello que se espera un avance en las investigaciones de estudio a nivel local e internacional sobre esta línea de investigación, siendo así esta falta de estudios previos una ligera limitación.

4.2 Conclusiones

Este estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Se encontró como resultado que el valor de la significación estuvo por debajo de .050, lo que indica que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que sí existe una correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico. Además, esta correlación es baja positiva lo que quiere decir que a mayor inteligencia emocional mayor bienestar psicológico, siendo determinante una variable sobre la otra un 17%.

El primer objetivo específico de este estudio fue describir los niveles de inteligencia emocional según sus dimensiones, en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Se dieron a conocer los resultados según sus dimensiones: en el caso de la dimensión intrapersonal, la mayoría de los participantes se encontraba en el nivel medio (44.1%). En el caso de la dimensión interpersonal, la mayoría estuvo igualmente en el nivel medio (46.9%). Para la dimensión manejo del estrés, el 49.8% estuvo en el nivel medio. Para la dimensión adaptabilidad, el 41.2% estuvo en el nivel bajo. Y para la dimensión estado de ánimo el 45.5% estuvo en el nivel medio. Por otro lado, la dimensión adaptabilidad la mayoría se encontró en el nivel bajo, demostrando así ser la dimensión que más le falta desarrollar a la muestra. Estos resultados indican que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que los niveles de inteligencia emocional sí varían según sus dimensiones.

El segundo objetivo específico de este estudio fue describir el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Se encontró como resultado que la mayoría de personas presentan un bienestar psicológico alto (30.3%), seguido del grupo con bienestar psicológico medio (25.1%), en igual medida el grupo de bienestar psicológico bajo y el grupo de bienestar psicológico muy alto (ambos con 19.9%), y el 4.7% reportó un bienestar psicológico muy bajo.

El tercer objetivo específico de este estudio fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Se encontró como resultado que el valor de la significación estuvo por debajo de .050, lo que indica que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que sí existe una correlación entre inteligencia emocional y las dimensiones de bienestar psicológico. Asimismo, se da a conocer la relación que existe entre la inteligencia emocional y cada dimensión del bienestar psicológico. La correlación de inteligencia emocional y la dimensión aceptación es pequeña positiva, lo que quiere decir que a mayor inteligencia emocional mayor aceptación, siendo determinante una variable sobre la otra en un 8%. La correlación de inteligencia emocional y la dimensión autonomía es pequeña positiva, lo que significa que a mayor inteligencia emocional mayor autonomía, siendo determinante una variable sobre la otra en un 8%. La correlación de inteligencia emocional y la dimensión proyectos es pequeña positiva, lo que refiere que a mayor inteligencia emocional mayores proyectos, siendo determinante una variable sobre la otra en un 9%. Y finalmente, la correlación de inteligencia emocional y la dimensión vínculos sociales es baja positiva, lo que quiere decir que a mayor inteligencia emocional mayores vínculos sociales, siendo determinante una variable sobre la otra en un 9%.

El cuarto y último objetivo específico de este estudio fue determinar la relación entre el bienestar psicológico con las dimensiones de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022. Encontrándose como resultado que el valor de la significación estuvo por debajo de .050, lo que indica que se rechaza H_0 , y se acepta H_1 , es decir que sí existe una correlación entre bienestar psicológico y las dimensiones de inteligencia emocional. Por consiguiente, se da a conocer la relación que existe entre el bienestar psicológico y cada dimensión de la inteligencia emocional. La correlación de bienestar psicológico y la dimensión intrapersonal es baja positiva, lo que quiere decir que a mayor bienestar psicológico mayor inteligencia intrapersonal, siendo determinante una variable sobre la otra un 12%. La correlación de bienestar psicológico y la dimensión interpersonal es pequeña positiva, lo que significa que a mayor bienestar psicológico mayor inteligencia interpersonal, siendo determinante una variable sobre la otra un 4%. La correlación de bienestar psicológico y la dimensión manejo del estrés es pequeña negativa, lo que refiere que a mayor bienestar psicológico menor estrés, siendo determinante una variable sobre la otra un 9%. La correlación de bienestar psicológico y la dimensión adaptabilidad es baja positiva, lo que significa que a mayor bienestar psicológico mayor adaptabilidad, siendo determinante una variable sobre la otra un 11%. La correlación de bienestar psicológico y la dimensión estado de ánimo es moderada positiva, lo que significa que a mayor bienestar psicológico mayor estado de ánimo, siendo determinante una variable sobre la otra un 26%.

