

FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA
SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“ESTRÉS PERCIBIDO E INTELIGENCIA
EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE UN COLEGIO
NACIONAL EN LA CIUDAD DE CAJAMARCA, 2020”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciado en Psicología



Autores:

Christian Alexander Martinez Lizano
Luciana de los Milagros Valdivieso Rodríguez

Asesor:

Mgtr. Oscar Iván Alfaro Bustamante

Cajamarca - Perú

2022

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS

El asesor, docente de la Universidad Privada del Norte, Facultad de Ciencias de la Salud, Carrera profesional de PSICOLOGÍA, ha realizado el seguimiento del proceso de formulación y desarrollo de la tesis de los estudiantes:

- Christian Alexander Martínez Lizano.
- Luciana de los Milagros Valdivieso Rodríguez.

Por cuanto, **CONSIDERA** que la tesis titulada: “Estrés percibido e inteligencia emocional en adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020” para aspirar al título profesional de: Licenciado en psicología por la Universidad Privada del Norte, reúne las condiciones adecuadas, por lo cual, **AUTORIZA** al o a los interesados para su presentación.

Mg. Oscar Iván Alfaro Bustamante.

ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS

Los miembros del jurado evaluador asignados han procedido a realizar la evaluación de la tesis de los estudiantes: Christian Alexander Martínez Lizano y Luciana de los Milagros Valdivieso Rodríguez para aspirar al título profesional con la tesis denominada: “Estrés percibido e inteligencia emocional en adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020”.

Luego de la revisión del trabajo, en forma y contenido, los miembros del jurado concuerdan:

Aprobación por unanimidad

Aprobación por mayoría

Calificativo:

Calificativo:

Excelente [20 - 18]

Excelente [20 - 18]

Sobresaliente [17 - 15]

Sobresaliente [17 - 15]

Bueno [14 - 13]

Bueno [14 - 13]

Desaprobado

Firman en señal de conformidad:

Mg. Kelly Magdalena Santa Cruz
Cáceres

Mg. Martha Marisciolo Pineda
Gonzales

Mg. Walter Alejandro Rubio
Quiroz

DEDICATORIA

Dedico esta investigación a mi familia y personas cercanas por apoyarme y acompañarme durante el proceso de la elaboración de esta investigación.

Christian Alexander Martínez Lizano

Esta investigación va dedicada a mi familia y amigos, que pudieron apoyarme, orientarme y darme ánimos durante el proceso que se atravesó en la investigación.

Luciana de los Milagros Valdivieso Rodríguez.

AGRADECIMIENTO

Agradezco infinitamente a todos mis docentes de la Universidad Privada del Norte, pues son ellos quienes se han tomado el tiempo, la dedicación y el trabajo de transmitirme sus conocimientos, para convertirme en un profesional de calidad y de esta manera ayudar de la misma manera que ellos.

Christian Alexander Martínez Lizano

Me encuentro eternamente agradecida con los que han sido y son mis docentes en la Universidad Privada del Norte, por sus enseñanzas, en base a conocimiento, dedicación y tiempo hacia mí, por haberme formado con una buena calidad profesional y ayudar a mejorar mis propias metas.

Luciana de los Milagros Valdivieso Rodríguez

Tabla de contenido

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS.....	2
ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS.....	3
DEDICATORIA.....	4
AGRADECIMIENTO.....	5
ÍNDICE DE TABLAS.....	7
RESUMEN.....	8
ABSTRACT.....	9
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA	20
CAPÍTULO III. RESULTADOS.	27
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	32
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	37
ANEXOS.....	43

Índice de tablas

Tabla 1. Relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en adolescentes.....	27
Tabla 2. Relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en adolescentes según su sexo.....	28
Tabla 3. Relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en adolescentes según su rango de edad.....	29
Tabla 4. Relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en adolescentes según su grado académico.....	30

RESUMEN

El objetivo de la investigación, fue determinar la relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca. La aplicación fue de forma remota y se emplearon dos instrumentos, el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE:NA que está conformada por 60 ítems y la Escala de Estrés Percibido-13 constituido por 13 ítems. El estudio fue de tipo básico, con un diseño de investigación no experimental, de forma transversal. Para el análisis de datos, se utilizó correlaciones de Pearson mediante el programa estadístico JASP. Los resultados obtenidos demuestran que la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional, existe una correlación inversa con una intensidad baja. Además, reveló que según la variable sexo, se mantiene una correlación inversa, presentándose con más intensidad en los estudiantes de sexo masculino. Asimismo, en intervalos de edad, existe una correlación inversa, presentándose con más intensidad en los estudiantes con intervalos de edad de entre 15 a 17 años. Finalmente, según el grado académico, se evidenció que tercer, cuarto y quinto grado presentan una correlación inversa.

Palabras clave: Inteligencia emocional, estrés percibido, adolescentes.

ABSTRACT

The objective of the research was to determine the relationship between perceived stress and emotional intelligence in adolescents from a national school in the city of Cajamarca. The application was given through two instruments, running remotely. For this reason, the BarOn ICE:NA Emotional Intelligence Inventory was used, which is made up of 60 items and the Perceived Stress Scale-13 made up of 13 items. The study was of a basic type, with a non-experimental, cross-sectional research design. For data analysis, Pearson correlations were used using the JASP statistical program. The results obtained show that the relationship between perceived stress and emotional intelligence in adolescents from a national school maintains an inverse correlation with low intensity. In addition, it revealed that according to the gender variable, an inverse correlation is maintained, presenting itself with more intensity in male students. Likewise, in age intervals, it refers to an inverse correlation, presenting itself with more intensity in students with age intervals between 15 and 17 years. Finally, according to the academic grade, it was evidenced that third, fourth and fifth grades present an inverse correlation.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

El principal representante de la inteligencia emocional, Goleman (1995), definió la inteligencia emocional como la capacidad para reconocer y manejar los propios sentimientos, motivarse y monitorear las propias relaciones. El modelo de las competencias emocionales comprende una serie de competencias que facilitan a las personas el manejo de las emociones, hacia uno mismo y hacia los demás. Este modelo formula la inteligencia emocional en términos de una teoría del desarrollo y propone una teoría de desempeño aplicable de manera directa al ámbito educativo, centrado en el pronóstico de la excelencia académica.

La inteligencia emocional, también es concebida de la combinación de las dos inteligencias descritas por Gardner, la inteligencia intrapersonal, que refiere a las emociones y sentimientos del propio individuo, y la interpersonal, apreciada como una fuente de empatía hacia los demás por reacciones (Oliveros, 2018), además de la práctica continua para regular las emociones con el objetivo del crecimiento tanto intelectual, como emocional (Rodríguez et al., 2018). También, se conoce como la capacidad de manejar adecuadamente los sentimientos y emociones, utilizar los pensamientos como canal interconectado para dirigirlos apropiadamente en las acciones. Así mismo, es un manifiesto de las habilidades como sentir, comprender, modificar acciones y estados emocionales en uno mismo y con otras personas, de tal manera que la convivencia entre los individuos se lleve con armonía y se establezcan patrones de entendimiento (Pérez, 2013). A partir de estas concepciones se puede señalar la importancia de desarrollar un nivel óptimo de inteligencia emocional tanto a nivel personal como a nivel interpersonal, ya que, de no alcanzar dichos niveles, las relaciones con el entorno podrían verse afectadas de manera significativa al no ser capaces

de ser conscientes de nuestras emociones ni de regularlas, por ende la empatía, como las habilidades sociales, serían limitadas o nulas (Oliveros, 2018).

De igual manera, Guzmán y Reyes (2018) mencionan que, el estrés que se presenta en los estudiantes, es generado por nuevas situaciones que son poco habituales como las altas cargas de trabajo, círculos sociales a los cuales deben de adaptarse, separación de la familia o la búsqueda de la independencia y el querer conocerse a sí mismo. De igual manera, el proceso de adaptación que debe realizar un estudiante al pasar de un nivel académico a otro requiere nuevas formas de organización, moldeado de comportamiento e interacción social, sumado a esto, dichos estudiantes pasan por una etapa evolutiva crucial (la adolescencia), por lo que, sin un manejo adecuado podría pasar del eustrés, siendo este una respuesta natural de nerviosismo, a generar distrés al no poder ser capaz de controlar las situaciones estresantes, afectando de manera directa las relaciones sociales y el control emocional.

