

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

**“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTILOS DE  
AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA  
DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2020”**

Tesis para optar el título profesional de:

**Licenciada en Psicología**

**Autora:**

Marisari Karely Kuiny Olivera Sanchez

**Asesor:**

Mg. Janeth Imelda Suárez Pasco

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5556-6923>

Lima - Perú

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1 Presidente(a)	<b>Johnny, Enciso Rios</b>	<b>40419265</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	<b>Milagros, Miranda Viteri</b>	<b>70169002</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	<b>Karim, Talledo Sánchez</b>	<b>43300453</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

## DEDICATORIA

*Este trabajo se lo dedico a las personas más importantes de mi vida, Ronan y Dionisia, Los Amo.*

*Asimismo, dedicarles este logro a mis hermanos Pablo, Richar, Michael, Rocío y Xiomara, ¡LO LOGRE! Y por fin cumpliré con la promesa de que los llenaría de orgullo.*

*Es indescriptible las sensaciones, emociones y acciones, que pueden liberar personitas tan chiquitas pero puras de corazón, mis niños Valentino, Cesar, Vania, Astrid y D'Bastian, por ustedes es que lucho y busco que este mundo sea mejor. Los Ama mucho, su tía Sai.*

## AGRADECIMIENTO

*Quiero comenzar agradeciendo a Jehová Dios, por haberme dado la vida y colmarme de bendiciones. Asimismo, agradecer a mis amados padres Ronan y Dionisia, por ser mi más grande motivación, mi aliento y soporte en los momentos más duros de mi vida; los responsables de mis logros, gracias por su amor incondicional, no me va alcanzar la vida para demostrarles lo mucho que LOS AMO.*

*Un agradecimiento especial a un excelente profesional, colega y a quien puedo llamar amigo, Ítalo Beas Leca, gracias por todo tu apoyo y enseñanzas.*

**TABLA DE CONTENIDO**

JURADO CALIFICADOR	2
DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTO	4
TABLA DE CONTENIDO	5
ÍNDICE DE TABLAS	6
ÍNDICE DE FIGURAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
1.1. Realidad problemática	9
1.2. Formulación del problema	19
1.3. Objetivos	20
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	22
CAPÍTULO III: RESULTADOS	30
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	39
REFERENCIAS	47
ANEXOS	58

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Características de la muestra .....	24
Tabla 2 Matriz de operacionalización de la variable Inteligencia emocional .....	25
Tabla 3 Matriz de operacionalización de la variable estilos de afrontamiento.....	26
Tabla 4 Frecuencia de los niveles de Inteligencia Emocional.....	30
Tabla 5 Media de los estilos de afrontamiento .....	31
Tabla 6 Media y Desviación Estándar de las estrategias de afrontamiento.....	32
Tabla 7 Prevalencia de las estrategias de afrontamiento .....	33
Tabla 8 Prueba de normalidad estadística Kolmogórov-Smirnov para datos del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento - COPE.....	34
Tabla 9 Prueba de normalidad estadística Kolmogorov- Smirnov para datos de la Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law- WLEIS.....	35
Tabla 10 Correlación entre el Estilo de Afrontamiento e Inteligencia Emocional.....	36
Tabla 11 Análisis comparativo de los Estilos de Afrontamiento según sexo.....	37
Tabla 12 Análisis comparativo de la Inteligencia Emocional según sexo .....	38

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Diseño de contrastación .....	22
-----------------------------------------	----

## RESUMEN

La presente investigación tuvo por objetivo determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020. Este estudio se llevó a cabo bajo el enfoque metodológico cuantitativo, de diseño no experimental, nivel de alcance correlacional y corte transversal. Además, la Población estuvo conformada por los estudiantes de Psicología cuyas edades oscilaban entre 18 y 37 años; así también, la muestra estuvo conformada por 153 elegida de manera no probabilística por conveniencia. Los instrumentos de medición de las variables fueron: Escala de inteligencia emocional (WLEIS), validado por Aldave, (2020) y el Inventario de Estimación de Afrontamiento (COPE), validados por Peña, (2017; ambas pruebas validadas en el Perú. Los resultados indicaron que el 79.8 % de la muestra se encuentra en la categoría Alto de inteligencia emocional, asimismo, el estilo de Afrontamiento dirigido a la tarea es el más utilizado por la muestra (media de 61.94; D. E= 11.8). Se concluye que, entre ambas variables, existe una correlación positiva, directa y grande ( $\rho=.73$ ) ( $p=.000$ ); así como, valores altos de inteligencia emocional que se relacionan con valores altos de estilos de afrontamiento y viceversa.

**PALABRAS CLAVES:** Estudiantes, estilos de afrontamiento, inteligencia emocional, universitarios



## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

La universidad es uno de periodos de la vida que está más relacionado a cambios, altas demandas, estrés y en determinadas personas sobre exigencia personal dirigida a lograr el éxito. Mientras se incrementa el nivel académico, es mayor la responsabilidad de trabajos y la demanda de un desempeño alto. Además, Feldman et al., 2018, confirman que los universitarios se ven en la necesidad de afrontar mayores retos, demandas y desafíos que exigen una amplia cantidad de recursos psicológicos y físicos de distinta naturaleza. Por otro lado, se ha identificado que, a lo largo de la formación académica, las exigencias personales como propias de la carrera de estudios y la alta competitividad generan consecuencias en la salud mental de los estudiantes universitarios (Olivas et al., 2020).

Algunos autores señalan que dos individuos frente a una misma circunstancia, dependiendo del propio contexto, paradigma y recursos como automotivación, autocontrol emocional, identificación de emociones ajenas y manejo de ellas, control de las relaciones interpersonales o también conocida como habilidades sociales y otras relacionadas a la inteligencia emocional, pueden producir reacciones completamente distintas y en ocasiones todo lo contrario; aunque con esto se observa que cada una de estas experiencias o situaciones que afronta cada día por mínima que parezcan, cuenta con una interpretación y un proceso distinto por persona, desencadenando una posible enfermedad como la ansiedad, depresión, estrés y otros trastornos vinculados a la salud mental (Puigbó et al., 2019).

Siguiendo esta línea de estudio en el área de ciencias de la salud, se encontró que la población general tiene cada vez mayor presencia del estrés (Oblitas, 2010). Ante esta problemática, cifras internacionales señalan que el 15.5% de estudiantes de pregrado de la carrera de psicología cuentan con un nivel bajo de estrés global, un 13% cuenta con un nivel alto y un 71.4% cuenta con un nivel medio (Herrera y Moletto, 2014).

De acuerdo con los datos del Ministerio de educación del Perú (MINEDU, 2019), informa que el 85% de los estudiantes universitarios, docentes y personal administrativo de las universidades peruanas presentan problemas de salud mental, teniendo una gran prevalencia el estrés con 79 % y depresión 42 % Una investigación nacional reciente, sostiene que el estrés y la forma de afrontarlo es un gran problema con el que los universitarios tienen que lidiar, dado que las cifras arrojan que el 36.5 % de los estudiantes experimentan un nivel medio de estrés, el 31.2 % un nivel medio y alto, y el 10.5 % un nivel alto (Martinez, 2019). Lo anterior, lleva a considerar que la falta de estrategias de afrontamiento al estrés se encuentra altamente asociado a niveles bajos de inteligencia emocional (Cabanach et al., 2014).

En efecto, estudios revelaron que bajos niveles de inteligencia emocional tienen diversas implicaciones en la habilidad para adaptarse y enfrentar situaciones estresantes (Buceta y Bueno 1995; Ugarriza, 2004). Asimismo, la inteligencia emocional influye en las estrategias de afrontamiento mediante el manejo y la regulación de las emociones, utilización, facilitación, y evaluación de emociones (Aguilar, Gil, Pinto, Quijada y Zúñiga, 2014). Así, por ejemplo, se considera que los estudiantes universitarios de la carrera de psicología que presentan niveles altos de inteligencia emocional adoptan estilos de afrontamiento que suelen ser adaptativos, dado que se enfocan en la búsqueda de solución de problemas y se ven favorecidos en la asimilación y aceptación (Herrera y Moletto, 2014; Lunahuaná, 2018). Por otro lado, en los estudiantes que presentan bajos niveles de inteligencia emocional se observa que adoptan estilos de afrontamiento centrado en la emoción y evitativo, lo cual los expone a la posibilidad de presentar dificultades al momento de superar determinadas situaciones estresantes y que exigen mayores recursos (Silva, 2018).

Por otra parte, otras investigaciones sostienen que los estudiantes que cursan los primeros ciclos académicos presentan mayor susceptibilidad al estrés, en contraste con

aquellos que finalizan la etapa universitaria (Celis, Cabrera, Alarcón y Monge, 2001). Cabe señalar que, según Reyes y Carrasco (2016) los estudiantes universitarios que tienen dificultades en el manejo de estrés o utilizan estrategias de afrontamiento desadaptativas están más propensos a tener niveles alto de ansiedad o tensión. Se debe agregar que, la Escuela profesional en la que los universitarios perciben más agentes estresantes es la de Ciencias de la Salud (Celis et al., 2017).

En cuanto a los antecedentes de investigación, a nivel internacional, Aguilar (2019) publicó un estudio realizado en la Paz, Bolivia titulado “*Inteligencia emocional y afrontamiento del estrés en estudiantes de las escuelas deportivas integrales de la UMSA*”, en este estudio se buscó describir la relación que existe entre la inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés en 46 estudiantes universitarios que practican las disciplinas de básquet y vóley. De igual modo, esta investigación adoptó un enfoque cuantitativo, no experimental, corte transversal y nivel de alcance correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Cociente Emocional EQ-I y la Escala de Afrontamiento ACS. Los resultados indican que existe una relación estadísticamente significativa, positiva, directa entre la inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés (Pearson = 0,390\*\*;  $p=0.000$ ). Por último, se concluye que niveles altos de inteligencia emocional se relaciona con valores altos de estrategias de afrontamiento en la muestra de estudio.

De igual manera, Romera, Vilotta y Solanes (2019), publicaron en la ciudad de Alicante, el estudio titulado “*Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en trabajadores de hospitales de la provincia de Alicante*”, dicho estudio tuvo como objetivo examinar la relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento en una muestra conformada por 59 participantes. Los instrumentos utilizados fueron Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) y a versión española del Coping Strategies Inventory (CSI) de Cano

Rodríguez y García (2007). Los resultados arrojaron que existe relación significativa entre ambas variables ( $p = .004$ ;  $\rho = .332$ ).