REFERENCIAS

- Arias, J., Villasís, M. y Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=486755023011>
- Ávalos, S., y Calle, L. (2019). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Nuevo Chimbote* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].
http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40165/Avalos_ASE-Calle_ALC.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Baron, R. (1997). *BarOn emotional quotient inventory: a measure of emotional intelligence*. Multi-Health Systems Inc.
- Barrantes, K. y Ureña, P. (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17 (1), 101-123.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80242935006>
- Casaperalta, X. (2020). *Inteligencia emocional percibida y bienestar psicológico en estudiantes de 16 a 18 años de las escuelas profesional-es de humanidades de una universidad privada de Arequipa, 2019* [Tesis de Maestría, Universidad Católica de Santa María].
<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/9967/A5.2050.MG.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Casullo, M., Brenlla, M., Castro, A., Cruz, M., González, R., Maganto, C., Martín, M.,
Martínez, P., Montoya, I., y Morote, R. (2002). *Evaluación del bienestar
psicológico en Iberoamérica*. Paidós.
<https://www.redalyc.org/pdf/3331/333127392003.pdf>
- Código de Nuremberg (1947). *Códigos internacionales de ética de la investigación*.
[https://www.conicyt.cl/fonis/files/2013/03/EI-C%C3%B3digo-de-
Nuremberg.pdf](https://www.conicyt.cl/fonis/files/2013/03/EI-C%C3%B3digo-de-Nuremberg.pdf)
- Colegio de Psicólogos del Perú (2015). *Código de ética profesional del psicólogo
peruano*. [https://sipsych.org/wp-content/uploads/2015/09/Peru_-
_Codigo_de_Etica.pdf](https://sipsych.org/wp-content/uploads/2015/09/Peru_-_Codigo_de_Etica.pdf)
- Cuadros, O. (2019, mayo 15). Calidad educativa y bienestar psicológico en
universitarios. *La Tercera*. [https://www.latercera.com/opinion/noticia/calidad-
educativa-bienestar-psicologico-
universitarios/656299/?fbclid=IwAR3xRJeVNwt9FNQtIzFg9AzKZm-
jBxlZS0xRN57J7pgakj8dzPs6Z1xzdo0](https://www.latercera.com/opinion/noticia/calidad-educativa-bienestar-psicologico-universitarios/656299/?fbclid=IwAR3xRJeVNwt9FNQtIzFg9AzKZm-jBxlZS0xRN57J7pgakj8dzPs6Z1xzdo0)
- Cuartango, M. (2018). *Correlación entre inteligencia emocional y bienestar
psicológico en rescatistas que han laborado durante al menos un año* [Tesis
pregrado, Universidad Rafael Landívar].
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/42/Cuartango-Maricruz.pdf>
- Diener, E., Larsen, R., Levine, S. & Emmons, R. (1985). Intensity and frequency:
dimensions underlying positive and negative affect. *Journal of Personality and*

Social Psychology, 48 (5), 1253-1265. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.48.5.1253>

Domínguez Lara, S. (2016). Inteligencia emocional y estrategias cognitivas de regulación emocional en universitarios de Lima: un análisis preliminar. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana*, 13(2), 1-5. <http://www.revistahph.sld.cu/2016/Nro%202/inteligencia%20emocional.html>

Domínguez Lara, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychol. av. discipl.*, 18(1), 23-31. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-23862014000100003&script=sci_abstract&tlng=es

Domínguez, R. e Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y Palabra*, 21(96), 660-679. <https://www.redalyc.org/pdf/1995/199551160035.pdf>

Expreso (2019, junio 27). *Inteligencia emocional en jóvenes: el gran reto de la educación*. <https://www.expreso.com.pe/actualidad/inteligencia-emocional-en-jovenes-el-gran-reto-de-la-educacion/>

Fernández, E., Almagro, B. y López, P. (2015). Inteligencia emocional percibida y el bienestar psicológico de estudiantes universitarios en función del nivel de actividad física. *Cultura, ciencia y deporte*, 10(28), 31-39. doi: <http://dx.doi.org/10.12800/ccd.v10i28.513>