Asimismo, otros estudios demuestran que actualmente los estudiantes del nivel secundario en su gran mayoría, no cumplen necesariamente con los deberes en el tiempo debido, sino dejan todo para el último momento, lo que origina un constante estrés en ellos y, en muchas ocasiones, no saben cómo manejar este. Todo lo mencionado se considera como la “pandemia” del siglo XXI, así como un problema creciente e inhabilitante para muchos en la sociedad actual. Por ende, se empiezan a presentar dificultades personales, que obstaculizan el óptimo desarrollo integral de los individuos, como sentimientos de frustración, dificultad al momento de realizar tareas simples, constante irritabilidad e incluso el abandono de tareas cotidianas. (Yarlequé et al., 2016).

Igualmente, se considera importante la relación entre la inteligencia emocional y el estrés, debido a que estudios realizados en Latinoamérica evidencian que, los estudiantes de

nivel secundario muestran un excesivo nivel de estrés al momento de expresar sus emociones, pues deben regirse ante cláusulas de emociones normadas por el sistema educativo y, por ende, no expresar sus verdaderos sentimientos (Hernández-Vargas y Dickinson-Bannack, 2014). Debido a esto, se ve la constante capacitación en los alumnos para aprender a integrar la información de manera emocional y a través del pensamiento, para contribuir con la mejoría de un funcionamiento socio-emocional adecuado (Del Pino y Aguilar, 2013).

Existen estudios que abordan la relación entre estrés y la inteligencia emocional, en cuanto a la eficacia que pueden tener los seres humanos al expresar emociones en situaciones de estrés percibido, como Martínez (2012), refiere que una inteligencia emocional inadecuada en una situación de estrés, puede llevar a un estrés crónico y a la aparición de estados emocionales negativos y psicopatológicos, a padecer un síndrome de burnout, así como a una alteración de la capacidad para tomar decisiones, todo esto haciendo referencia a que la inteligencia emocional se basa en la capacidad de poder tomar decisiones incluyendo a la emoción y la inteligencia de la mano. Aguilar (2014), menciona que la inteligencia emocional hace posible que una persona aproveche las emociones para lidiar de una manera más eficaz con el estrés, ya que, este es una consecuencia de las emociones que se producen ante determinados estímulos. De lo contrario, traerán diferentes dificultades como inadecuado control de impulsos dentro de una institución educativa (Ruiz et al., 2018); estos, servirán como punto de referencia para realizar la investigación que se planea ejecutar.

Trujillo (2020), realizó un estudio sobre inteligencia emocional y el estrés en la Institución Educativa N°5168 del distrito de Puente Piedra en el año 2019, dicho estudio se realizó en estudiantes entre edades de 12 a 15 años de edad (considerándose en etapa adolescente). Evidenció la existencia de una correlación inversa alta entre ambas variables.

Donde se reveló que, a menor inteligencia emocional, mayor será el estrés percibido en los estudiantes evaluados.

La presente investigación pretende identificar la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional dentro de un contexto específico y responder así las interrogantes ¿Cuál es la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020?, ¿Cuál es la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en ciudad de Cajamarca, 2020; según su sexo? ¿Cuál es la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional, según intervalos de edad de 12 a 14 años y 15 a 17 años, en adolescentes de un colegio nacional en ciudad de Cajamarca, 2020? Y finalmente ¿Cuál es la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en ciudad de Cajamarca, 2020; según su grado académico?

Por ello, se consideró como objetivo general: Determinar la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020. Asimismo, como objetivos específicos se considera: Identificar la relación del estrés percibido y la inteligencia emocional según el sexo en los adolescentes en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020. Identificar la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional según los intervalos de edad entre 12 a 14 años y 15 a 17 años en adolescentes en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020. Además, describir la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional por grados académicos en los adolescentes en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.

En el primer objetivo específico la hipótesis alterna es: Existe una relación inversa entre el estrés percibido con la inteligencia emocional en relación al sexo, evidenciándose

con más notoriedad en estudiantes del sexo femenino en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020. Y como hipótesis nula del primer objetivo específico: No existe una relación entre el estrés percibido con la inteligencia emocional en relación al sexo, en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.

En el segundo objetivo específico la hipótesis alterna es: El estrés percibido mantiene una relación inversa con la inteligencia emocional de forma notoria en estudiantes con edades entre 15 a 17 años en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020. Y como hipótesis nula del segundo objetivo específico: El estrés percibido no mantiene una relación con la inteligencia emocional en función a los rangos de edad de 12-14 años y 15-17 años en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.

En el tercer objetivo específico la hipótesis alterna es: Existe una relación inversa entre el estrés percibido con la inteligencia emocional en relación al grado académico en la ciudad de Cajamarca, 2020. Y como hipótesis nula del tercer objetivo específico: No existe una relación entre el estrés percibido con la inteligencia emocional en relación al grado académico, en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.

En el presente estudio, se elaboran hipótesis alternas y nulas, con argumentación teórica y estudios empíricos debido a las ilustraciones planteadas en la teoría y los resultados hallados en los antecedentes de distintas investigaciones. Consiguientemente, se ha planteado como hipótesis alterna: El estrés percibido mantiene una relación inversa con la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020. Y como hipótesis nula: El estrés y la inteligencia emocional no mantienen ninguna relación en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.

De esta manera, es imprescindible mencionar la investigación de Serrano y Andreu (2016), acerca de la inteligencia emocional percibida y su relación con el estrés percibido, bienestar subjetivo, engagement académico, rendimiento, edad y sexo en adolescentes, en la Universidad de Valencia (España). En dicho estudio se utilizó como muestra a 626 participantes, entre las edades de 13 y 18 años, empleando distintos instrumentos, de los cuales se rescata el TMMS (Trait Meta - Mood Scale) utilizado para evaluar la Inteligencia Emocional Percibida, y el PSS (Perceived Stress Scale), utilizado para medir el estrés percibido, ya que mantienen una alta relación con las variables a estudiar en la presente investigación. Los resultados de la investigación muestran una relación significativa entre la inteligencia emocional percibida y el estrés percibido en donde se produce un efecto indirecto, donde a un menor estrés percibido existe una mayor inteligencia emocional percibida. Dicha investigación nos permite distinguir un panorama extenso, en donde es preciso señalar que tanto la inteligencia emocional como el estrés percibido llegan a formar parte de la vida de los mismos estudiantes y que es necesaria una adecuada regulación de las mismas.

Por otro lado, Aguilar et al., (2014), desarrollo una investigación en donde quería afirmar que la inteligencia emocional desarrollaba un papel fundamental al momento de lidiar con situaciones estresantes, de esta manera, utilizando el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) para evaluar la inteligencia emocional y la escala General Health Questionnaire (GHQ-12) para medir el estrés, encuestó a 368 estudiantes en la localidad de Xalapa, dando como resultado de la investigación que la Inteligencia emocional predice el estrés y por consecuente los factores psicossomáticos que se pueden presentar a lo largo de este, dando por entendido

que al existir mejores niveles de Inteligencia emocional, habrá por consiguiente un mejor control de las emociones y un menor estrés.

Por ese motivo, se ha considerado que la inteligencia emocional es un componente que prepara hacia un mejor y óptimo desarrollo tanto de manera, personal, social y académica, siendo fundamental para la formación integral de los estudiantes.

Así mismo, Cachay (2015), realizó un trabajo de investigación donde se buscó identificar la inteligencia emocional de los alumnos de quinto grado de secundaria en la I.E. “Virgen de la Puerta” en la localidad de Chimbote, este estudio se ejecutó con una muestra de 60 estudiantes de ambos sexos. El instrumento principal de aplicación fue el BarOn Ice, donde los resultados revelaron que existe una relación inversa en la dimensión “Total Cociente Emocional” y “Manejo de Estrés”, donde explica que, a mayor estrés percibido en el individuo, menor será el nivel total de Inteligencia Emocional, por consiguiente, dichos resultados, tienen un estrecho vínculo con el presente estudio, siendo el mismo altamente sustancial, evidenciando la relación existente entre las presentes variables.