También, Valdivieso, Ormaza y García (2018) presentaron el estudio titulado “*La inteligencia emocional y su relación con las estrategias de afrontamiento del estrés en los alumnos de la Universidad técnica de Manabí*”, dicho estudio tuvo como objetivo conocer la inteligencia emocional de los estudiantes de la Universidad Técnica de Manabí y como éstos la utilizan para crear estrategias para afrontar situaciones que generan estrés en una muestra conformada por 164 estudiantes universitarios. Siguió un enfoque cuantitativo, no experimental, corte transversal y nivel de alcance correlacional. El instrumento de medición utilizado fue el inventario de Inteligencia Emocional Bar-On (I-CE) y el COPE. Los resultados indican que el 54% de los participantes presentan un nivel promedio de inteligencia emocional, mientras que el 56.7% presenta un manejo bajo del estrés. También, se encontró que existe una relación entre ambas variables ( $p = .013$ ;  $\rho = .212$ ). Por último, se concluye que niveles altos de inteligencia emocional se relaciona con valores altos del manejo del estrés en la muestra de estudio.

A nivel Nacional, También, Pérez y Palacios (2018) presentaron el estudio titulado “*Correlación entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes de primer año de la escuela profesional de psicología de la Universidad Nacional De San Agustín*”, dicho estudio tuvo como objetivo identificar la relación existente entre Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra conformada por 172 estudiantes universitarios de la ciudad de Arequipa. Cabe señalar que estudio siguió un enfoque cuantitativo, no experimental, corte transversal y nivel de alcance correlacional. Los instrumentos de medición fueron el ICE de BarOn para la variable inteligencia emocional y el COPE para estilos de afrontamiento. Los principales resultados de la prueba estadística de Correlación de Pearson arrojaron un coeficiente positivo igual a 0.879, lo cual

significa que existe una correlación positiva, directa con una fuerza de correlación fuerte entre ambas variables en la muestra de estudiantes de psicología.

Gutierrez (2018), publicó la investigación denominada “*Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú*”, dicho estudio buscó analizar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en una muestra conformada por 666 estudiantes. El enfoque metodológico que se empleó fue el cuantitativo, de diseño no experimental, nivel de alcance correlacional y corte transversal. Los instrumentos utilizados fueron el ICE de BarOn para la variable inteligencia emocional y el Cuestionario de Modos de afrontamiento de Carver, Scheier y Weintraub (1989). Los hallazgos señalan que existe relación significativa, positiva directa entre las dimensiones enfocado en el problema y enfocado en la emoción con la inteligencia global ( $p < 0.05$ ), sin embargo, el estilo de afrontamiento se relaciona de manera significativa, negativa e inversa con la inteligencia global ( $p < 0.05$ ).

Quispe y Sotomayor (2018), publicaron el estudio titulado “*estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes embarazadas de las escuelas de enfermería y obstetricia, en la universidad nacional de Huancavelica*”, este estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en una muestra conformada por 40 estudiantes que estaban embarazadas o lo estuvieron. El enfoque metodológico que se empleó fue el cuantitativo, de diseño no experimental, nivel de alcance correlacional y corte transversal. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Estrategias de Afrontamiento de Tobin y Holroyd y la Escala inteligencia emocional de Salovey y Meyer. Los principales resultados arrojaron que la correlación de Pearson es 0,507 y Sig. (bilateral) =.001, lo cual significa que existe una relación significativa, positiva, directa con una fuerza de correlación moderada entre ambas variables.

Por último, se concluye que niveles altos de inteligencia emocional se relaciona con valores altos de los estilos de afrontamiento.

A nivel local, el trabajo llevado a cabo Campos (2020), titulado “*Relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes del x ciclo de la facultad de estomatología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega*”, dicho estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre ambas variables en una muestra conformada por 70 estudiantes universitarios. El enfoque metodológico que se empleo fue el cuantitativo, de diseño no experimental, nivel de alcance correlacional y corte transversal. Se utilizaron el Cuestionario de Inteligencia emocional de Reuven BarOur y para el afrontamiento al estrés el cuestionario elaborado por Kenneth M. Nowack. Los resultados encontrados arrojan los siguiente valores Chi-cuadrado de Pearson 0.229 y el P-Valor = 0.892 ( $p > 0.05$ ), por lo tanto, se concluye que no existe relación entre ambas variables en la muestra de estudio.

De igual manera, Lunahuaná (2018), titulado “*Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada*”, tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra conformada por 160 estudiantes universitarios de la ciudad de Lima. Este estudio adopto un enfoque metodológico cuantitativo, de diseño no experimental, nivel de alcance correlacional y corte transversal. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Inteligencia Emocional de Wong - Law (2002) y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento CSQ elaborado por Rogers, Jarvis y Najarian (1993). Los resultados indican que existe una relación significativa, positiva, directa ( $\rho = .578$ ;  $p < 0.05$ ) entre ambas variables de estudio en la muestra.

De igual manera, Castro et al., (2017), presentaron un estudio titulado “*Estilos de afrontamiento al estrés e inteligencia emocional en la mujer ejecutiva en Lima Metropolitana*”, dicho estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia

emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra conformada por 150 mujeres con instrucción universitaria. Cabe señalar que estudio siguió un enfoque cuantitativo, no experimental, corte transversal y nivel de alcance correlacional. Los instrumentos utilizados fueron el ICE de BarOn para la variable inteligencia emocional y el COPE para estilos de afrontamiento. Los resultados indican que existe una correlación estadísticamente positiva baja entre los estilos de afrontamiento al estrés enfocado en el problema y el componente estado de ánimo ( $r = 0.373$ ) de la inteligencia emocional. Además, existiría una correlación estadísticamente positiva baja entre los estilos de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción y el componente manejo de estrés ( $r = 0.249$ ) de la inteligencia emocional.

En relación al marco teórico, de acuerdo con algunos autores (Salovey y Mayer, 1990) el desarrollo del concepto de inteligencia emocional comienza siendo representado como parte de la denominada inteligencia social, lo que sugiere que ambos conceptos guardan relación e incluso sean componentes de la misma construcción (Bar-On, 2006). Esta propuesta no era nueva, dado que Gardner (1983), sostiene que la inteligencia emocional se basa en la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal o social. La inteligencia emocional es considerada como la habilidad para poder percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y la de los otros, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual (Mayer et al., 1997).

Cabe señalar que, según la Enciclopedia de Psicología Aplicada (Spielberg, 2004), se establece tres modelos conceptuales sobre la inteligencia emocional, el primero de ellos es el modelo Salovey y Mayer (1997), en este se determina a la inteligencia emocional dentro de un modelo de habilidad, por otro lado, Goleman (1995, 1999), sostiene que se trata de un conjunto de competencias en las que se encuentra el autocontrol, la perseverancia, la

automotivación y la capacidad para retrasar la gratificación. Mientras que en el modelo de Bar-on (1997,2000), sitúa a la inteligencia emocional en un modelo de bienestar.

También, Davies, Stankov y Roberts (1998), sostienen que la inteligencia emocional tiene 4 dimensiones, la primera de ella es la valoración y expresión de las propias emociones, luego se encuentra, la valoración y reconocimiento de le las emociones de los demás, asimismo, la regulación de las propias emociones, y, por último, la utilización de la emoción para facilitar el desempeño. Dada la importancia de este modelo, los investigadores Law, Wong y Saw (2004) desarrollaron un instrumento para evaluar los aspectos más relevantes de la inteligencia emocional, tomando como base la teoría de Salovey et al. (1997) y Davies et al. (1998).

Dentro de los modelos de afrontamiento de Lazarus y Folkman (1986), que sostiene que el estrés es como un conjunto de relaciones que se dan entre la persona y el medio ambiente, es la persona quien realiza una valoración de lo acontecido y asume que, eso es algo que lo carga o que rebasa sus recursos y pone en peligro su bienestar (Carver, Scheier y Weintraub, 1989; Folkman y Moskowitz, 2004). Los estilos de afrontamiento son considerados como aquellos procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Lazarus & Folkman, 1986). Por otro lado, un evento en sí mismo no determina su calidad de estresor, sino que depende de la manera en la que es interpretado o evaluado por las personas, en consecuencia, no son las situaciones en sí las que provocan una reacción emocional, sino la interpretación que realiza el sujeto de tales emociones (Lazarus & Folkman, 1980).

El estudio e investigación de la variable afrontamiento ha llevado a conceptualizar dos diferentes tipos denominados estilos y estrategias (Carver et al., 1989). Cuando se habla acerca de los estilos de afrontamiento se refieren a una serie de acciones más generales, son



tendencias personales para encarar a las situaciones y son los responsables de las inclinaciones individuales en la utilización de unos u otros tipos de estrategia de afrontamiento, así como de su equilibrio temporal y situacional (Lazarus & Folkman 1980). Mientras que, las estrategias de afrontamiento son más particulares, es decir específicas, en ellas el sujeto realiza una serie de acciones puntuales para buscar alterar o modificar las condiciones del estresor (Lazarus y Folkman, 1989; Carver, Scheier y Weintraub, 1989; Sandín, 2003).

Por otro lado, diversos autores diferencian dos tipos de estilos de afrontamiento, el primero está centrado en la problemática, el cual hace referencia las estrategias orientadas al problema, se fundamentan en la modificación de la situación alrededor a otra que no implique una amenaza, por medio de comportamientos cognitivos orientados al acontecimiento estresante. Y el segundo está enfocado en las emociones, en este grupo las estrategias están dirigidas a la regulación emocional, las cuales están encaminadas a generar una modificación de cómo la persona percibe y experimenta el suceso estresante, regulando las respuestas emocionales negativas (Lazarus y Folkman ,1984). Además, Carver et al.,1989, propusieron trece escalas que a su vez se agrupaban en las dos dimensiones clásicas de Lazarus. No obstante, el afrontamiento también puede enfocarse a la evitación que consiste en tomar distancia tanto de la situación como de los sentimientos que la acompañan (Lazarus y Lazarus, 2000; Skinner y Zimmer-Gembeck, 2007).

Entre los estudios encontrados que guardan relación a las variables de la presente investigación que permiten fundamentar lo anteriormente expuesto, tenemos investigaciones en nuestro medio que sostienen que existe relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en población adulta (Quispe y Sotomayor, 2018; Gutiérrez, 2018; Grande, 2019). Así, en estos estudios realizados con muestra de estudiantes universitarias, se concluye que todas las dimensiones de la variable inteligencia emocional favorecen las

estrategias para afrontar de forma adaptativa las demandas del medio (Lunahuaná, 2018). Además, los resultados de diferentes investigaciones sostienen que, si el individuo cuenta con un elevado nivel de inteligencia emocional, es muy posible que recurra a la utilización de un estilo de afrontamiento centrado en el problema, en cambio, los que presentan un bajo nivel de inteligencia emocional evidencian un estilo de afrontamiento centrado en la emoción (Pérez y Perlacios, 2018; Lunahuaná, 2018; Quispe y Sotomayor, 2018; Gutiérrez, 2018).