Fernández, E., Almagro, B. & Sáenz, P. (2015). Inteligencia emocional percibida y el bienestar psicológico de estudiantes universitarios en función del nivel de actividad física. *Cultura, ciencia y deporte*, 10(28), 31-39. doi: <http://dx.doi.org/10.12800/ccd.v10i28.513>

- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29(1), 1-6. <https://doi.org/10.35362/rie2912869>
- Fondo de las Naciones Unidas (UNICEF, 2019). *Más del 20% de adolescentes de todo el mundo sufren trastornos mentales*. <https://www.unicef.org/mexico/comunicados-prensa/m%C3%A1s-del-20-de-los-adolescentes-de-todo-el-mundo-sufren-trastornos-mentales>
- Fragozo, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior. *RIES*, 6(16), 110-125. <https://doi.org/10.1016/j.rides.2015.02.001>
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Nueva York. Basic Books.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional: Cuando el listo es tonto*. Kairós.
- Hernández, S. R., Fernández, C. C. y Baptista, L. P. (2014) *Metodología de la Investigación*. Mc. Graw Hill. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hogan, T. P. (2015). *Pruebas psicológicas: una introducción práctica*. Editorial El Manual Moderno.
- Huarca, P. y Ruiz, K. (2016). *Satisfacción laboral y bienestar psicológico en trabajadores obreros de empresas de intermediación laboral del sector minero en Arequipa* [Tesis de Pregrado, Universidad Nacional de San Agustín]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3524/Pshuhupa.pdf?sequence=1&isAllowed=y044>
- Kamman, R., Farry, M, & Herbison, P. (1984). The analysis and measurement of happiness as a sense of wellbeing. *Social Indicators Research*, 15, 91-115.

<https://link.springer.com/article/10.1007/BF00426282#:~:text=Abstract,of%20positive%20over%20negative%20feelings>

López, G. I. y Goñi, Z. J. (2012). La competencia emocional en los currículos de formación inicial de los docentes. Un estudio comparativo. *Revista de Educación*, 467-489. DOI: 10-4438/1988-592X-RE-2010-357-069

Lucho, E. (2018). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa Particular Inaculada Concepción – Huacho, 2015* [Tesis de pregrado, Universidad San Pedro]. http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/5358/Tesis_56979.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Mendiola, C. (2019). *Relación entre la inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes de dos escuelas públicas de lima metropolitana* [Tesis pregrado, Universidad de Lima]. http://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/ulima/10631/Mendiola_Relacion_entre_la_inteligencia_emocional_y_bienestar.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ministerio de Salud (MINSA, 2020). *Una de cada ocho personas ha sufrido algún trastorno mental en Lima debido a la Covid-19*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/542921-minsa-una-de-cada-ocho-personas-ha-sufrido-algun-trastorno-mental-en-lima-debido-a-la-covid-19>

Olavarría, L. (2019, agosto 26). Salud mental: ¿Cuál es la importancia del bienestar psicológico en la actualidad? *RPP Noticias*. <https://rpp.pe/vital/expertos/salud->

mental-cual-es-la-importancia-del-bienestar-psicologico-en-la-actualidad-
noticia-1216389

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020). *Datos clave sobre la salud mental.*

<https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>

Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2014). *Salud universal.*

<https://www.paho.org/es/temas/salud-universal>

Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020). *Salud mental: datos clave.*

<https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>

Páez, C. M. y Castaño, C. J. (2015). Inteligencia emocional y rendimiento académico

en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32 (2), 268-285.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-

417X2015000200006

Quezada, L. (2010). Metodología de la investigación: Estadística aplicada en la
investigación. *Macro*. [https://editorialmacro.com/wp-](https://editorialmacro.com/wp-content/uploads/2021/02/9786123045760.pdf)

[content/uploads/2021/02/9786123045760.pdf](https://editorialmacro.com/wp-content/uploads/2021/02/9786123045760.pdf)

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of

research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*,

52(1), 141-166. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141

Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest

of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-

55. <https://doi.org/10.1177/016502548901200102>

Ryff, C. & Singer, B. (1998). The Contours of Positive Human Health. *Psychological*

Inquiry, 9(1), 1-28. doi: 10.1207/s15327965pli0901_1

Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence: Imagination, Cognition

and Personality, 185-211.