Por ello, es necesario conocer que, al momento de hablar sobre el desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes, se hipotetiza que debería seguir un rumbo similar a la inteligencia tradicional, es decir, mientras que la edad y la experiencia aumenta, el conocimiento va adquiriendo más peso, por consiguiente a medida que nos acercamos a la juventud y nos alejamos de la infancia, será más adecuada la inteligencia emocional. Por lo tanto, si la inteligencia emocional se comporta como el resto de inteligencias, debería seguir unos pasos parecidos, considerando que a mayor desarrollo cognitivo y experiencia social, debería desarrollarse de forma que al llegar a la adolescencia podamos ver diferencias significativas entre los diversos grupos (Ferraut y Fierro, 2012). Sin embargo, como se

menciona en párrafos anteriores, los adolescentes parecen estar distantes de una inteligencia emocional adecuada por diversos motivos, como es el estrés, y por ello, se toma en cuenta esta variable como un factor indispensable en el estudio.

Entonces, para definir con precisión el concepto de inteligencia emocional, se parte de los múltiples estudios de las variables de la inteligencia y la emoción (Olarte et al., 2019), ya que son usados coloquialmente como la capacidad de comprender el mundo y lo que uno siente, respectivamente (Manrique, 2015); teniendo en cuenta esto, se puede definir a la inteligencia como las aptitudes que un individuo posee para solucionar problemas, así como para aprender de sus errores y de la propia experiencia, mientras que la emoción se definirá como la respuesta que se obtiene de conocerse a uno mismo y a su entorno para la supervivencia, es decir, se relaciona directamente con instintos de deseo y necesidad (Isaza-Zapata y Calle-Piedrahíta, 2016). Asimismo, se podría definir cómo un sentimiento de igualdad por el intercambio emocional que se produce, ya que ha creado relaciones objetivas y racionales, para poder mantener un “equilibrio” en la sociedad, que se mantiene hasta la actualidad a nivel global, siguiendo normas sociales y expectativas, sin importar la cultura, raza, religión, etc. (Azurduy y Jorge, 2012).

Por otro lado, el estrés se define como una demanda física y/o psicológica fuera de lo habitual, que provoca un estado ansioso en un individuo, o todo un sistema, el cual puede desencadenar factores denominados estresores, ya sean estímulos intrínsecos o extrínsecos, que de alguna manera pueden causar la desestabilización en el equilibrio del individuo o el sistema. Además, propone que el individuo vive una fase de ajuste y otra de adaptación frente a este, en ambos casos estas estrategias van a determinar el afrontamiento adecuado o inadecuado del proceso y el resultado final del individuo (Macías et al., 2013).

A partir de este nuevo concepto del estrés, se ha observado la necesidad de realizar análisis en las personas a partir de la interrelación con su entorno familiar, social, académico o laboral y los niveles de estrés que se pueden percibir debido a estas interacciones. Partiendo de esta premisa, se considera que existe una predominancia del estrés en la educación. (Guzmán y Reyes, 2018)

Debido a esto, se considera que la construcción de la inteligencia emocional se da por factores como: las experiencias, acciones, tanto afectivas, cognitivas, conductuales y psicológicas en adolescentes de nivel secundario, promoviendo así el adecuado bienestar para la vida (Navarro et al., 2020). Pues de otra manera, puede causar dificultades de aprendizaje, agresividad, ansiedad (Buitrago et al., 2019), inadecuado control de impulsos y problemas de conducta dentro del ámbito familiar, repercutiendo así en la educación de los adolescentes; todo esto, debido a los altos niveles de estrés que se presentan (Ruiz et al., 2018).

Por otro lado, Martínez (2012), realizó un estudio donde menciona que las mujeres tienen el doble de probabilidad que los hombres de experimentar emociones negativas ante situaciones de estrés, desde la infancia hasta la edad adulta, dicho estudio fue llevado a cabo con adolescentes españoles, y, mediante instrumentos de regulación emocional y empatía, se llegó a la conclusión de existe una mayor frecuencia en la mujer de presentar trastornos interiorizantes, tales como depresión, bajo autoconcepto, mayores niveles de ansiedad social e irritabilidad. Por el contrario, el estudio “Emotional intelligence and academic achievement among Malaysian secondary students” realizado por Abdullah (2010), revelan resultados que señalan una relación positiva y significativa entre el género y la inteligencia emocional, siendo las apreciaciones de las mujeres sumamente superiores a los de los hombres en la dimensión de inteligencia emocional y su percepción. Debido a esto, se ha considerado

importante trabajar variables según el sexo, pues parece haber una predominancia por parte del género femenino sobre el masculino.

Por lo anteriormente mencionado, la presente investigación se fundamenta desde un nivel teórico, considerándose así una fuente importante de información confiable y actualizada, ayudando a comprender de manera más óptima la estrecha relación que existe entre los niveles de estrés elevados y su inadecuado control de emociones, siendo esta una problemática actual de muchos adolescentes del contexto Cajamarquino, en donde con frecuencia no se brinda el apoyo necesario para lograr un desarrollo adecuado de capacidades de regulación emocional provocando por consecuencia el estrés, siendo esto un tema preocupante para la salud mental en general, ya que puede originar problemas en la calidad de vida de las personas, afectando de forma directa su funcionalidad de manera personal y social.

Asimismo, mediante los resultados y los instrumentos utilizados, la presente investigación también se justifica desde un nivel metodológico, por ende se busca promover futuros estudios, utilizando los instrumentos y resultados mostrados en la presente investigación, y así poder desarrollar e implementar estrategias de regulación emocional y afrontamiento adecuado de estrés que se puede producir en adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca.

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación:

La presente investigación es de tipo básica, ya que, según Muntané (2010), la investigación debe ser original, esto es, apuntar a un conocimiento que no se posee o que está en duda y es necesario verificar. Procurando evaluar y medir las variables de investigación, las cuales son: estrés percibido e inteligencia emocional en adolescentes del nivel secundario de un colegio nacional de la ciudad de Cajamarca.

En la presente investigación, se trabajó con un enfoque cuantitativo, ya que se utilizó una herramienta que proporcionó resultados numéricos exactos a través de datos estadísticos para medir las variables presentadas. De igual manera, fue una base estructurada de recopilación y análisis de datos que se obtuvieron de distintas fuentes (Hernández Sampieri et al., 2010).

El diseño de la presente investigación, es de modo no experimental, pues no se influenció a la población para la medición de las variables, debido a que la interacción con estos solo se dio a través de las encuestas realizadas; asimismo, se realizó de una forma transversal, debido a que la medición se ejecutó solo en un momento en el tiempo (Hernández Sampieri et al., 2010).

2.2. Población y muestra

2.2.1. Población:

La población del estudio estuvo conformada por todos los adolescentes del nivel secundario en un colegio nacional de la ciudad de Cajamarca, cuyas edades oscilan

entre los 12 a los 17 años de edad, de diferentes sexos, distribuidos en distintos grados de estudio.

2.2.2. Muestra:

Esta selección se realizó mediante un tipo de muestreo no probabilístico, por conveniencia, ya que los participantes fueron elegidos de manera específica mas no al azar, debido a las dificultades presentadas por el estado de emergencia que no permitió un muestreo aleatorio, asimismo cada participante fue seleccionado por características relacionadas a los propósitos de los investigadores, cabe resaltar que todos los participantes dieron su consentimiento de manera voluntaria en el presente estudio (Hernández Sampieri et al., 2010), lo cual permitió facilitar el trabajo de investigación y el recojo de información; sin embargo, debido a la problemática actual de crisis sanitaria provocado por el virus de la Covid-19 que se vive de manera global, se escogió un colegio al alcance de los investigadores. Teniendo en cuenta que la muestra es una parte representativa de dicha población y deben compartir ciertas características. Como criterios de inclusión se consideró a estudiantes del nivel secundario de un colegio nacional de la ciudad de Cajamarca que oscilen entre los 12 y 17 años, de ambos sexos, distribuidos en distintos grados de estudio y con acceso a internet. Así mismo, se tomó en cuenta como criterio de exclusión la falta de conectividad y el nulo acceso a internet, dejando una muestra de 48 estudiantes.

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos.