En este sentido, desarrollando una inteligencia emocional adecuada, es posible mejorar las emociones y tomar decisiones más saludables de afrontamiento, así como decisiones más eficaces cuando existen situaciones de estrés y estados de ánimo negativos (Damasio, 2001; Meyer y Zizzi, 2007). Además, las investigadoras coreanas (Kim y Han, 2015) llevaron a cabo una investigación con estudiantes universitarios, en donde encontraron que el incremento de sentimientos de control y un nivel de inteligencia emocional alto facilitan la adopción de estilos de afrontamiento más activos y efectivos frente a situaciones demandantes de recursos.

De otro lado, diversos estudios sugieren que al relacionar las variables de estudio con variables sociodemográficas se encontró diferencias significativas, sobre todo en función a la carrera de estudio y al sexo (Silva, 2018; Garcia y Chirre, 2017, Morejón, 2019). En ese sentido, las estudiantes mujeres de la carrera de psicología destacan al momento de identificar las emociones de los otros (Lunahuaná, 2018). Otras investigaciones, por el contrario, indican que no existen diferencias en base a la variable sociodemográfica sexo y las variables de estudio (Gutiérrez, 2018; Cáceres, 2019).

En relación a la justificación del estudio, es importante estudiar este tópico, porque para una institución universitaria es crucial conocer los estilos de afrontamiento al estrés de sus estudiantes, dado que el estrés se ha asociado a la depresión, enfermedades crónicas,

enfermedades cardíacas y fallas en el sistema inmune (Vedhara y Nott, 1996; Tejerizo, García y Chirre, 2017; Silva, 2018), y complementariamente al fracaso escolar, inestabilidad emocional y a un desempeño académico pobre (Pulido y Herrera, 2015).

## **JUSTIFICACIÓN**

A su vez, la justificación teórica radica en que permite elaborar nuevos conocimientos científicos sobre estos dos constructos psicológicos, dado que ambas variables son consideradas relevantes en el campo social y educacional al momento de explicar el comportamiento de los estudiantes universitarios. Otra razón por la que resulta relevante estudiar esta temática, es porque al tratarse de jóvenes que se inician en la vida universitaria se ven expuestos a un nuevo contexto, del cual tienen poca o ninguna experiencia y al tener que afrontar diferentes desafíos vinculados también a su desarrollo evolutivo, la convierte en población vulnerable.

Por otro lado, la justificación a nivel práctica busca contribuir con el aporte de datos empíricos entre la relación de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento, en vista que existen escasos estudios en nuestro medio sobre la relación de dichas variables. Asimismo, con los resultados obtenidos se permitirá diseñar programas de promoción y prevención en relación a éstas dos variables. Finalmente, este estudio, también pretende ser una guía para las próximas investigaciones relacionadas con las variables y la población de estudio, para profesionales de la salud y afines interesados en llevar a cabo con posterioridad acciones relacionadas a mayor escala.

### **1.2. Formulación del problema**

#### **1.2.1. Formulación del problema general**

¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020?

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.
- Describir los estilos y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.
- Determinar si existen diferencias significativas en la inteligencia emocional en los estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, según sexo.
- Determinar si existen diferencias significativas en los estilos de afrontamiento de los estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, según sexo.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión valoración y expresión de las emociones propias y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión valoración y reconocimiento de las emociones de los demás y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión regulación de las emociones propias y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.

- Determinar la relación que existe entre la dimensión uso de la emoción para facilitar el desempeño y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.

## **1.4. Hipótesis**

### **1.4.1. Hipótesis general**

- Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y los estilos de Afrontamiento en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.

### **1.4.2. Hipótesis específicas**

- Existe relación significativa entre la dimensión valoración y expresión de las emociones propias y de los otros y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.
- Existe relación significativa entre la dimensión valoración y reconocimiento de las emociones de los demás y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.
- Existe relación significativa entre la dimensión regulación de las emociones propias y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.
- Existe relación significativa entre la dimensión uso de la emoción para facilitar el desempeño y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.

## CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

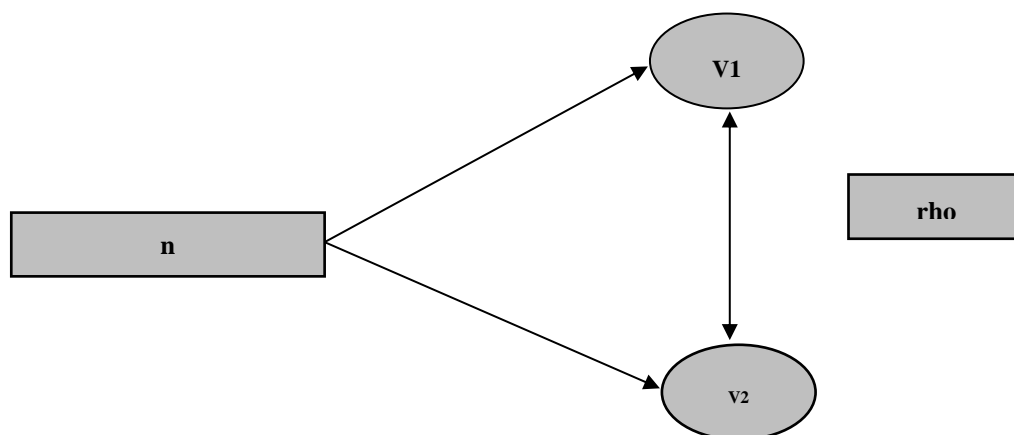
Se trata de una investigación de tipo básica, porque recopila información sólida del estado de la realidad en torno a los constructos psicológicos y de ese modo contribuir con el avance del conocimiento (Sánchez y Reyes, 2015). Además, el enfoque metodológico fue cuantitativo porque se empleó métodos estadísticos para procesar los datos, de ahí que, se utilizaron técnicas matemáticas y estadísticas para medir los resultados y probar la hipótesis de estudio (Hernández y Mendoza, 2018).

También se empleó un diseño no experimental, por lo tanto, no hubo necesidad de variar los resultados, puesto que no se manipularon los resultados de las variables, ni tampoco se empleó alguna forma de control sobre ellas, mucho menos se expuso a condiciones ni estímulos frente a los cuales los participantes de la investigación se viesen afectados (Ato, López y Benavente, 2013). Adicionalmente, el corte fue transversal, dado que, se analizó los datos en un contexto específico y en un momento determinado (Alarcón, 2008).

De igual manera, el nivel de alcance es correlacional, dado que se buscó identificar el grado de asociación entre dos constructos psicológicos (Hernández y Mendoza, 2018)

**Figura 1**

*Diseño de Contrastación*



**Población:**

La población estuvo conformada por estudiantes matriculados en el semestre académico 2020-1 y que estaban inscritos en la carrera profesional de Psicología, cuyas edades se encontraban comprendidas entre los 18 y 37 años.

**Muestra:**

Hernández, et al., (2014) conceptualiza la muestra como un grupo de sujetos que representa una población de estudio, a partir de la cual se recolectará información oportuna para el desarrollo de la investigación. De manera que, el estudio se realizó con la participación de 153 estudiantes de psicología de una universidad privada, en donde el 40 % fueron varones y el 60 % mujeres; cuyos participantes fueron seleccionados a través de la técnica de muestreo de tipo no probabilístico, dado que se buscó intencionalmente aquellos casos que cumplieran con los criterios de inclusión de la muestra (Hernández et al., 2014).

Cabe resaltar que el investigador estableció los siguientes criterios de inclusión para la selección de la muestra: ser estudiantes universitarios del programa de formación regular de la carrera de psicología, de ambos sexos, mayores a 18 años, que se encuentren matriculados y activos en el semestre 2020-I, que residan en Lima Metropolitana, que accedan a participar de forma voluntaria aceptando los términos del consentimiento informado digital, y que respondan a todos los ítems de los instrumentos aplicados. Por el contrario, se excluyeron a los estudiantes de otras carreras, a aquellos que no hayan completado la totalidad de las pruebas.

A continuación, en la Tabla 1, se presentan las principales características de los participantes de este estudio, destacando que el 70% de la muestra estuvo conformada por estudiantes mujeres. Asimismo, las edades de los participantes oscilan entre los 18 hasta los

37 años de edad, siendo el rango de edad entre los 18 – 21 (50%) el de mayor participación.

De igual manera, los estudiantes del VI ciclo fueron los que más participaron (24%).

**Tabla 1**  
*Características de la muestra*

Variables		Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Femenino	107	70%
	Masculino	46	30%
Edad	18-21	75	50%
	22-24	45	29%
	25-28	24	16%
	29-31	4	3%
	32-37	4	3%
Ciclo	V	34	22%
	VI	22	14%
	VII	37	24%
	VIII	20	13%
	IX	20	13%
	X	20	13%

### Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

Como técnica para la recolección de datos se empleó la encuesta virtual, individual y dirigida, a estudiantes universitarios de la carrera de psicología, obteniendo como resultado la información necesaria para desarrollar esta investigación (Córdova, 2004).

Para este estudio se diseñó una *ficha sociodemográfica*, compuesta por 11 preguntas, que tienen como finalidad obtener características de la población de estudio.

También se utilizó *The Wong and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS*, Wong y Law, 2004) en la versión adaptada para nuestro medio por Merino, Lunahuaná y Pradhan (2016). Es un instrumento autoinformado compuesto por 16 ítems que miden la percepción, comprensión, utilización y regulación de las emociones propias y ajenas.

Cabe señalar que el WLEIS utiliza un formato de respuesta ordinal de 7 puntos (1=totalmente en desacuerdo, 2= bastante en desacuerdo, 3 = en desacuerdo, 4 = ni en desacuerdo ni de acuerdo, 5= de acuerdo, 6= bastante de acuerdo, 7 = totalmente de acuerdo).



Está compuesta por 4 factores: (a) valoración y expresión de las emociones propias compuesto por 4 ítems (1 2 3 y 4), (b) valoración y reconocimiento de las emociones en otros compuesto por 4 ítems (5 6 7 y 8), (c) regulación de las propias emociones compuesta por 5 ítems (9 10 11 y 12), (d) uso de la emoción para facilitar el desempeño compuesta por 4 ítems (13 14 15 y 16).