- Sauleda, A. (2017). *Relación entre Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en adolescentes ecuatorianos* [Tesis de Pregrado, Universidad Francisco de Vitoria].
<http://ddfv.ufv.es/bitstream/handle/10641/1349/TfG%20Caroline%20Sauleda.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Soldati, V. (2017) *Relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios residentes en la Ciudad Autónoma De Buenos Aires y Gran Buenos Aires* [Tesis de Pregrado, Universidad Argentina de la Empresa]. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/8089>
- Solórzano, P. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños. *CASUS. Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(1), 30-36. doi: <https://doi.org/10.35626/casus.1.2019.160>
- Suriá, M. R. (2017). Relación entre perfiles de inteligencia emocional y bienestar psicológico en personas con lesión medular. *Anuario de Psicología*, (47), 9-16.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.anpsic.2017.05.001>
- Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del Inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Revista de Psicología*, 4, 129-160. <http://www.redalyc.org/pdf/1471/147118178005.pdf>
- Universidad Privada del Norte (2016). *Código de Ética del Investigador Científico UPN*. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/2020-06/codigo-etica-investigador-cientifico-upn.pdf>
- Vara, A. (2012). *7 pasos para una tesis exitosa*. Universidad San Martín de Porres.
<https://www.administracion.usmp.edu.pe/investigacion/files/7-PASOS->

PARA-UNA-TESIS-EXITOSA-Desde-la-idea-inicial-hasta-la-
sustentaci%C3%B3n.pdf

Veliz, A., Dorner, A., Salcedo, A., Reyes, J., y Ganga, F. (2018) Inteligencia emocional y bienestar psicológico en profesionales de enfermería del sur de Chile. *Medisur* 16(2), 260-266.
<http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/3885/2550>

Vinuesa, P. (2016). *Correlación: teoría y práctica*.
https://www.ccg.unam.mx/~vinuesa/R4biosciences/docs/Tema8_correlacion.pdf

ANEXOS

ANEXO N° 1. Matriz de Consistencia

PROBLEMA A	OBJETIVO S	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA A
Problema general ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?	Objetivo general Determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.	Hipótesis general Hi: Existe relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.	Inteligencia emocional -Componente Intrapersonal (CEIA) -Componente Interpersonal (CEIE) -Componente Adaptabilidad (CED) -Componente de Manejo del Estrés (CEME)	Nivel de investigación: Correlacional Diseño de investigación: No experimental Tipo de investigación: Cuantitativa Instrumentos: EQ-i-M20 y BIEPS A Población: Estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.
Problemas específicos ¿Cómo difieren los niveles de inteligencia emocional según sus dimensiones intrapersonal, interpersonal,	Objetivos específicos Describir los niveles de inteligencia emocional según sus dimensiones, en los estudiantes universitarios	Hipótesis específicos Hi: Existe correlación de la inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico	-Componente del Estado de Ánimo General (CEAG) Bienestar psicológico	

<p>adaptabilidad , manejo de estrés y estado de ánimo en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?</p> <p>¿Cómo se presenta el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico</p>	<p>de Lima Metropolitan a durante el 2022.</p> <p>Describir el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitan a durante el 2022.</p> <p>Relacionar la inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitan a durante el 2022.</p>	<p>en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitan a durante el 2022.</p> <p>Hi: Existe correlación del bienestar psicológico con las dimensiones de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitan a durante el 2022.</p>	<p>- Aceptación/Control de situaciones.</p> <p>-Autonomía</p> <p>-Proyectos</p> <p>-Vínculos sociales</p>	
--	--	--	---	--

<p>en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico con las dimensiones de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022?</p>	<p>Relacionar el bienestar psicológico con las dimensiones de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana durante el 2022.</p>				
--	--	--	--	--	--

ANEXO N° 2. Instrumento para medir la inteligencia emocional

EQ-i-M20

CUESTIONARIO: Cuestionario para medir la inteligencia emocional

Lea atentamente todas las frases. Marque el casillero que mejor exprese la frecuencia con la que le sucede cada enunciado. No hay respuestas buenas ni malas, por lo cual se le solicita sea sincero. Si se equivoca, no pasa nada. Puede tachar o borrar. Mire el ejemplo a continuación:

	Nunca me	A veces me	Casi siempre	Siempre me
Estoy contento				

	Nunca me pasa	A veces me pasa	Casi siempre me pasa	Siempre me pasa
1. Entiendo cómo se sienten las otras personas.				
2. Me resulta difícil controlar mi ira (cólera).				
3. Me resulta fácil decir cómo me siento.				
4. Me siento seguro de mí mismo.				
5. Sé cómo se sienten las otras personas.				
6. Es fácil para mí entender cosas nuevas.				
7. Puedo hablar con facilidad acerca de mis sentimientos.				
8. Tengo mal genio.				
9. Ante preguntas difíciles, puedo dar buenas respuestas.				
10. Puedo describir mis sentimientos con facilidad.				
11. Cuando quiero puedo encontrar muchas formas de contestar a una pregunta difícil.				
12. Me enojo con facilidad.				
13. Me gusta hacer cosas para ayudar a los demás.				
14. Puedo resolver problemas de diferentes maneras.				
15. Me siento bien conmigo mismo.				
16. Es fácil para mí decir lo que siento				
17. Soy feliz con el tipo de persona que soy.				
18. Cuando me molesto, actúo sin pensar.				
19. Sé cuándo la gente está enfadada, incluso cuando no				
20. Me gusta cómo me veo en general.				

ANEXO N° 3. Instrumento para medir el bienestar psicológico

BIEPS

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: **-ESTOY DE ACUERDO- NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO - ESTOY EN DESACUERDO-** No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios.

A= De Acuerdo

NN=Ni de Acuerdo ni en Desacuerdo

D=En Desacuerdo

N	ENUNCIADO	A	NN	D
1	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
2	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
3	Me importa pensar que haré en el futuro.			
4	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas			
5	Generalmente le caigo bien a la gente.			
6	Siento que podré lograr las metas que me proponga			
7	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
8	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
9	En general hago lo que quiero, soy poco influenciable			
10	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
11	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			
12	Puedo tomar decisiones sin dudar mucho			
13	Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias			

3Resultados Descriptivos

En este apartado, se realizó una descripción de las características de la muestra, para conocer el tipo de personas que la conforman.

Tabla de frecuencias para las variables sociodemográficas

Variables	Grupos	Frecuencias	Porcentajes
Sexo	Femenino	113	53.6
	Masculino	98	46.4
Tipo de universidad	Estatad	48	22.7
	Privada	163	77.3
Ciclo universitario	1ro – 5to	60	28.4
	6to – 10mo	151	71.6
Edad	18 a 30 años	164	77.7
	31 a 40 años	47	22.3
	Negocios	48	22.7
Facultades	Ingeniería	29	13.7
	Comunicaciones	9	4.3
	Salud	57	27.0
	Arquitectura y Diseño	4	1.9
	Derecho	14	6.6
	Otros	50	23.7

La muestra del estudio estuvo conformada por 211 personas, las cuales en su mayoría fueron mujeres (54%) y provenientes de instituciones privadas (77%). Gran parte de la muestra estuvo representada por estudiantes de los últimos ciclos, entre 18 a 30 años en su gran mayoría. Así también provenían de facultades tales como Negocios, Salud, Ingeniería y otros menos representativos.

Resultados Psicométricos
Reporte de las evidencias de procesos de respuesta hacia el ítem del test de Inteligencia
Emocional y del test de Bienestar Psicológico