2.3.1. Técnica:

La técnica que se utilizó según Hernández (2010) es la de cuestionario, ya que la prueba aplicada, contiene ítems organizados, estructurados y en secuencia con el fin de que las respuestas nos puedan brindar toda la información necesaria.

2.3.2. Instrumento:

2.3.2.1. Inventario de Inteligencia Emocional, BarOn ICE.

Inventario de Inteligencia Emocional, BarOn ICE, teniendo en cuenta las escalas de Inteligencia Emocional total, interpersonal, intrapersonal, adaptabilidad, manejo del estrés, estado de ánimo general, impresión positiva, índice de inconsistencia.

Es una prueba creada en 1997 cuya función es medir la Inteligencia Emocional, que vendría a ser la variedad de aptitudes, competencias y habilidades que influyen en la capacidad de un individuo, para lograr desarrollarse de manera adecuada en su entorno social y personal.

Contiene 60 ítems y 8 escalas, las cuales se dividen en: Inteligencia Emocional total, interpersonal (Ítems: 2; 5, 10; 14; 20; 24; 36; 41; 45, 51; 55; 59), intrapersonal (Ítems: 7; 17; 28; 31; 43; 53), adaptabilidad (Ítems: 12; 16; 22; 25; 30; 34; 38; 44; 48; 57), manejo del estrés (Ítems: 3; 6; 11; 15; 21; 26; 35; 39; 46; 49; 54; 58), estado de ánimo general (Ítems: 1; 4; 9; 13; 19; 23; 29; 32; 37; 40; 47, 50; 56; 60) , impresión positiva (Ítems: 8; 18; 27; 33; 42; 52) e índice de inconsistencia(Ítems: 56; 3; 7; 30; 17; 20; 26; 38; 40; 55; 60; 11; 31; 22; 43; 51; 35; 48; 47; 59).

Se eligió esta escala por ser de fácil aplicación y puede ser adaptada cómodamente de manera virtual. El inventario completo lleva de 25 a 30 minutos. La forma completa del inventario contiene 60 ítems y 8 escalas. Dado que los factores evaluados por el BarOn ICE: NA, cambian a través del tiempo, las formas

deben ser administradas en una sola ocasión, las respuestas en los ítems se generan a través de baremos, los cuales, por medio de una sumatoria, dan como resultado el puntaje en las respectivas escalas.

Validez:

Se estableció la validez, mediante un análisis factorial exploratorio en una muestra normativa de niños y adolescentes (N=9172). Con el objetivo de verificar interrelaciones de las diferentes escalas, tanto para versiones completas como abreviadas; presentando una correlación existente de 0.92, indicando que la interrelación expone una alta congruencia (Ugarriza y Ecurra, 2018). Por ello, las correlaciones de las escalas con el cociente emocional total van desde baja 0.37 a elevada 0.94 pero todas ellas son significativas al uno por ciento.

Confiabilidad:

La confiabilidad por otro lado, se basa en examinar en qué medida las diferencias individuales de los puntajes del test pueden ser atribuidas a las diferencias verdaderas de las características consideradas (Ugarriza y Ecurra, 2018).

Asimismo, se realizó un estudio en una muestra de 60 niños cuya edad promedio fue de 13.5 años, revelando la estabilidad del inventario, oscilando los coeficientes entre 0.77 y 0.88 tanto para la forma completa como abreviada. Donde se muestra que los coeficientes de consistencia interna van de 0.23 a 0.88, las cuales son respetables (Ugarriza y Ecurra, 2018).

2.3.2.2. Escala de Estrés Percibido-13.

La presente escala consta de 13 ítems los cuales permiten la medición del nivel de estrés generado en los estudiantes.

Dicha escala fue creada en 1983 por Cohen, S. elaborada para medir factores de riesgo y protectores de acontecimientos adversos en personas que cursan la etapa de la adolescencia, juventud y adultez. Además, cabe mencionar que esta escala ha sido adaptada a Perú, con la investigación de Guzmán y Reyes (2018). Pues se ha aplicado en diferentes estudios dentro del país, siendo esta la más actual. La escala explora niveles de estrés con facilidad, brindando cinco opciones de respuesta, ‘nunca’, ‘casi nunca’, ‘de vez en cuando’, ‘muchas veces’ y ‘siempre’, que se clasifican de cero a cuatro, finalmente está conformada por 13 ítems, de los cuales , de los cuales los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13 corresponden a la dimensión positiva o de eustrés y los ítems 1, 2, 3, 8, 11, 12 y 14 a la dimensión negativa o de distrés.

Validez:

La validez de un instrumento está propuesta para demostrar cuan preciso y eficaz es en la medición de uno o varios constructos. Se estableció la validez, para poder identificar factores de riesgo y protectores de acontecimientos adversos. ($r = -0.400$; $p = 0.002$). (Guzmán y Reyes,2018)

Confiabilidad:

Para explorar la confiabilidad de la Escala de Estrés Percibido se calculó el coeficiente Alfa de Cronbach, se obtuvo como resultado 0,846, un indicativo de alta fiabilidad. Como parte del análisis de la consistencia interna del test, puede advertirse, además, que los valores del coeficiente Alfa en cada ítem por separado oscilaron entre 0,828 y 0,852. Los resultados obtenidos significan en la práctica que, debido a la alta consistencia interna que presenta el test entre sus ítems, se obtendrían resultados, evidenciándose la confiabilidad y estabilidad en los resultados de la escala en cuestión. (Guzmán y Reyes,2018)

2.3.3 Procedimiento de recolección de datos:

La investigación se realizó de manera virtual, adaptando tanto la prueba de Inteligencia Emocional de BarOn Ice, el cuestionario de Escala de Estrés Percibido – 13 (EEP) y el asentimiento informado a un archivo de Excel. En primer lugar, se tuvo contacto con la Institución Educativa, por medio de una solicitud de permiso, en el cual se explicaba el motivo de la aplicación de las pruebas antes mencionadas, así como la presentación de los miembros de la investigación.

Una vez dada la autorización, se envió el asentimiento informado por medio de un archivo Excel, en el cual se explica que la participación es voluntaria, siendo su decisión el si aceptan o no participar, asimismo, se mencionó que los cuestionarios son de forma anónima, proporcionando total confidencialidad, especificando que no habrá una entrega de resultados puesto que estas pruebas serán utilizadas únicamente con fines académicos y estadísticos.

La distribución de las pruebas, así como del asentimiento se hicieron de manera individual, cada estudiante por medio de WhatsApp tenía el archivo en donde pudo contestar a las preguntas, esto se hizo con la ayuda de los docentes, en horarios donde los estudiantes estaban conectados a las clases virtuales y tenían la posibilidad de realizar las pruebas.

La entrega de las mismas también se realizó utilizando esta red social, ya que facilitaba el proceso a nivel de orden y rapidez.

2.3.4. Análisis de datos:

Luego de aplicar la prueba de BarOn Ice, el cual consta de 60 ítems, y el cuestionario de Escala de Estrés Percibido – 13 (EEP), que consta de 13 ítems, se trabajó en una matriz de Excel 2019, donde se trasladaron y vaciaron todos los

resultados obtenidos de cada uno de los ítems de los cuestionarios; de esta manera, se cuantificaron las puntuaciones y se obtuvo la sumatoria de dichos puntajes. Posteriormente, se conoció el nivel de relación entre las variables de inteligencia emocional y estrés, mediante el coeficiente de correlación ordinal de Pearson's (r), con el objetivo de obtener el análisis descriptivo y de frecuencia de cada uno de los niveles de las pruebas. Finalmente, se utilizó la prueba de confiabilidad de Coeficiente Alfa de Cronbach, para demostrar la consistencia interna de las variables. Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, el análisis de los datos se desarrolló con el programa JASP, el cual facilitó la búsqueda correlacional de las variables.

2.3.5. Consideraciones éticas.

Se creó un consentimiento informado por medio de una matriz en Excel”, el cual fue establecido teniendo en cuenta las condiciones éticas del American Psychological Association (2010), resaltando los aspectos de la fidelidad y responsabilidad, la integridad, la justicia y el respeto de los derechos y la dignidad de las personas y, sobre todo, la beneficencia y no maleficencia. Cabe resaltar que, al llenar dicho formulario, los adolescentes del colegio secundario no tuvieron que brindar ningún tipo de información personal, por lo que fue totalmente anónimo y su identidad estuvo segura y, por ende, existió la garantía de privacidad y confidencialidad respecto a los datos de los adolescentes participantes en el cuestionario. De igual manera, se expresó que no se revelaría ni haría entrega de los resultados del estudio a los participantes.