**Tabla 2**

*Matriz de operacionalización de la variable Inteligencia emocional*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
Inteligencia emocional	La habilidad de monitorear los sentimientos y emociones propias y la de los demás, distinguir, clasificarlas y usar esta información para guiar nuestros pensamientos y acciones. Salovey y Mayer (1990, p 189).	La inteligencia emocional que presenten los colaboradores será medida con la escala de inteligencia emocional de Wong y Law (WLEIS), donde las puntuaciones van entre los 16 y los 112 puntos. Nivel bajo (46-77), nivel promedio (78-93) y nivel alto (94-112).	Valorar y expresar nuestras emociones	Autoconocimiento	Ordinal
			Valorar y reconocer las emociones en los demás	Determinación Autocontrol	
			Regular las emociones propias	Autopercepción	
			Usar las emociones para fortalecer el desempeño	Estado de ánimo, Empatía Automotivación	

Es nuestro medio Merino et al., (2016), llevaron a cabo la validación de la estructura interna, en donde encontró que la estructura de cuatro dimensiones es aceptable en adultos jóvenes. Dado que, el índice de confiabilidad se encontró por encima a  $\alpha = 0.85$ . Cabe señalar que, en el presente estudio utilizo la versión de la investigación peruana referida.

De igual forma, Cabanillas (2018), encontró valores similares, dado que mediante el índice de confiabilidad alfa de Crombach, la prueba obtuvo entre 0.889 y 0.899. De igual manera, la validez de la prueba se realizó mediante el análisis factorial, con correlaciones ítem-factor que oscilaron entre .832 y .316.

También se aplicó *The Coping Estimations Inventory (COPE)*, Carver, Scheier y Weintraub, 1989). En la versión adaptada para nuestro medio fue realizada por Cassaretto y Chau (2016). Es un instrumento autoinformado compuesto por 60 ítems que evalúan los estilos y estrategias de afrontamiento de las personas frente a determinados eventos estresantes. Se califica en un formato de respuesta tipo Likert (1 = Casi nunca hago esto, 2 = A veces hago esto, 3 = Usualmente hago esto, 4 = Hago esto con mucha frecuencia). Está compuesta por 3 factores: (a) estilo orientado a la tarea, (b) estilo evitativo y (c) estilo socioemocional.

En lo referente a la validez, el análisis factorial exploratorio con rotación oblicua obtuvo un KMO de 0.80 ( $P < 0.001$ ) y una varianza de 65% que explica los 15 factores, los puntajes alfa de Cronbach obtenidos oscilan entre 0.54 (estrategia de desentendimiento mental) y 0.91 (estrategia de uso del humor) (Cassaretto et al., 2016).

**Tabla 3**  
*Matriz de operacionalización de la variable estilos de afrontamiento*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Niveles
Estilos de afrontamiento	Según Lazarus y Folkman (1984) los estilos de afrontamiento son los esfuerzos cognitivos y conductuales frecuentemente cambiantes, que se desarrollan para manejar demandas específicas externas / internas que tienen una valoración de desbordante de los recursos y estrategias de la persona.	Los estilos de afrontamiento serán evaluados a través del cuestionario de estimación de los estilos de afrontamiento – COPE.	Afrontamiento enfocado en el problema	Afrontamiento activo	
			Afrontamiento enfocado en la emoción	Planificación Supresión de actividades Reinterpretación positiva Aceptación Uso del soporte social instrumental Uso del apoyo social emocional Enfocar y liberar emociones Contención del Afrontamiento Afrontamiento religioso Humor Desentendimiento mental: Negación Desentendimiento conductual Uso de sustancias	Muy pocas veces: 88-115 Depende de las circunstancias: 116-135 Frecuentemente: 136-171

## **Procedimiento de recolección de datos**

En relación a los procedimientos de recolección de datos, habiendo obtenido la autorización de la institución universitaria respectiva, se llevó a cabo la aplicación de los instrumentos de evaluación a los estudiantes de la carrera de psicología, para ello, en un primer momento, se contactó vía e-mail, con determinados docentes universitarios que impartían docencia en la carrera de psicología durante el semestre académico 2020-1, de ese modo se buscó garantizar la disponibilidad y acceso al cuestionario por parte de sus estudiantes. De ahí que, se procedió a recoger la información a través de una encuesta en formato digital, dicha encuesta se elaboró en la plataforma de Google formularios.

También se distribuyó la encuesta a los grupos de redes sociales oficiales de la carrera de psicología. Cabe señalar que se optó por la presentación digital de los instrumentos, porque de esa manera se facilita el acceso a un número elevado de participantes.

De igual manera, en la parte inicial de la encuesta, se señala el carácter voluntario y confidencial. Asegurándoles, que los datos serían utilizados exclusivamente para esta investigación, de modo anónimo, garantizando la confiabilidad de los datos. La evaluación fue llevada a cabo de individual bajo la supervisión de la investigadora y se mantuvieron las mismas instrucciones de aplicación.

## **Procedimiento de análisis de los datos**

Cabe mencionar que, luego de haber aplicado los 153 instrumentos de medición, se procedió a elaborar la base de datos en el programa informático Excel 2016 de Microsoft Office, que posteriormente fue exportado al sistema informático de estadística SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) en su versión 24. Se realiza la prueba de Normalidad para conocer el tipo de distribución de la muestra a través de la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Además, se realizó el análisis de estadística descriptiva, el cual tuvo

como finalidad brindar respuesta a los objetivos descriptivos. De ahí que, se presentaran en tablas o figuras según los análisis correspondientes, se especificaran los datos en frecuencia, porcentajes, medias y desviación estándar.

Para el análisis de correlación entre las variables se utiliza el coeficiente de correlación de Spearman (Rho) con las correspondientes pruebas de significación al nivel de 0.05. Después se analiza y discute la información conseguida en los antecedentes nacionales e internacionales y en el marco teórico con los resultados obtenidos. Por último, se dedujeron las conclusiones y se propusieron las recomendaciones en base a los resultados y conclusiones obtenidos en la presente investigación, teniendo en cuenta las limitaciones que se presentaron, así como los beneficios que puedan traer para la población de estudio, los futuros investigadores y los profesionales en ciencias de la salud.

Adicionalmente, para la interpretación de las correlaciones se emplearon los puntos de corte sugeridos por Cohen (1988) donde:  $\rho \geq .10$ , pequeño;  $\rho \geq .30$ , mediano;  $\rho \geq .50$ , grande. También, se utilizó el coeficiente U-Man Whitney para la comparación de dos grupos con la probabilidad de superioridad como tamaño del efecto, donde (Ventura-León, 2016): No efecto ( $PSest \leq 0,0$ ); pequeño ( $PSest \geq 0,56$ ); mediano ( $PSest \geq 0,64$ ) y grande ( $PSest \geq 0,71$ ).

### **Aspectos éticos**

La presente investigación se encuentra regida por el Código de Ética del investigador científico UPN, en su tercera versión, aprobado con resolución rectoral N° 104-2016-UPN. De ahí que, durante todo el proceso de investigación, se tomó todas las acciones correspondientes para salvaguardar la integridad de las personas que fueron objeto o parte del estudio, también se garantizó la confidencialidad de los resultados obtenidos y se protegió los derechos del autor y de la propiedad intelectual de las fuentes que utilizamos en

el proceso de investigación. Asimismo, la autora creará un trabajo original, en el que se refleje sus propias ideas y llegue a su propio concepto y estructura, asimilando las ideas de otros autores de forma literal o parafraseada. También, se citó correctamente al autor e incluyo su trabajo en las referencias bibliográficas.

Adicionalmente, también se ejecutó este estudio tomando en consideración los artículos establecidos en el capítulo 2 del código de ética del colegio de psicólogos del Perú (2018), donde se señala que como investigador, se buscará ampliar los conocimientos científicos mejoramiento de la psicología, mediante la obtención de resultados benéficos y de respecto a los derechos humanos. Asimismo, se respetó lo establecido en el artículo 38, que señala que en un estudio de este campo se debe respetar las pautas científicas respecto al diseño, desarrollo y validación. De igual forma, las técnicas e instrumentos utilizados en el presente estudio buscaron analizar empíricamente su objetivo de estudio, por ello, fueron seleccionados en base a la información acerca de su confiabilidad y validez, conociendo extensamente los instrumentos, sus principios, las investigaciones que lo proceden y los requisitos para su uso.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

**Tabla 4**  
*Frecuencia de los niveles de Inteligencia Emocional*

Categoría	n	%
Alto	121	79.08%
Medio	9	5.88%
Bajo	23	15.03%
Total	153	100%

En la Tabla 4, se presenta la distribución de los participantes en base a las tres categorías determinadas en la prueba WLEIS. Se observa que el 79.8 % de la muestra se encuentra en la categoría Alto de inteligencia emocional. Asimismo, el 5.88 % de la muestra se ubica en un nivel Medio de inteligencia emocional. Finalmente, se observa que el 15.03% de la muestra se ubica dentro del el nivel Bajo de inteligencia emocional.

**Tabla 5**

*Media de los estilos de afrontamiento*

Estrategia de afrontamiento	n	%	M	D.E
Afrontamiento dirigido a la tarea	18	11.7%	61.94	11.81
Afrontamiento social y emocional	136	88.3%	72.26	17.94
Afrontamiento evitativo	0	0%	-	-
Total	153	100%		

En la Tabla 5, encontramos la media de los diferentes estilos de afrontamiento utilizados por la muestra, siendo el estilo de “Afrontamiento dirigido a la tarea” el mayor, dado que posee una media de 61.94 (D.E= 11.81), seguido del estilo de “Afrontamiento social y emocional” con una media de 72.26 (D.E=17.94).

**Tabla 6**

*Media y Desviación Estándar de las estrategias de afrontamiento*

Estrategias	M	D.E
Reinterpretación positiva y crecimiento	14.72	3.12
Planificación	14.60	3.19
Afrontamiento religioso	13.92	3.70
Uso del apoyo social emocional	14.37	3.53
Aceptación	14.53	3.17
Humor	14.41	3.55
Enfocar y liberar emociones	14.53	3.22
Desentendimiento mental	15.13	3.46
Afrontamiento activo	14.30	3.03
Uso del soporte social instrumental	14.4	3.15
Contención del Afrontamiento	14.6	3.23
Desentendimiento conductual	14.55	3.71
Supresión de actividades	14.28	3.28
Uso de sustancias	14.70	4.13
Negación	14.63	3.76

En la Tabla 6, se observa la media de las diferentes estrategias empleadas por la muestra estudiada, siendo el “Reinterpretación positiva” la más usada con una media de 14.72 (D. E=3.12), seguida de la estrategia de “Planificación” con una media de 14.60 (D. E=3.19) y “Afrontamiento religioso” con una media de 13.92 (DE=3.70). Con respecto a las estrategias menos utilizadas por la muestra estudiada son las estrategias de “Negación” con una media de 14.63 (D. E=3.76) y “Uso de sustancias” con una media de 14.70 (D. E=4.13).