	Dimensiones	Ítems	M	DE	r-itc	Alfa	Omega	Asimetría	Curtosis
Inteligencia Emocional	Intrapersonal	Ítem 3	2.488	.8583	0.470	0.890	0.896	.334	-.605
		Ítem 7	2.531	.9065	0.720	0.882	0.888	.062	-.786
		Ítem 10	2.555	.8511	0.716	0.882	0.888	.249	-.676
		Ítem 16	2.645	.8738	0.699	0.883	0.889	.068	-.795
	Interpersonal	Ítem 1	2.716	.8754	0.340	0.894	0.899	.030	-.880
		Ítem 5	2.635	.8015	0.458	0.890	0.896	.027	-.529
		Ítem 13	3.142	.8040	0.513	0.889	0.895	-.597	-.321
		Ítem 19	2.754	.8429	0.397	0.892	0.898	-.085	-.709
	Manejo del estrés	Ítem 2	1.957	.7323	0.246	0.895	0.901	.507	.208
		Ítem 8	2.005	.7270	0.148	0.898	0.903	.668	.780
		Ítem 12	1.995	.7653	0.163	0.898	0.903	.780	.790
		Ítem 18	1.976	.7712	0.144	0.898	0.903	.984	1.300
	Adaptabilidad	Ítem 6	2.848	.8140	0.533	0.888	0.894	-.356	-.315
		Ítem 9	2.716	.7526	0.649	0.885	0.890	-.087	-.352
		Ítem 11	2.678	.8167	0.667	0.884	0.890	.075	-.672
		Ítem 14	2.853	.7573	0.679	0.884	0.890	-.080	-.585
	Estado de ánimo	Ítem 4	2.962	.8720	0.677	0.883	0.889	-.448	-.559
		Ítem 15	3.028	.8276	0.679	0.884	0.889	-.460	-.479
		Ítem 17	3.133	.8346	0.618	0.885	0.891	-.651	-.294

	Ítem 20	2.991	.8563	0.697	0.883	0.889	-.487	-.460	
Bienestar Psicológico	Aceptación/ Control de situaciones	Ítem 2	2.848	.4091	0.265	0.677	0.700	-2.757	7.315
		Ítem 11	2.915	.2965	0.300	0.676	0.693	-3.530	12.580
		Ítem 13	2.621	.5760	0.408	0.656	0.680	-1.239	.556
		Ítem 4	2.578	.5668	0.330	0.669	0.692	-.945	-.104
	Autonomía	Ítem 9	2.403	.6428	0.226	0.689	0.706	-.609	-.598
		Ítem 12	2.336	.6441	0.340	0.668	0.690	-.449	-.687
		Ítem 1	2.758	.5195	0.386	0.669	0.682	-2.089	3.517
	Proyectos	Ítem 3	2.758	.5008	0.130	0.696	0.715	-1.983	3.165
		Ítem 6	2.815	.4128	0.404	0.661	0.677	-2.038	3.260
		Ítem 10	2.882	.3654	0.445	0.659	0.673	-3.221	10.455
		Ítem 5	2.578	.5410	0.387	0.660	0.684	-.771	-.534
	Vínculos sociales	Ítem 7	2.810	.4277	0.246	0.680	0.702	-2.133	3.856
		Ítem 8	2.754	.4320	0.329	0.669	0.693	-1.185	-.601

Para el test de inteligencia emocional, la mayoría de los ítems tuvieron distribución normal, ya que el valor de la Asimetría y la Curtosis estuvo comprendido entre +/- 1.5 (Pérez y Medrano, 2010). No obstante, para el test de bienestar psicológico, la mayoría de los ítems tuvo valores comprendidos fuera de este rango.

Reporte de las evidencias de fiabilidad de los instrumentos empleados.

Variable	Dimensiones	Media	Desviación Estándar	Alfa	Omega
Inteligencia Emocional	Intrapersonal	2.55	0.731	0.858	0.864
	Interpersonal	2.81	0.619	0.733	0.739
	Manejo del estrés	1.98	0.597	0.809	0.812
	Adaptabilidad	2.77	0.623	0.804	0.810
	Estado de ánimo	3.03	0.740	0.896	0.897
Bienestar Psicológico	Aceptación/Control de situaciones	2.79	0.309	0.472	0.512
	Autonomía	2.44	0.416	0.395	0.420
	Proyectos	2.80	0.286	0.495	0.577
	Vínculos sociales	2.71	0.347	0.584	0.640

Como se aprecia en la tabla 11, las dimensiones tanto del test de inteligencia emocional como del test bienestar psicológico presentan buenos valores de confiabilidad, ya que las dimensiones están por encima de .300, de igual forma esto sucede en los estadísticos de Alfa y Omega. Las respuestas para las dimensiones del bienestar psicológico fluctúan más en la alternativa de acuerdo ni desacuerdo debido a que la media está cercana al valor 2, mientras que para el test de inteligencia emocional fluctúa entre a veces, y casi siempre ya que la media fluctúa entre los valores de 2 y 3.