CAPÍTULO III. RESULTADOS.

Tabla 1

Relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en adolescentes.

Variable		Total IE	Total EEP
1. Total IE	Pearson's r	—	
	p-value	—	
2. Total EEP	Pearson's r	-0.108	—
	p-value	0.465	—

Nota: Datos obtenidos del análisis correlacional.

En la tabla 1, se responde a la primera pregunta de la investigación, ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020?, mostrando los resultados, en donde la correlación entre estrés percibido y la inteligencia emocional es de -0.108, lo que explica que es una correlación inversa, de muy baja intensidad, es decir, a mayor estrés percibido es menor la inteligencia emocional.

Tabla 2

Relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en adolescentes según su sexo.

Variable			Total IE	Total EEP
Femenino	1. Total IE	Pearson's r	—	
		p-value	—	
	2. Total EEP	Pearson's r	-0.010	—
		p-value	0.963	—
Masculino	1. Total IE	Pearson's r	—	
		p-value	—	
	2. Total EEP	Pearson's r	-0.215	—
		p-value	0.301	—

Nota: Datos obtenidos del análisis correlacional.

En la tabla 2, se responde a la segunda pregunta de la investigación, ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en ciudad de Cajamarca, 2020; según su sexo?, mostrando los resultados, en donde la correlación entre estrés percibido y la inteligencia emocional en el sexo femenino es de -0.010, lo que explica que es una correlación inversa, con una intensidad nula.

De la misma manera, la correlación de estrés percibido y la inteligencia emocional en el sexo masculino es de -0.215, lo que explica que es una correlación inversa, con una intensidad débil.

En ambos casos a mayor estrés percibido menor será la inteligencia emocional, presentándose con más intensidad en los estudiantes de sexo masculino.

Tabla 3

Relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en adolescentes según su rango de edad.

Rango de edad	Variable		Total EEP	Total IE
12 - 14	1. Total EEP	Pearson's r	—	
		p-value	—	
	2. Total IE	Pearson's r	-0.006	—
		p-value	0.979	—
15 - 17	1. Total EEP	Pearson's r	—	
		p-value	—	
	2. Total IE	Pearson's r	-0.179	—
		p-value	0.370	—

Nota: Datos obtenidos del análisis correlacional.

En la tabla 3, se responde a la tercera pregunta de la investigación ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en ciudad de Cajamarca, 2020; según su rango de edad?, mostrando los resultados, en donde la correlación entre estrés percibido y la inteligencia emocional en los intervalos de edad de 12 a 14 años de edad es de -0.006, lo que explica que es una correlación inversa, con una intensidad nula.

De la misma manera, la correlación de estrés percibido y la inteligencia emocional en los intervalos de edad de 15 a 17 años de edad es de -0.179, lo que explica que es una correlación inversa, con una intensidad débil.

En ambos casos a mayor estrés percibido menor será la inteligencia emocional, presentándose con más intensidad en los estudiantes con intervalos de edad de entre 15 a 17 años.

Tabla 4

Relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en adolescentes según su grado académico.

Grado	Variable		Total EEP	Total IE
1°	1. Total EEP	Pearson's r	—	
		p-value	—	
	2. Total IE	Pearson's r	0.404	—
		p-value	0.735	—
2°	1. Total EEP	Pearson's r	—	
		p-value	—	
	2. Total IE	Pearson's r	0.381	—
		p-value	0.751	—
3°	1. Total EEP	Pearson's r	—	
		p-value	—	
	2. Total IE	Pearson's r	-0.211	—
		p-value	0.617	—
4°	1. Total EEP	Pearson's r	—	
		p-value	—	
	2. Total IE	Pearson's r	-0.598	—
		p-value	0.287	—
5°	1. Total EEP	Pearson's r	—	
		p-value	—	
	2. Total IE	Pearson's r	-0.598	—
		p-value	0.287	—

Nota: Datos obtenidos del análisis correlacional.

En la Tabla 4, se responde a la cuarta pregunta de la investigación ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en ciudad de Cajamarca, 2020; según su grado académico?, mostrando los resultados, en donde la correlación entre estrés percibido y la inteligencia emocional en primer grado es de 0.404, lo que explica que es una correlación directa, con una intensidad moderada.

De la misma manera, en estudiantes del segundo grado la correlación entre estrés percibido y la inteligencia emocional es de 0.381, evidenciando una correlación directa, con una intensidad moderada.

De manera seguida, en estudiantes del tercer grado la correlación entre estrés percibido y la inteligencia emocional es de -0.211, evidenciando una correlación inversa, con una intensidad débil.

Asimismo, en estudiantes del cuarto grado la correlación entre estrés percibido y la inteligencia emocional es de -0.598, evidenciando una correlación inversa, con una intensidad fuerte.

Finalmente, en estudiantes del quinto grado la correlación entre estrés percibido y la inteligencia emocional es de -0.598, evidenciando una correlación inversa, con una intensidad fuerte.

Podemos evidenciar que en grados superiores existe una intensidad más elevada en función a la correlación inversa entre estrés percibido y la inteligencia emocional, evidenciando que, a mayor estrés percibido, menor será la inteligencia emocional.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1. Discusión.

Los resultados obtenidos muestran una correlación inversa entre las variables de estrés percibido y la inteligencia emocional con una intensidad baja alcanzando un puntaje de -0.108, evidenciando que a mayor estrés percibido menor será la inteligencia emocional. Dicho enunciado está respaldando investigaciones como las de Cachay (2015), cuando realizó un trabajo de investigación buscando identificar la inteligencia emocional y su relación con el estrés percibido en estudiantes de secundaria, donde explica que, a mayor estrés percibido en el individuo, menor será el nivel total de inteligencia emocional. Dicha investigación comparte características esenciales con la presente en cuanto a variables de estudio y población en general, evidenciando que los resultados son muy similares reforzando la hipótesis general de la presente investigación.

Este resultado es generado por las mismas características de la población, al realizar este estudio con adolescentes que en la actualidad están pasando por procesos poco habituales, como la importancia que le atribuyen ahora a factores como el nivel de interacción con sus pares, el tener una imagen atractiva hacia el sexo opuesto, el tener que preocuparse por actividades académicas cada vez más complejas, o el mismo hecho de tener que buscar una identidad propia, etc., siendo factores generan grandes cantidades de estrés, al no poder adaptarse de manera óptima y no tener una inteligencia emocional adecuada para afrontarlo. Como menciona Guzmán y Reyes (2018), el generar estos procesos de adaptación requieren nuevas formas de organización, moldeado de comportamientos e interacción social, situaciones que en la actualidad no pueden desarrollarse con total normalidad.

Asimismo, se ha podido evidenciar que la correlación inversa entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en el sexo masculino tiene una intensidad más fuerte en comparación al sexo femenino, alcanzando un puntaje de -0.215, contrastando de manera muy notoria con investigaciones como la de Martínez (2012), quien realizó un estudio donde menciona que las mujeres tienen el doble de probabilidad que los hombres de experimentar emociones negativas ante situaciones de estrés, desde la infancia hasta la edad adulta.

Esto nos hace tener una nueva perspectiva en función a los resultados obtenidos, en donde los participantes del sexo masculino muestran una mayor intensidad en la relación inversa. Dichos resultados pueden ser explicados por Abdullah (2010), que reveló resultados que señalan que cuando de inteligencia emocional se habla, las mujeres presentan apreciaciones sumamente superiores a los de los hombres, esto debido a una formación por parte del contexto en el cual se desarrollan, en donde se le atribuye al sexo femenino un lado más humano y comprensivo, ligado de manera directa con las emociones y su entendimiento, generando una libertad extensa para el poder desarrollar sin limitantes el desarrollo emocional, ya que se espera que puedan generar ese tipo de lazos; por otra parte, los individuos del sexo masculino dentro del mismo contexto están limitados a desarrollar de manera más acertada esta capacidad, pues muchas veces se trata de desligar las emociones del accionar que ejercen, creyendo que esto solamente es una cualidad del sexo femenino. Justamente por ello, se consideró importante trabajar variables según el sexo por las distintas disparidades presentes en dichas teorías.