**Tabla 7**  
*Prevalencia de las estrategias de afrontamiento*

Estrategias	n	%
Reinterpretación positiva y crecimiento	59	8.74 %
Planificación	53	7.85 %
Afrontamiento religioso	53	7.85 %
Uso del apoyo social emocional	52	7.70 %
Aceptación	49	7.26 %
Humor	46	6.81 %
Enfocar y liberar emociones	45	6.67 %
Desentendimiento mental	45	6.67 %
Afrontamiento activo	42	6.22 %
Uso del soporte social instrumental	40	5.93 %
Contención del Afrontamiento	40	5.93 %
Desentendimiento conductual	40	5.93 %
Supresión de actividades	38	5.63 %
Uso de sustancias	37	5.48 %
Negación	36	5.33 %
Total	153	100%

En la Tabla 7, se observa la prevalencia de las estrategias de afrontamiento, siendo la “Reinterpretación positiva y crecimiento” (8.74%) y el “Planificación” (7.85%) las más usadas en la muestra; mientras que las estrategias de “Negación” (14.63%) y “Uso de sustancia” (5.48%) las de menor uso.

**Tabla 8**

*Prueba de normalidad estadística Kolmogórov-Smirnov para datos del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento - COPE*

Estilos de Afrontamiento – COPE				
		Afrontamiento dirigido a la tarea	Afrontamiento social y emocional	Afrontamiento evitativo
n		153	153	153
Parámetros normales	Media	60.62	70.38	43.08
	Desviación estándar	14.29	17.94	14.67
Estadístico de prueba		.126	.131	.146
Sig. (bilateral)	Asintótica	.00	.00	.00

En la Tabla 8, se presentan los resultados obtenidos respecto al análisis de la bondad de ajuste a la curva normal de los estilos de afrontamiento. Este análisis fue realizado a través de la prueba de Kolmogorov-Smirnov donde se busca identificar el tipo de distribución que presenta la muestra. Se halló que los niveles de significancia de los tres estilos de afrontamiento son menores a 0.05 y se utilizará estadísticos no paramétricos.

**Tabla 9**

*Prueba de normalidad estadística Kolmogorov- Smirnov para datos de la Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law- WLEIS*

		Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law- WLEIS			
		Valoración y expresión de las emociones propias	Valoración y reconocimiento de las emociones a otros	Regulación de las emociones propias	Uso de la emoción para facilitar el desempeño
n		153	153	153	153
Parámetros normales	Media	21.92	22.13	11.36	20.89
	Desviación estándar	6.88	6.30	3.51	7.11
Estadístico de prueba		.189	.176	.170	.159
Sig. Asintótica (bilateral)		.00	.00	.00	.00

En la Tabla 9, se presenta el análisis de la normalidad de la Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law- WLEIS, donde se permite apreciar que los estadísticos de la prueba de Kolmogórov-Smirnov identifican el tipo de distribución que presenta la muestra. Se halló que el nivel de significancia es menor a 0.05, lo cual indica que poseen una distribución no normal, por tanto, el análisis inferencial se realiza utilizando estadísticos no paramétricos.

**Tabla 10**

*Correlación entre el Estilo de Afrontamiento e Inteligencia Emocional*

Dimensiones	1	2	3	4	5	6	7
Estilos de Afrontamiento							
1. AT	1	-	-	-	-	-	-
2. ASE	.89	1	-	-	-	-	-
3. AE	.73	.84	1	-	-	-	-
Inteligencia Emocional							
4. SEA	.68	.62	.56	1			
5. OEA	.66	.60	.57	.87	1		
6. UOE	.70	.62	.51	.83	.83	1	
7. ROE	.65	.64	.62	.86	.81	.84	1

Nota: - = ausencia de información; AT= Afrontamiento dirigido a la tarea; ASE= Afrontamiento social y emocional; AE= Afrontamiento evitativo; SEA=Valoración y expresión de las emociones propias; OEA= Valoración y reconocimiento de las emociones a otros; UOE= Regulación de las emociones propias; ROE= Uso de la emoción para facilitar el desempeño. El Sombreado denota las correlaciones entre las variables.

En la Tabla 10, se presenta las correlaciones entre las dimensiones de los Estilos de Afrontamiento e Inteligencia Emocional. Se observa que Valoración y reconocimiento de las emociones propias correlaciona fuerte y directamente con Afrontamiento dirigido a la tarea ( $rho=.68$ ), Afrontamiento social y emocional ( $rho=.62$ ) y Afrontamiento evitativo ( $rho=.56$ ). Asimismo, Valoración y reconocimiento de las emociones a otros correlaciona fuerte y positivamente con Afrontamiento dirigido a la tarea ( $rho=.66$ ), Afrontamiento social y emocional ( $rho=.60$ ) y Afrontamiento evitativo ( $rho=.57$ ); mismo resultado que se encuentra entre Regulación de las emociones propias con Afrontamiento dirigido a la tarea ( $rho=.70$ ), Afrontamiento social y emocional ( $rho=.62$ ), Afrontamiento evitativo ( $rho=.51$ ). Por último, se observa una correlación fuerte y directa entre Uso de la emoción para facilitar el desempeño y Afrontamiento dirigido a la tarea ( $rho=.65$ ), Afrontamiento social y emocional ( $rho=.64$ ) y AE ( $rho=.62$ ).

**Tabla 11**

*Análisis comparativo de los Estilos de Afrontamiento según sexo*

Dimensiones	<i>Me</i>		<i>U</i>	<i>PS<sub>est</sub></i>
	Mujer	Varón		
Afrontamiento dirigido a la tarea	63	56	1751	.36
Afrontamiento social y emocional	72	64	1683	.34
Afrontamiento evitativo	43	38.5	2002	.41

*Nota:* *Me*: Mediana; *U*: U de Mann-Whitney; *PS<sub>est</sub>*: Probabilidad de Superioridad (tamaño del efecto).

En Tabla 11, se muestra la comparación entre los Estilos de afrontamiento según sexo. Se observa que las mujeres ( $Me=63$ ) presenta mayor puntuación que los varones ( $Me=56$ ) en el estilo de Afrontamiento dirigido a la tarea. Asimismo, la puntuación de las mujeres ( $Me=72$ ) supera al de los varones ( $Me=64$ ) en el estilo de Afrontamiento social y emocional; resultado similar encontrado en el estilo de Afrontamiento evitativo entre las mujeres ( $Me=43$ ) y varones ( $Me=38.5$ ). Sin embargo, la magnitud de la diferencia no es significativa ( $PS_{est} < .56$ ) en ninguna de las dimensiones en base a los parámetros dados por Ventura-León (2017).

**Tabla 12**

*Análisis comparativo de las dimensiones de Inteligencia Emocional según sexo*

Dimensiones	<i>Me</i>		<i>U</i>	<i>PS<sub>est</sub></i>
	Mujer	Varón		
Valoración y expresión de las emociones propias	25	24	2291	.47
Valoración y reconocimiento de las emociones a otros	25	22	2095	.43
Regulación de las emociones propias	26	23	2023	.41
Uso de la emoción para facilitar el desempeño	23	22	2307	.47

*Nota:* *Me:* Mediana; *U:* U de Mann-Whitney; *PS<sub>est</sub>:* Probabilidad de Superioridad (tamaño del efecto).

En Tabla 12, se muestra la comparación de los componentes de la Inteligencia Emocional según el sexo de la muestra. Se observa una mayor puntuación de las mujeres ( $Me=25$ ) al de los varones ( $Me=24$ ) en Valoración y Expresión de las emociones propias; mismo resultado encontrado en Valoración y Reconocimiento de las emociones a otros. Asimismo, se presenta medianas diferentes en Regulación de las emociones propias, siendo el de las mujeres ( $Me=26$ ) mayor al de los varones ( $Me=23$ ). Además, en la dimensión Uso de las emociones para facilitar el desempeño la puntuación obtenida por las mujeres ( $Me=23$ ) es cercana al de los varones ( $Me=22$ ). Sin embargo, la magnitud de la diferencia no es significativa ( $PS_{est} < .56$ ) en ninguna de las dimensiones según los parámetros establecidos por Ventura-León (2017).

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### 4.1. DISCUSIÓN:

El objetivo de esta investigación fue determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, 2020. Los resultados sugieren que entre ambas variables existe una correlación fuerte y directamente. Esto significa que la capacidad que tiene la persona de identificar, evaluar y manifestar las emociones, así como emplear los sentimientos de manera que guíen el actuar y la forma de regular las emociones guardan relación con los procesos cognitivos y conductuales que a menudo se llevan a cabo para manejar determinadas demandas externas y/o internas que son consideradas desbordantes de los recursos de la persona (Mayer y Salovey, 1997; Wong y Law, 2002; Lazarus y Folkman, 1984). Estos resultados coinciden con los encontrados por Lunahuaná (2018), quien indica que existe una correlación entre las variables de estudio. Aquello sugiere que un adecuado nivel de inteligencia emocional es crucial para el afrontamiento de cualquier factor estresor, dado que, a medida que la persona va incrementando la habilidad para conocer y comprender los sentimientos propios y de los demás, la capacidad de regulación y utilización de las emociones se incrementarán las estrategias de afrontamiento, a través de la planificación, priorizar acciones; o la puesta en marcha de acciones centradas en el control de respuestas emocionales dedicadas al estresor, buscando disminuir emociones y sentimientos negativos (Carver et al., 1989).