ANEXO N° 5. Operacionalización de la variable inteligencia emocional

Operacionalización de la variable inteligencia emocional

Variable	Definición conceptual	Dimensiones
Inteligencia emocional	Para Baron (1997) la inteligencia emocional está conformada por un conjunto de habilidades, aptitudes, competencias y habilidades no cognitivas que afectan negativa o positivamente en las competencias de un individuo.	Componente intrapersonal (CEIA) Componente interpersonal (CEIE) Componente adaptabilidad (CED) Componente manejo de estrés (CEME) Componente del estado de ánimo general (CEAG)

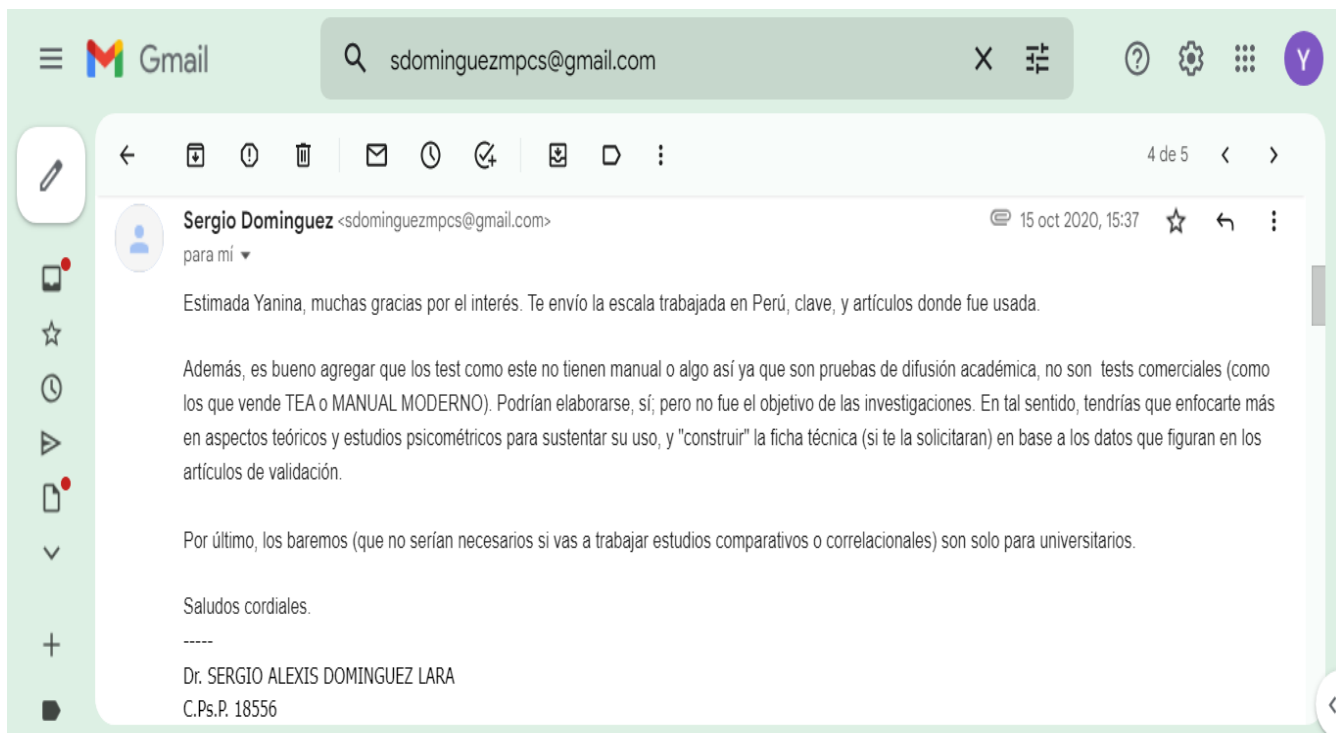
ANEXO N° 6. Operacionalización de la variable bienestar psicológico

Operacionalización de la variable bienestar psicológico

Variable	Definición conceptual	Dimensiones
Bienestar psicológico	Según Casullo y Solano (2002) es la satisfacción por lograr objetivos que aportan al crecimiento personal	Adaptación / Control de situaciones
		Autonomía
		Proyectos
		Vínculos

ANEXO N° 7. Solicitud de permiso para uso del Inventario breve de Inteligencia

Emocional en adultos EQ-i-M20.



ANEXO N° 8. Solicitud de permiso para uso de la prueba BIEPS A.