También, se ha podido evidenciar que la correlación inversa entre el estrés percibido y la inteligencia emocional las variables de edad que mantienen una intensidad más fuerte son la de 15 a 17 años, en relación a las de 12 a 14 años.

De igual manera, se ha podido evidenciar que la correlación inversa entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los distintos grados de edad, dando como resultado que en grados superiores como en cuarto y quinto existe una intensidad más elevada, en ambos grados se obtiene un puntaje de -0.598, lo que refiere que, a mayor inteligencia emocional presentada en estos, será menor el estrés percibido.

Esto se refuerza con el estudio realizado por Navarro et al., (2020), donde menciona que la construcción de la inteligencia emocional y el manejo adecuado generado por factores como la experiencia; y a Aguilar (2014), mencionando que la inteligencia emocional hace posible que una persona aproveche las emociones para lidiar de una manera más eficaz con el estrés, ya que, este es una consecuencia de las emociones que se producen ante determinados estímulos.

Mostrando así que estudiantes con mayor experiencia como lo son los estudiantes de cuarto y quinto grado pueden tener un mejor control del estrés percibido, el presente resultado era esperado en el contexto evaluado, debido a que la madurez emocional aumenta con la edad, generando que estos adolescentes generen mayor estabilidad y puedan controlar el estrés generado.

El principal limitante de la presente investigación fue el no poder establecer contacto directo con cada uno de los estudiantes evaluados, esto ha podido ser un factor esencial en el desarrollo de las pruebas de manera adecuada y, por lo tanto, de los resultados obtenidos.

Por otro lado, que dicha investigación será un aporte relevante para futuros investigadores por la basta información teórica de autores representativos para las variables a estudiar, asimismo, se considera que las herramientas de recojo de información han sido un punto clave para desarrollar el presente trabajo de forma óptima y eficiente.

De la misma forma, dicha investigación nos ha permitido comprender de manera clara la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes, por lo que dicha información es altamente sustancial en el ámbito psicológico como educativo donde, muchas veces no se le da la relevancia apropiada a no poder desarrollar una inteligencia emocional adecuada ni el poder alcanzar un manejo del estrés idóneo, generando no solo problemas a nivel académico, sino también, repercutiendo en distintas áreas de desarrollo del adolescente, como podría ser el familiar y el social; por ende, es de gran importancia tener en cuenta el desarrollo de la inteligencia emocional en los adolescentes y el estrés que se puede generar en ellos. Por consiguiente, la investigación será la base para la construcción de planes educativos que no solo se enfoquen en priorizar la enseñanza de conocimientos a los estudiantes, sino que también, puedan tener en cuenta su salud mental y la importancia de esta en el ámbito académico.

Finalmente, se recomienda a futuros investigadores tratar de mantener un contacto directo con la población a estudiar, para generar mayor compromiso con el desarrollo de las evaluaciones; además, cumplir con el cronograma establecido será fundamental para evitar tener dificultades o retrasos en la investigación; asimismo, el poder adicionar en mayor medida investigaciones nacionales donde la población comparta de manera muy similar factores como el contexto social, nos proporcionará una idea más clara del porqué de los resultados obtenidos, mejorando el análisis de los resultados y, por ende, el contraste que se podría realizar; de la misma forma, utilizar información lo más actualizada posible, ya que mantendrá al proyecto vigente y significativo para futuras investigaciones.

4.2. Conclusiones.

- La relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020, mantienen una correlación inversa con una intensidad baja.
- La relación existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes según su sexo, mantienen una correlación inversa, presentándose con más intensidad en los estudiantes de sexo masculino.
- La relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional, en adolescentes según intervalos de edad de 12 a 14 años y 15 a 17 años, es una correlación inversa, presentándose con más intensidad en los estudiantes con intervalos de edad de entre 15 a 17 años.
- La relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes según su grado académico, en primer y segundo grado presentan correlaciones directas; mientras que, en tercero, cuarto y quinto grado muestran una correlación inversa.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abdullah, M., Elias, H., Mahyuddin, R., y Jegak, U. (2010): Emotional intelligence and academic achievement among Malaysian secondary students. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 19 (3-4), 105-121. www.pjprnip.edu.pk
- Aguilar, M.; Gil Llanes, Orlando, F., Pinto, V.; Quijada, C.; Zúñiga, C. (2014). Inteligencia emocional, estrés, autoeficacia, locus de control y rendimiento académico en universitarios, México. *Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología A.C. Xalapa*, 19 (1), 21-35. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29232614002>.
- American Psychological Association (APA). (2010). Principios éticos de los psicólogos y código de conducta. *Facultad de psicología, Universidad de buenos aires*. http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf
- Azurduy, R. (2012). La inteligencia emocional en adolescentes del segundo curso de secundaria de la Unidad Educativa "Germán Busch". *Revista de Psicología*, 8 (1), 1-10. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322012000200004.
- Buitrago Bonilla, R. E., Herrera Torres, L., y Cárdenas Soler, R. N. (2019). Coeficiente emocional en niños y adolescentes de Boyacá, Colombia. Estudio comparativo. *Praxis y Saber*, 10 (24), 10-25. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S221601592019000300045&lang=es.

- Cachay, W. (2015). *Relación entre el Clima Social Familiar y la Inteligencia Emocional de los alumnos de quinto grado de nivel secundaria de la I.E.P “virgen de la puerta”, castilla 2015*. [Tesis de título profesional en Psicología]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Piura. Piura. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1759/CLIMA_SOCIAL_FAMILIAR_INTELIGENCIA_EMOCIONAL_GONZAGA_CUMBICUS_LIA_MARIEL.pdf?sequence=1&isAllowed0w.
- Del Pino Peña, R., y Aguilar Fernández, M. (2013). La inteligencia emocional como una herramienta de la gestión educativa para el liderazgo estudiantil. *Cuadernos de Administración*, 29 (50), 132-141. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=225029797003>
- Escajadillo, A. (2018). *Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018*. [Tesis de título profesional]. Universidad César Vallejo, Lima, Perú. http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadillo_PAV.pdf?sequence1.
- Ferragut, M. y Fierro, A. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(3),95-104. [fecha de Consulta 14 de Julio de 2020]. ISSN: 0120-0534. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=805/80525022008>
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. España. Editorial Kairós, S.A. Obtenido de: https://books.google.com.pe/books/about/Inteligencia_emocional.html?id=YuybDw

AAQBAJ&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y#v=onepage
&q&f=false.

Gil Olarte, P., Gómez Molinero, R., y Ruiz González, P. (2019). Inteligencia emocional y ansiedad en mujeres. *INFAD*, 4 (1), 1-12.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851782043>.

Guzmán, J. y Reyes, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología*. 36(2), 721-750.

Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, M. (2010). Metodología de la investigación. México: *Mc Graw Hill*.
https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf

Hernández-Vargas, C. I., y Dickinson-Bannack, M. E. (2014). Importancia de la inteligencia emocional en medicina. *Investigación en educación médica*, 1 (1), 155-160.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349733966006>.

Isaza-Zapata, G. M., y Calle-Piedrahíta, J. S. (2016). Un acercamiento a la comprensión del perfil de la Inteligencia Emocional. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (1), 331-335.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77344439022>.

Macías, M. A., Madariaga Orozco, C., Valle Amarís, M., y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30 (1), 123-145.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007>.

- Manrique Solana, R. (2015). La cuestión de la inteligencia emocional. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 35 (128), 801-814. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265045386008>.
- Martínez, A. E., Piqueras, J. A., y Inglés, C. J. (2011). Relaciones entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés. *Revista electrónica de motivación y emoción*, 37 (1), 20-21. <http://www.javiercastilloformacion.com/wp-content/uploads/2016/11/Relaciones-entre-Inteligencia-Emocional-y-Estrategias.pdf>
- Navarro Saldaña, G., Flores-Oyarzo, G., y González Navarro, M. G. (2020). Construcción y Estudio psicométrico de un instrumento para evaluar inteligencia emocional en estudiantes chilenos. *Revista de estudios y experiencias en educación*, 19 (39), 1-14. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-51622020000100029&lang=es.
- Muntané, J. (2010). Introducción a la investigación básica. *RAPD Online*, 33(3), 221 - 227. https://www.researchgate.net/publication/341343398_Introduccion_a_la_Investigacion_basica
- Oliveros, V. (2018). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra. *Redalyc*, 42 (93), 1-12. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3761/376157736006/index.html>.
- Pérez, J. (2013). Inteligencia emocional y logro de capacidades. *UCV-HACER. Revista de investigación y cultura*, 2 (1), 58-70. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=521752180008>.