En relación al primer objetivo inferencial, se buscó determinar la relación que existe entre la dimensión valoración y expresión de las emociones propias y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020. Luego del proceso de análisis de los datos, se encontró que existe una correlación positiva considerable entre la dimensión valoración y reconocimiento de las emociones propias y el

afrontamiento dirigido a la tarea ( $\rho=.68$ ;  $p<\alpha$ ), lo cual significa que niveles altos de inteligencia emocional se relacionan con valores altos de estilos de afrontamiento enfocado en la tarea. Estos resultados guardan relación con lo encontrado por Pérez y Perlacios (2018), quienes indicaron que, a mayor nivel de inteligencia emocional mayor utilización del estilo de afrontamiento centrado en la tarea. Es posible que las personas que hayan desarrollado mejor la capacidad para percibir e identificar sus propias emociones, sentirse bien consigo mismos y con su entorno, sean capaces de llevar a cabo acciones de forma asertiva, por ende, desarrollarían estrategias que les permitirían mantenerse activos frente a las demandas estresantes del entorno (Castro, Gómez, Lindo y Vega, 2017). Además, las personas con mayores índices de inteligencia emocional a menudo realizan una serie de acciones enfocadas a incrementar sus esfuerzos y así disminuir o eliminar situaciones estresantes (Lazarus y Folkman, 1996). De la misma forma, Cardozo (2019), señala que, las personas con un alto nivel de valoración de sí mismos, tienen una mayor comprensión y aceptación de los acontecimientos que generan estrés continuo, viéndose beneficiados a la hora de asimilar la situación demandante, planificar acciones y reinterpretar de forma positiva los eventos problemáticos. Además, se observa que existe una correlación positiva considerable entre la dimensión valoración y reconocimiento de las emociones propias y el afrontamiento social y emocional ( $\rho=.62$ ;  $p<\alpha$ ), estos resultados concuerdan con lo encontrado por Tunco y Cayllahua (2016), quien indica que hay una relación significativa pero negativa entre la inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento emocional. Esto quiere decir que los estudiantes universitarios que tienen bajos niveles de inteligencia emocional tienden a rehusarse a creer que el estresor existe, o tratan de actuar pensando como si el estresor no fuera real. De igual manera, los resultados de la presente investigación concuerdan con lo encontrado por Pérez y Perlacios (2018) cuyos hallazgos señalan que los estudiantes que tienen menores niveles de inteligencia emocional, por lo general emplean estrategias de



afrontamiento centrado en la emoción. Es posible que las personas que presentan bajas habilidades emocionales para comprenderse a sí mismos y a interactuar óptimamente con los demás, resulten poco asertivos y frente a eventos adversos no consiguen canalizar sus sentimientos de forma adecuada, disminuyendo los esfuerzos por lidiar con el estresor.

Por otro lado, en cuanto al segundo objetivo específico, se buscó determinar la relación que existe entre la dimensión valoración y reconocimiento de las emociones de los demás y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020. Los resultados encontrados mediante el coeficiente de correlación de Spearman arrojaron que existe una correlación positiva considerable entre la valoración y reconocimiento de las emociones de los demás y el estilo de afrontamiento social y emocional ( $rho=.60$ ;  $p<\alpha$ ) en los estudiantes de Psicología. Estos resultados concuerdan con los encontrados por Quispe y Sotomayor (2018), quienes sostienen que a mayor nivel de esta dimensión de la inteligencia emocional mayor será la capacidad para recurrir a estrategias de afrontamiento social y emocional. Estas correlaciones sugieren que las personas con un nivel adecuado de inteligencia emocional van a percibir y comprender las emociones de las personas a su alrededor y van a acudir a ellas cuando requieran el apoyo moral para hacer frente a una situación estresante (Lazarus y Folkman, 1986) además, buscan la orientación, asistencia e información en sus pares con el propósito de solucionar o afrontar un evento estresante (Carver et al., 1989).

Por otra parte, el tercer objetivo específico buscó establecer la relación que existe entre la dimensión regulación de las emociones propias y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020. Según la prueba de correlación, el coeficiente de correlación obtenido fue  $rho=.62$  ( $p<\alpha$ ), el cual significa que existe una correlación positiva considerable entre la dimensión regulación de las emociones propias y los estilos de afrontamiento social y emocional. Este resultado obtiene tiene

relación con la investigación realizada por Aguilar (2010), quien obtuvo resultados de correlación muy similares a los del presente estudio, dado que sostienen que existe una relación entre esta dimensión de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento social/ emocional. Esta correlación podría deberse a que aquellas personas con mayor nivel emocional son capaces de manejar sus propias emociones y en los demás, moderando las emociones negativas y aumentan las emociones positivas (Davis et al.1998). Por ende, los estudiantes con niveles altos llevarían a cabo esfuerzos para modificar y manejar los estados emocionales generados por acontecimientos que los estresan (Tejerizo, Garcia y Chirre, 2017). En efecto, las personas evaluarían de manera positiva el problema estresante, otorgándole connotaciones favorables a la experiencia en sí misma y en otros casos asumiéndola como un aprendizaje para el futuro (Carver et al.,1989).

En relación al cuarto objetivo específico, se buscó determinar la relación que existe entre la dimensión uso de la emoción para facilitar el desempeño y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020. Según los resultados obtenidos, el coeficiente de correlación de  $p$  (rho) de Spearman fue .64 ( $p < \alpha$ ), lo cual indica que existe una correlación positiva considerable entre el uso de la emoción para facilitar el desempeño y el estilo de afrontamiento social y emocional en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, 2020. Estos hallazgos se asemejan bastante a los encontrados por Lunahuaná (2018), quien señalan que existe una relación entre los estilos de afrontamiento y la dimensión uso de la emoción. Aquello hace alusión a que las personas con niveles relativamente altos de inteligencia emocional cuentan con la capacidad para hacer uso de sus emociones enfocándolas hacia actividades constructivas o de superación personal, de ahí que, ante una situación estresante planifican como proceder, organizándose en estrategias de acción, alentándose a sí mismo a hacerlo mejor

continuamente, y otorgándole un significado positivo a las experiencias (Lazarus y Folkman, 1984).

Adicionalmente, se observa una correlación grande entre las dimensiones de la inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento evitativo. Estos hallazgos concuerdan con los encontrados por Lunahuaná (2018) y Castro, Gómez, Lindo y Vega (2017), quienes señalan que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estilo desadaptativo de afrontamiento evitativo. Aquello puede sugerir que los estudiantes que utilizan las estrategias evitativas se suelen desligar de los pensamientos, sentimientos y emociones que rodean al evento estresor, llevando a cabo diferentes actividades, que no necesariamente lleven a la asimilación del evento estresante o a su eventual solución.

Conforme, al objetivo establecido en el presente estudio se plantea describir si existen diferencias significativas entre las dimensiones de la variable inteligencia emocional y la variable sociodemográfica género. Los resultados sugieren que no existe relación entre la inteligencia emocional y el sexo de los participantes, este resultado es semejante al obtenido por Cardozo (2019), quien indica que entre los estudiantes varones y mujeres no hay una relación estadísticamente significativa de acuerdo con sus niveles de inteligencia emocional. Quizá esto pueda explicarse debido al efecto generacional, dado que, en las nuevas generaciones, por influencia de la cultura y la formación académica, se minimizarían estas diferencias (Guastello y Guastello, 2003). No obstante, los resultados del presente estudio son diferentes a los encontrados por Matute y Pillajo (2019), quienes indican que existen diferencias, por ejemplo, las estudiantes mujeres puntúan mejor en la dimensión uso de las emociones. Mientras que, los estudiantes varones tienen mayores puntuaciones en la dimensión autoevaluación y regulación de las emociones en comparación con las estudiantes mujeres (Palomino y Almenara, 2019). Es posible que las diferencias de género en la inteligencia emocional se vislumbren desde edades muy tempranas debido a la instrucción

diferencial, con relación a las emociones, que tienen los niños frente a las niñas (Núñez, Fernández, Rodríguez y postigo, 2008). Además, Aquino (2003) explica que por lo general a los varones se les enseña a controlar sus emociones y no demostrarlas, mientras que, a las mujeres se les enseña a ser más expresivas.

Por otro lado, no se encontró diferencias entre los estilos de afrontamiento y el género de los participantes, estos resultados coinciden con los encontrados por Lunahuaná (2018). Posiblemente esto se pueda explicar por el hecho de que la proporción de estudiantes participantes mujeres duplica a la de estudiantes varones, por ende, el análisis efectuado no es sobre dos grupos homogéneos en relación con el número de cada uno. Este dato guarda relación con la alta proporción de profesionales mujeres en la profesión de psicología en Perú (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2015). Sin embargo, Scafarelli y García (2017), difieren de los resultados encontrados en el presente estudio, ya que señalan que si hay diferencias en la utilización de estrategias de afrontamiento entre estudiantes universitarios varones y mujeres. Es posible que, frente a una dificultad o situación estresante, las mujeres buscan más apoyo social y suelen enfocarse en las relaciones más que los varones, por consiguiente, aceptan más la comprensión y el soporte, al mismo tiempo que comparten con otros lo que les sucede en mayor medida que ellos (Frydenberg y Lewis, 1991).

Estos resultados tienen implicancias prácticas porque al saber que ambas variables de estudio se relacionan, es necesario que se implementen programas o intervenciones psicoeducativas acerca de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento del estrés. Con la finalidad de mejorar el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes universitarios y sean más eficaces en el afrontamiento de situaciones académicas o de la vida cotidiana. Asimismo, a nivel teórico la presente investigación aporta con los resultados obtenidos, dado que incrementa el conocimiento sobre la relación que existe entre ambas

variables. Desde el punto de vista social, los resultados encontrados pueden ser considerados, para que las instituciones universitarias implementen un modelo curricular que también contemple la educación emocional, la misma que fomentaría el desarrollo de las competencias emocionales de los estudiantes, ya que estas tienen influencia directa sobre el afrontamiento al estrés. Además, el desarrollo de ambas variables son elementos esenciales en la formación de la personalidad del futuro profesional de la salud mental.

Por otro lado, el presente estudio tiene las siguientes limitaciones; primero, la investigación se realizó con un muestreo no probabilístico porque es difícil acceder a toda la población de estudiantes universitarios, se recomienda en estudios posteriores se realicen muestreos aleatorios con el fin de poder generalizar los resultados encontrados. Segundo, se encontró que, en la administración del instrumento en formato virtual, no es factible verificar si los participantes cumplían con las características requeridas para esta investigación. Además, el uso de encuestas digitales que contienen información referida por el participante dificulta la veracidad de la información recogida a través de las respuestas. Tercero, a nivel de muestra, el tamaño es pequeño, además estuvo conformada en su mayoría por mujeres. Se recomienda ampliar la muestra y buscar homogeneidad en cuanto a sexo, es decir, llevar a cabo estudios en donde la población esté compuesta por el mismo porcentaje de participantes varones y mujeres. Por último, la muestra de este estudio fue extraída de una institución universitaria de Lima norte, por cuanto los contenidos a desarrollar responden directamente a las características particulares de la dinámica educativa de esta casa de estudios, lo cual podría no ser representativa de las poblaciones estudiantiles de Lima sur, este y oeste.