- Rodríguez, H., Luján, I., Díaz, C., y Rodríguez, T. (2018). Satisfacción familiar, comunicación e inteligencia emocional. *INFAD, Revista de Psicología*, 1 (1), 1-12.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349855553013>.
- Ruiz, P., Esteban, C., y Felipe, R. (2018). Inteligencia emocional, género y clima familiar en adolescentes peruanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 21 (2), 2-21.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552018000200188&lang=es.
- Serrano, C. y Andreu, Y. (2016). Inteligencia emocional percibida, bienestar subjetivo, estrés percibido, engagement y rendimiento académico de adolescentes. *Universidad de Valencia*,
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/166964/14887-60194-3-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Trujillo, M. (2020) *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una institución educativa de Puente Piedra, 2019*. [Tesis de título profesional]. Universidad César Vallejo. Lima, Perú.
http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41476/Trujillo_MF.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ugarriza, N., y Ecurra, M. (2018). *Resiliencia, funcionamiento familiar, inteligencia socioemocional en mujeres maltratadas por su pareja y que asisten a un Centro de Emergencia Mujer de Surco*. Universidad Ricardo Palma.
<https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/2209/INFORME%20FINAL%202018.%20nelly.%20REV%20TURNITIN%20REORDENADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ugarriza, N., y Pajares, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Persona*, núm. 8, 2005, pp. 11-58. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001.pdf>

Yarlequé, L. A., Javier, L., y Monroe, J. D. (2016). Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín. *Horizonte de la Ciencia*, 1 (1), 173-184. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/5709/570960870017/index.html>.

ANEXOS:

Anexo N°1: Acta de autorización de la I.E.



CARTA DE AUTORIZACIÓN DE USO DE INFORMACIÓN DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, PARA OBTENCIÓN DEL TÍTULO PROFESIONAL

Yo, Matilde Margarita Lizano Aldave, identificada con DNI N°26646329, en mi calidad de directora de la Institución Educativa “Miguel González Chávez”, ubicada en Cajamarca.

OTORGO LA AUTORIZACIÓN,

A los jóvenes Martínez Lizano Christian Alexander, identificado con DNI N°71221173 y Valdivieso Rodríguez Luciana de los Milagros, identificada con DNI N°70237191, estudiantes de la carrera de Psicología, en la Universidad Privada del Norte (UPN), para que utilicen la siguiente información de la Institución:

Datos generales de la Institución, datos personales de la directora a cargo de la Institución y números telefónicos para el contacto directo con los estudiantes.


Con la finalidad de que se pueda desarrollar el trabajo de Investigación denominado “ESTRÉS E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE UN COLEGIO NACIONAL EN LA CIUDAD DE CAJAMARCA, 2020”, que tiene como objetivo medir la relación que existe entre el estrés y la inteligencia emocional de los estudiantes del nivel secundario; para optar al título profesional de licenciadas en psicología.

Si el representante que autoriza la información de la Institución Educativa, solicita mantener el nombre o cualquier distintivo de la Institución en reserva, marque con una “X” la opción seleccionada.

(x) Mantener en Reserva el nombre o cualquier distintivo de la Institución Educativa “Miguel González Chávez”.



Matilde Margarita Lizano Aldave
DNI: 26646329


Christian Alexander Martínez Lizano
DNI: 71221173


Luciana de los Milagros Valdivieso Rodríguez
DNI: 70237191

Los datos emitidos en esta carta y en el Trabajo de Investigación, son auténticos. En caso de comprobarse la falsedad de datos, el Egresado será sometido al inicio del procedimiento disciplinario correspondiente; y asimismo, asumirá toda la responsabilidad ante posibles acciones legales que la Institución Educativa, otorgante de información, pueda ejecutar.

Anexo N°2: Ficha Técnica: Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE:NA.

Ficha técnica del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE:NA.	
Nombre	Inventario de inteligencia emocional de BarOnICE: NA
Autor	Reuven BarOn
Procedencia	Toronto – Canadá
Adaptación Peruana	Nelly Urgarriza y Liz Pajares
Administración	Individual y colectiva
Formas	Forma completa y forma abreviada
Duración	Sin límite de tiempo
Aplicación	Niños y Adolescentes de 7 y 18 años
Puntuación	Calificación computarizada
Significación	Evaluación de las habilidades emocionales y sociales
Tipificación	Baremos peruanos

Anexo N°3: Inventario emocional BarOn ICE.

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE: NA - COMPLETA

Adaptado por
Nelly Ugarriza Chávez
Liz Pajares Del Aguila



INSTRUCCIONES

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

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

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es "Rara vez", haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1.	Me gusta divertirme.	1	2	3	4
2.	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	1	2	3	4
3.	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	1	2	3	4
4.	Soy feliz.	1	2	3	4
5.	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
6.	Me es difícil controlar mi cólera.	1	2	3	4
7.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
8.	Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
9.	Me siento seguro (a) de mi mismo (a).	1	2	3	4
10.	Sé cómo se sienten las personas.	1	2	3	4
11.	Sé como mantenerme tranquilo (a).	1	2	3	4
12.	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	1	2	3	4
13.	Pienso que las cosas que hago salen bien.	1	2	3	4
14.	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
15.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
16.	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	1	2	3	4
17.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1	2	3	4
18.	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
19.	Espero lo mejor.	1	2	3	4
20.	Tener amigos es importante.	1	2	3	4
21.	Peleo con la gente.	1	2	3	4
22.	Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
23.	Me agrada sonreír.	1	2	3	4

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
24.	Intento no herir los sentimientos de las personas.	1	2	3	4
25.	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	1	2	3	4
26.	Tengo mal genio.	1	2	3	4
27.	Nada me molesta.	1	2	3	4
28.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
29.	Sé que las cosas saldrán bien.	1	2	3	4
30.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
31.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
32.	Sé cómo divertirme.	1	2	3	4
33.	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4
34.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
35.	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
36.	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
37.	No me siento muy feliz.	1	2	3	4
38.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	1	2	3	4
39.	Demoro en molestarme.	1	2	3	4
40.	Me siento bien conmigo mismo (a).	1	2	3	4
41.	Hago amigos fácilmente.	1	2	3	4
42.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
43.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
44.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
45.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
46.	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	1	2	3	4
47.	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	1	2	3	4
48.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
49.	Par mí es difícil esperar mi turno.	1	2	3	4
50.	Me divierte las cosas que hago.	1	2	3	4
51.	Me agradan mis amigos.	1	2	3	4
52.	No tengo días malos.	1	2	3	4
53.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
54.	Me disgusto fácilmente.	1	2	3	4
55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
56.	Me gusta mi cuerpo.	1	2	3	4
57.	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.	1	2	3	4
58.	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
59.	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	1	2	3	4
60.	Me gusta la forma como me veo.	1	2	3	4

Gracias por completar el cuestionario.

Anexo N°4: Adaptación virtual del Inventario emocional BarOn ICE.

INSTRUCCIONES
 En el Casillero **Respuesta**, anote el puntaje que Ud. considere se acerca a su modo de pensar. Emplee los siguientes criterios:
 Ponga 1: Si la frase coincide **MUY RARA VEZ**
 Ponga 2: Si la frase coincide **RARA VEZ**
 Ponga 3: Si la frase coincide **A MENUDO**
 Ponga 4: Si la frase coincide **MUY A MENUDO**

Nº	Pregunta	Respuesta
1	Me gusta divertirme.	
2	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se	
3	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	
4	Soy feliz.	
5	Me importa lo que les sucede a las personas.	
6	Me es difícil controlar mi cólera.	
7	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	
8	Me gustan todas las personas que conozco.	
9	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).	
10	Sé cómo se sienten las personas.	
11	Sé como mantenerme tranquilo (a).	
12	Intento usar diferentes formas de responder las	
13	Pienso que las cosas que hago salen bien.	
14	Soy capaz de respetar a los demás.	
15	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	
16	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	
17	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	
18	Pienso bien de todas las personas.	
19	Espero lo mejor.	
20	Tener amigos es importante.	