#### 4.2. CONCLUSIONES:

- Se concluye que existe una correlación positiva considerable entre la valoración y expresión de las emociones propias y los estilos de afrontamiento dirigido a la tarea ( $\rho=.68$ ), afrontamiento social y emocional ( $\rho=.62$ ) y afrontamiento evitativo ( $\rho=.56$ ) en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, 2020.
- Así también, existe una correlación positiva considerable entre la valoración y reconocimiento de las emociones de los demás y los estilos de afrontamiento dirigido a la tarea ( $\rho=.66$ ), afrontamiento social y emocional ( $\rho=.60$ ) y afrontamiento evitativo ( $\rho=.57$ ) en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, 2020.
- Se concluye que existe una correlación positiva considerable entre la regulación de las emociones propias y los estilos de afrontamiento dirigido a la tarea ( $\rho=.70$ ), afrontamiento social y emocional ( $\rho=.62$ ), afrontamiento evitativo ( $\rho=.51$ ) en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, 2020.
- Se concluye que existe una correlación positiva considerable entre el uso de la emoción para facilitar el desempeño y los estilos de afrontamiento dirigido a la tarea ( $\rho=.65$ ), afrontamiento social y emocional ( $\rho=.64$ ), afrontamiento evitativo ( $\rho=.62$ ) en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, 2020.
- No se obtienen diferencias significativas entre la inteligencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología, según la variable sexo.
- No se obtienen diferencias significativas entre los estilos de afrontamiento en estudiantes de la carrera de psicología y la variable sexo.
- Se recomienda replicar la investigación en estudiantes de otras carreras universitarias, a fin de evaluar la existencia de diferencias significativas en los resultados que se obtuvieron.

## REFERENCIAS

- Aguilar, M., Gil, O., Pinto, V., Quijada, C. y Zúñiga, C. (2014). Inteligencia emocional, estrés, autoeficacia, locus de control y rendimiento académico en universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. 19 (1), 21-35. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29232614002>
- Aguilar Manriquez, R. (2019). *Inteligencia emocional y afrontamiento del estrés en estudiantes de las Escuelas Deportivas Integrales de la UMSA* (Tesis de grado). Universidad Mayor de San andres, La Paz, Bolivia. <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/21765>
- Alarcón, R. (2008). *Métodos y diseños de investigación del comportamiento*. Lima, Perú. Editorial Universidad Ricardo Palma.
- Aldwin, C. & Revenson, T. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental Health. *Journal of personality and social Psychology*. 52, 337-348. doi: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.2.337>
- Ato, M., López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de
- Bar-On, R. (1997). *Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-I): Technical Manual*. Toronto, Canadá. Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: insights from the emotional quotient inventory. In R. Bar-On & J.D.A. Parker (eds.): *Handbook of emotional intelligence* (pp. 363-388). San Francisco: Jossey-Bass

- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social Intelligence (ESI). *Psicothema*, 18 (2),13-25. Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf>
- Cabanach, R. G., Gestal, A. S., Rodríguez, C. F., & Canedo, M. D. M. F. (2014). Relaciones entre autoestima y estresores percibidos en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 7(1), 43-57.
- Cabanach, R., Souto, A., Freire, C., & Ferradás, M. (2014). Relaciones entre autoestima y estresores percibidos en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 7, 41-55. doi:10.1989/ejep.v7i1.151
- Cabanillas, J. (2018). *Inteligencia emocional y actitudes frente al machismo en estudiantes de una universidad particular de Chiclayo*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán. Pimentel, Perú. Recuperado de <http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/5685/Cabanillas%20Prado%2C%20Juan%20Jhoel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cardozo, L. (2019). *Inteligencia emocional y afrontamiento del estrés en estudiantes de las escuelas deportivas integrales de la UMSA*. (Tesis de licenciatura). Universidad Mayor de San Andrés, La paz, Bolivia. Recuperado de <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/21765/PSI1197.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Campos Meza, A. P. (2021). *Relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes del X ciclo de la facultad de Estomatología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, año 2019*. (Tesis de licenciatura). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/5466>



- Carver, C., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283. doi: 10.1037//0022-3514.56.2.267
- Cassaretto, M. y Chau, C. (2016). Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 42, 95-109. doi: 10.21865/RIDEP42\_95
- Castro, N., Gómez, R., Lindo, W. y Vega, M. (2017). *Estilos de afrontamiento al estrés e inteligencia emocional en la mujer ejecutiva en lima metropolitana*. (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/8066>
- Celis, J., Bustamante, M., Cabrera, D., Cabrera, M. Alarcón, W. & Monge, E. (2001). Ansiedad y estrés académico en estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año. *Anales de la Facultad de Medicina*, 1, 25-30. doi: <https://doi.org/10.15381/anales.v62i1.4143>
- Charaja, F. (2004). *Metodología de la Investigación científica*. Puno, Perú. Nuevo mundo.
- Damasio, A. (2001). *El error de Descartes*. Barcelona, España. Crítica
- Davies, M., Stankov, L., & Roberts, R. (1998). Emotional intelligence: In search of an elusive construct. *Journal of Personality and Social Psychology*. 75,989–1015. doi:10.1037//0022-3514.75.4.989
- Feldman, L., Goncalves, L., Chacon-Puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N., & De Pablo, J. (2018). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento

académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitas psychologica*, 7(3), 739-752.

Folkman, S. y Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745-774. doi: 10.1146/annurev.psych.55.090902.141456

Forero, C. G., Maydeu-Olivares, A., & Gallardo-Pujol, D. (2009). Factor analysis with ordinal indicators: A Monte Carlo study comparing DWLS and ULS estimation. *Structural Equation Modeling*, 16, 625-641. doi: 10.1080/10705510903203573

Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The theory of multiple intelligences*, Nueva York. Basic Books.

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Nueva York. Bantam.

Goleman, D. (1999). *La práctica de la Inteligencia Emocional*. Barcelona-España. Editorial Kairós.

González, V., Ramírez, C. y Herrero, A. (2007). Inteligencia emocional, personalidad y afrontamiento en pacientes con dolor crónico. *Revista Mexicana de Psicología*, 24, 185-195. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243020637004>

Grande, J. (2019). *Relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la escuela profesional de ingeniería industrial de la universidad "Alas Peruanas", Arequipa, 2017*. (Tesis de Maestría). Universidad Alas Peruanas, Lima Perú. Recuperado de: [http://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/uap/8753/1/GRANDE%20CCALLA\\_JUAN%20CARLOS\\_resumen.pdf](http://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/uap/8753/1/GRANDE%20CCALLA_JUAN%20CARLOS_resumen.pdf)

Guastello, D., y Guastello, S. (2003): Androgyny, Gender Role Behavior, and Emotional Intelligence among college students and their parents. *Sex Roles*, 49, 663-673. doi: 10.1023/B:SERS.0000003136.67714.04

Gutiérrez, E. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú de Lima Metropolitana*. (Tesis de Maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/9626/Gutierrez\\_re.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/9626/Gutierrez_re.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México DF, México. McGraw Hill.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, L. (2006). *Metodología de la investigación*., México D.F, México. McGraw Hill

Herrera, A. y Moletto, G. (2014). Estrés académico en estudiantes universitarios de Psicología. *Revista de psicología UVM*, 4 (8). Recuperado de <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:VwcHPjTsLd4J:sitios.uvm.cl/revistapsicologia/revista-detalle.php/8/51/contenido/estres-academico-en-estudiantes-universitarios-de-psicologia+&cd=2&hl=es-419&ct=clnk&gl=pe>

Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] (2015). Encuesta nacional a egresados universitarios y universidades, 2014. Lima, Perú. Recuperado de [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1298/Libro.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1298/Libro.pdf)

- investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29, 1038-1059. doi:  
<https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Keefer, K. (2015). Self-report assessments of emotional competencies: A critical look at methods and meanings. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 33, 3–23. doi:  
<http://dx.doi.org/10.1177/0734282914550381>
- Kim, M. y Han, S. (2015). A study of Emotional Intelligence and Coping Strategies in Baccalaureate. *Nursing Students International Journal of Bioscience and Biotechnology*, 7, 275-282. doi: 10.14257/ijbsbt.2015.7.3.29
- Lazarus, R. S. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Nueva York. Springer
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona, España. Martínez Roca.
- Lazarus, R. y Lazarus B. (2000). *Pasión y Razón: La comprensión de nuestras emociones*. Barcelona, España. Paidós
- Lunahuaná, M. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada*. (Tesis de Licenciatura). Universidad San Martín de Porres, Lima, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/4254>
- Martínez, L. (2019). *Estrés académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Lima, Arequipa y Piura*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12404/14775>
- Matthews, G. & Zeidner, M. (2000). Emotional intelligence, adaptation to stressful encounters and health outcomes. En R. Bar-On, & J. Parker (Eds.). *The handbook of*

*emotional intelligence: Theory, and application at home, school and in the workplace*  
(pp. 459-489). San Francisco, CA, EU: Jossey- Bass Inc. Publisher.

Matute, D. y Pillajo, A. (2019), Nivel y dimensiones de inteligencia emocional en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador. Recuperado de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/33059/1/Trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf>

Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In: P. Salovey & D. Sluyter (eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.

Merino, C., Lunahuana. & Kumar. (2016). Validación estructural del Wong Law Emotional Intelligence Scale: estudio preliminar en adultos. *Liberabit*, 22 (1), 103-110. Recuperado de <http://ojs3.revistaliberabit.com/index.php/Liberabit/article/view/30/21>

Meyer, B. B., y Zizzi, S. (2007) Emotional intelligence in sport: conceptual, methodological, and applied issues. En A. M. Lane (Ed.), *Mood and human performance: Conceptual, measurement, and applied issues* (pp. 131-154). Nueva York: Nova Science.

Najmeh, S., Ali, M. y Zareia, j. (2016). Emotional intelligence and coping styles with stress. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 812-822. doi: 10.1016/j.sbspro.2010.07.191

Núñez, M., Fernández-Berrocal, P., Rodríguez, J. y Postigo, J.(2008). ¿Es la inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones. *Electronic journal of research in educational*

*Psychology*, 6,455-474. Recuperado de [http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/15/espagnol/Art\\_15\\_253.pdf](http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/15/espagnol/Art_15_253.pdf)

Oblitas, L. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México D.F, México. Cengage Learning.

Olivas, O. L. L., Rivera, C. F. M., Lerma, L. B., & Vargas, K. M. R. (2020). Salud mental, satisfacción escolar y su relación con el promedio en estudiantes universitarios. *Revista de Estudios Clínicos e Investigación Psicológica*, 10(20), 194.

Palomino, P. & Almenara, C. A. (2019). Inteligencia Emocional en Estudiantes de Comunicación: Estudio Comparativo bajo el Modelo de Educación por Competencias. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13, 1-16. doi: <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.840>

Pardeiro, L. y Castro, J. (2017). Inteligencia emocional, optimismo y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 1, 206-210. doi: <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.01.2578>

Peña, E. (2016). *Estrés Laboral y Estilos de Afrontamiento en trabajadores administrativos de la Municipalidad de Lima Metropolitana, 2017*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Cesa Vallejo, Lima, Perú. Recuperado: <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/3347>

Perez, S. y Perlacios, C. (2018). *Correlación entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en estudiantes de primer año de la escuela profesional de psicología de la universidad nacional de san Agustín de Arequipa – 2017*. (Tesis de Licenciatura).

Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Arequipa, Perú.

<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/4789>

Puigbó, J., Edo, S., Rovira, T., Limonero, J. & Fernández, J. (2019). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el afrontamiento del estrés cotidiano. *Ansiedad y Estrés*, 25, 1-6. doi: <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.01.003>

Quispe, N. y Sotomayor, C. (2018). *Estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes embarazadas de las escuelas de enfermería y obstetricia, en la Universidad Nacional de Huancavelica 2018*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de Huancavelica, Huancavelica, Perú. Recuperado de: [http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2147/20.%20T051\\_75221983.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2147/20.%20T051_75221983.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Reyes, R. y Carrasco, H. (2016). *Ansiedad, cólera y estilos de afrontamiento en portadores del VIH*. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.

Romera, I., Vilotta, I., & Solanes Puchol, A. (2019). Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en trabajadores de hospitales de la provincia de Alicante. *Conferência - Investigação E Intervenção Em Recursos Humanos*, (9). <https://doi.org/10.26537/iirh.vi9.2857>

Salovey, P., y Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211. doi: <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 3, 141–157. Recuperado de [http://www.aepc.es/ijchp/articulos\\_pdf/ijchp-65.pdf](http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-65.pdf)

- Silva, R. (2018). *Valores, inteligencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina. Recuperado de : <https://www.aacademica.org/000-122/169.pdf>
- Skinner, E. y Zimmer, M. (2007). The development of coping. *Annual Review of Psychology*. 58, 119-144.
- Spielberger, C. (2004). *Encyclopedia of applied psychology*. Oxford, Boston. Elsevier Academic Press.
- Tejerizo, A., García, M., y Chirre, A. (2017). *Estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes de cuarto año de la Facultad de Psicología U.N.T. Año 2017*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-067/438.pdf>
- Tunco, B. y Cayllahua, V. (2016). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés en estudiantes del quinto año de secundaria del Colegio Parroquial Santa Catalina – Juliaca, 2015*. (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima, Peru. Recuperado de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/565>
- Valdivieso, I., Ormaza, M., y García, A., (2018). La inteligencia emocional y su relación con las estrategias de afrontamiento del estrés en los alumnos de la universidad técnica de Manabí. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. Recuperado de: <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/02/inteligencia-emocional-estres.html>



Ventura-León, J. L., & Caycho, T. (2017). Q de Cohen: Comparación de Correlaciones entre Muestras Independientes en base a Urzúa et al. *Revista médica de Chile*, 145 (3), 411-412.

Wong, C., Law, K. & Wong, P. (2004). Development and Validation of a Forced Choice Emotional Intelligence Measure for Chinese Respondents in Hong Kong. *Asia Pacific Journal of Management*, 21, 535–559. doi:  
<https://doi.org/10.1023/B:APJM.0000048717.31261>.

## ANEXOS

## Anexo N°1: Consentimiento Informado



## Inteligencia Emocional Y Estilos De Afrontamiento En Estudiantes De La Carrera De Psicología

Estimado participante.

En esta oportunidad me es grato dirigirme a usted, soy Marisari Olivera Sanchez, estudiante de 10mo ciclo de la carrera de psicología, y vengo realizando mi proyecto de investigación para la cual su participación es de suma importancia para los fines de la misma. La investigación a realizar busca determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de la carrera de psicología. Por lo cual, de existir alguna duda o comentario respecto al cuestionario que vera a continuación sírvase a comunicarse conmigo al correo: [sari.olivera25@gmail.com](mailto:sari.olivera25@gmail.com)

Sírvase a leer la siguiente información correspondiente de esta investigación, así mismo la importancia de su rol como participante. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. Y la información que se recoja será confidencial y no será usada para ningún otro propósito. Puede abandonar el desarrollo de los cuestionarios en el momento que usted crea conveniente, esta acción no tendrá ninguna repercusión en el estudio.

Para la realización del cuestionario usted deberá de ser estudiante de la carrera de psicología, así mismo, deberá de estar cursando del 5to al 10mo ciclo de la carrera.

 [italobeaslecca@gmail.com](mailto:italobeaslecca@gmail.com) (no compartidos)  
[Cambiar de cuenta](#)



\*Obligatorio

Según lo expuesto anteriormente, ¿desea participar de esta investigación? \*

- SI
- NO

## Anexo N°2 Matriz de consistencia interna

Pregunta problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
¿En qué medida se relaciona la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020?	Determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.	Existe relación entre la inteligencia emocional y los estilos de Afrontamiento en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.	Inteligencia emocional	<p><b>1. Tipo de investigación</b>  <b>Enfoque de investigación:</b> Cuantitativo            Diseño de investigación: no experimentales  <b>Corte de investigación:</b> transversal  <b>Alcance o nivel de investigación:</b> correlacional</p> <p><b>2. Población y muestra</b>            La muestra está conformada por 153 estudiantes universitarios de carrera de psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, matriculados y activos en el semestre académico 2020</p> <p><b>3. Instrumentos:</b> COPE Y WEISL</p> <p><b>4. Análisis de datos</b>            Programa informático Excel 2019 de Microsoft Office            Sistema informático de estadística SPSS en su versión 24.</p>
	Determinar la relación que existe entre valoración y expresión de las emociones propias y de los otros y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.	Existe relación entre la valoración y expresión de las emociones propias y de los otros y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.	Estilos de afrontamiento	
	Determinar la relación que existe entre regulación de las emociones propias y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.	Existe relación entre la regulación de las emociones propias y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.		
	Determinar la relación que existe entre uso de la emoción para facilitar el desempeño y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.	Existe relación entre el uso de la emoción para facilitar el desempeño y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima, 2020.		

### Anexo N°3 Matriz de operacionalización de la variable 1: Inteligencia emocional

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
<b>Inteligencia emocional</b>	La habilidad de monitorear los sentimientos y emociones propias y la de los demás, distinguir, clasificarlas y usar esta información para guiar nuestros pensamientos y acciones. Salovey y Mayer (1990, p 189).	La inteligencia emocional que presentan los colaboradores será medida con la escala de inteligencia emocional de Wong y Law (WLEIS), donde las puntuaciones van entre los 16 y los 112 puntos. Nivel bajo (46-77), nivel promedio (78-93) y nivel alto (94-112).	Valorar y expresar nuestras emociones	Autoconocimiento	<b>Ordinal</b>
			Valorar y reconocer las emociones en los demás	Determinación Autocontrol	
			Regular las emociones propias	Autopercepción	
			Usar las emociones para fortalecer el desempeño	Estado de ánimo, Empatía Automotivación	

**Anexo N°4 Matriz de operacionalización de la variable 2 : Estilos de afrontamiento**

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Escala	Niveles y rango
<b>Estilos de afrontamiento</b>	Según Lazarus y Folkman (1984) los estilos de afrontamiento son los esfuerzos cognitivos y conductuales frecuentemente cambiantes, que se desarrollan para manejar demandas específicas externas / internas que tienen una valoración de desbordante de los recursos y estrategias de la persona.	Afrontamiento enfocado en el problema	Afrontamiento activo	5, 25, 47, 58	<b>1=</b> Casi nunca hago esto <b>2=</b> A veces hago esto <b>3=</b> Usualmente hago esto <b>4=</b> Hago esto con mucha frecuencia	Muy pocas veces: 88-115 Depende de las circunstancias: 116-135 <b>Frecuentemente: 136-171</b> Muy pocas veces: 88-115 Depende de las circunstancias: 116-135 <b>Frecuentemente: 136-171</b> Muy pocas veces: 88-115 Depende de las circunstancias: 116-135 <b>Frecuentemente: 136-171</b>
			Planificación	19, 32, 39, 56.		
			Supresión de actividades	15, 33, 42, 55.		
			Reinterpretación positiva	1, 29, 38, 59.		
			Aceptación	13, 21, 44, 54.		
		Afrontamiento enfocado en la emoción	Uso del soporte social instrumental	4, 14, 30, 45.		
			Uso del apoyo social emocional	11, 23, 34, 52.		
			Enfocar y liberar emociones	3, 17, 28, 46		
			Contención del Afrontamiento	10, 22, 41, 49		
			Afrontamiento religioso	7, 18, 48, 60.		
			Humor	8, 20, 36, 50.		
			Afrontamiento enfocado en la emoción	Desentendimiento mental:		
		Negación		6, 27, 40, 57		
		Desentendimiento conductual		9, 24, 37, 51		
Uso de sustancias	12, 26, 35, 53					

**Anexo N°5:**

---

**Ficha técnica del Inventario de Estimación de Afrontamiento**

---

Nombre traducido	Inventario de Estimación de Afrontamiento
Acrónimo	Cope
Autor	Charles Carver, Michael Scheier y Jagdish Weintraub
Año de publicación	1989
Procedencia	Miami, Estados Unidos
Administración	Individual y Colectiva
Duración	15 minutos.
Aplicación	18 años en adelante
Adaptación peruana	Chau y Cassaretto (2016); Erika Peña (2017)
Factores	Afrontamiento dirigido a la tarea Afrontamiento social y emocional Afrontamiento evitativo
Reactivos	60 reactivos
Forma de respuesta	Tipo likert

---

**Anexo N°6:**

---

Ficha técnica de la Escala de inteligencia emocional	
Nombre original	Wong-Law Emotional Intelligence Scale
Nombre traducido	Escala de inteligencia emocional
Acrónimo	WLEIS
Autor	Wong y Law
Año de publicación	2004
Procedencia	Hong Kong – China.
Administración	Individual y colectiva
Duración	10 minutos.
Aplicación	18 años en adelante
Adaptación peruana	Cabanillas; Aldave
Año de publicación	2018, 2020
Factores	Valorar y expresar nuestras emociones, valorar y reconocer lo que están sintiendo los demás, regular emociones propias, usar las emociones para fortalecer el desempeño.
Reactivos	16
Escala	Ordinal
Forma de respuesta	7 alternativas

---