21	Peleo con la gente.	
22	Puedo comprender preguntas difíciles.	
23	Me agrada sonreír.	
24	Intento no herir los sentimientos de las personas.	
25	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo	
26	Tengo mal genio.	
27	Nada me molesta.	
28	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	
29	Sé que las cosas saldrán bien.	
30	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	
31	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	
32	Sé cómo divertirme.	
33	Debo decir siempre la verdad.	
34	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta	
35	Me molesto fácilmente.	
36	Me agrada hacer cosas para los demás.	
37	No me siento muy feliz.	
38	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los	
39	Demoro en molestarme.	
40	Me siento bien conmigo mismo (a).	
41	Hago amigos fácilmente.	
42	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago	

Pruebas - Excel Christian Alexander Martínez Lizano

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué desea hacer? Compartir

Portapapeles Fuente Alineación Número Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar Edición Confidencialidad

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P
45	40	Me siento bien conmigo mismo (a).														
46	41	Hago amigos fácilmente.														
47	42	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.														
48	43	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.														
49	44	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en														
50	45	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus														
51	46	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto														
52	47	Me siento feliz con la clase de persona que soy.														
53	48	Soy bueno (a) resolviendo problemas.														
54	49	Para mí es difícil esperar mi turno.														
55	50	Me divierte las cosas que hago.														
56	51	Me agradan mis amigos.														
57	52	No tengo días malos.														
58	53	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.														
59	54	Me fastidio fácilmente.														
60	55	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.														
61	56	Me gusta mi cuerpo.														
62	57	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por														
63	58	Cuando me molesto actúo sin pensar.														
64	59	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen														
65	60	Me gusta la forma como me veo.														
66																

Hoja3 Hoja1 Hoja2

100%

Anexo N°5: Ficha Técnica: Escala de Estrés Percibido

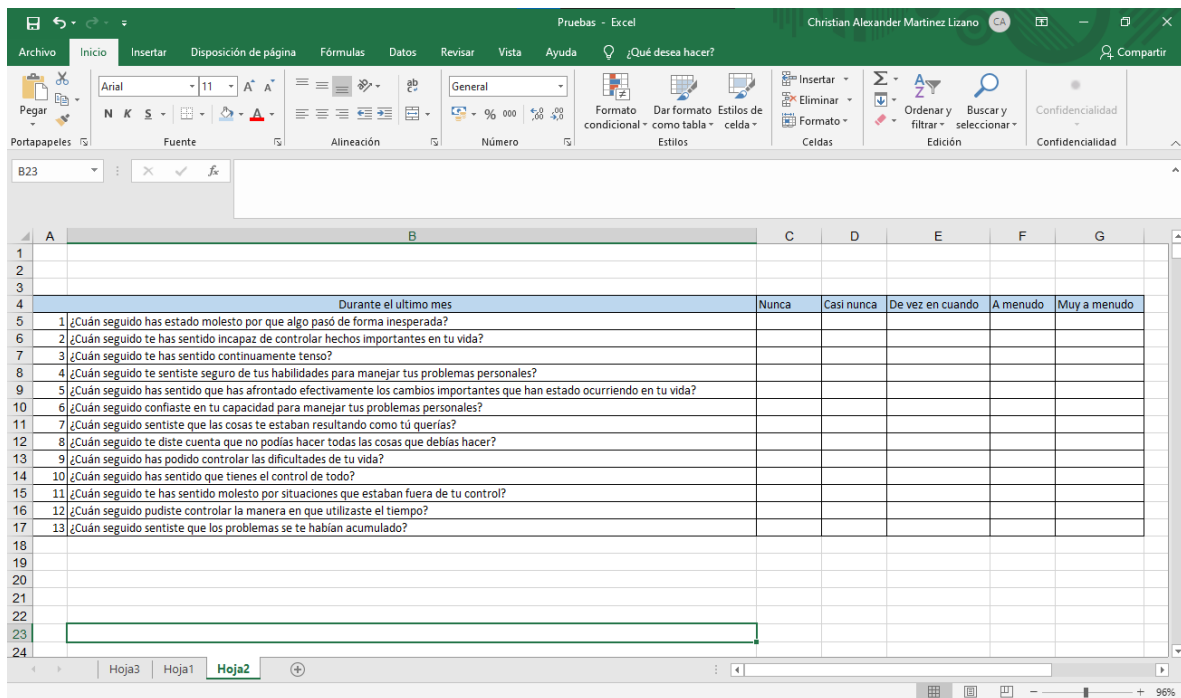
Escala de Estrés Percibido (13 ítems)	Versión adaptada	Original
Nombre	Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS).	Perceived Stress Scale
Autor	Remor, E.	Cohen, S.
Duración	No especifica.	No especifica.
Edad de aplicación	12 años – 30 años	18 años – 30 años
Referencia	Remor, E., Psychometric properties of a European Spanish version of the Perceived Stress Scale (PSS). <i>Ansiedad y estrés</i> . 2001;7(2-3):195–201	Cohen S, Kamarack T, Mermelstein R. 1983. A global measure of perceived stress. <i>Journal of Health and Social Behavior</i> 24:385–396 DOI 10.2307/2136404

Correspondencia	Departamento de Psicología Biológica y de la Salud, Facultad de Psicología, C/Ivan Pavlov, 6, Universidad Autónoma de Madrid, Ciudad Universitaria de Cantoblanco, 28049 Madrid, Spain. www.uam.es/psico&salud eduardo.remor@uam.es	Department of Psychology, Carnegie-Mellon University, Pittsburgh, PA 15206. scohen@cmu.edu
------------------------	---	---

Anexo N°6: Escala de Estrés Percibido – 13 (EEP)

Durante el último mes		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre
1	¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?					
2	¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
3	¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?					
4	¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?					
5	¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?					
6	¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?					
7	¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?					
8	¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?					
9	¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?					
10	¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?					
11	¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?					
12	¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?					
13	¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?					

Anexo N°7: Adaptación virtual de la Escala de Estrés Percibido – 13 (EEP)



The screenshot displays a Microsoft Excel spreadsheet titled "Pruebas - Excel" with the user name "Christian Alexander Martínez Lizano". The spreadsheet is organized into columns A through G and rows 1 through 24. The data is as follows:

	A	B	C	D	E	F	G
1							
2							
3							
4		Durante el último mes	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
5	1	¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?					
6	2	¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
7	3	¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?					
8	4	¿Cuán seguido te sientes seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?					
9	5	¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?					
10	6	¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?					
11	7	¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?					
12	8	¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?					
13	9	¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?					
14	10	¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?					
15	11	¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?					
16	12	¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?					
17	13	¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?					
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							

Anexo N°8: Matriz de consistencia y cronograma.

CAPÍTULO III. MATRIZ DE CONSISTENCIA Y CRONOGRAMA

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES	Dimensiones y factores	Instrumentos de recolección de datos	Metodología
---------------------------------	------------------	------------------	------------------	-------------------------------	---	--------------------

<p>¿Cuál es la relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020?</p>	<p>Objetivo General: Determinar la relación que existe entre el estrés y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.</p>	<p>Hipótesis alterna: El estrés mantiene una relación inversa con la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.</p>	<p>Inteligencia emocional: Goleman (1995), definió la inteligencia emocional como la capacidad para reconocer y manejar nuestros propios sentimientos, motivarnos y monitorear nuestras relaciones</p>	<p>- Marcadamente Alta -Muy Alta -Alta - Promedio -Baja -Muy Baja - Marcadamente Baja</p>	<p>Cuestionario de ítems adaptados de la prueba BarOn ICE</p>	<p>Tipo de investigación: La presente investigación de tipo aplicada.</p> <p>Enfoque: En la presente investigación, se trabajará con un enfoque cuantitativo.</p> <p>Diseño de investigación: El diseño de la presente investigación, es de modo no experimental, pues no se influenciará a la población para la medición de las variables; asimismo, se hará de una forma transversal, debido a que la</p>
--	---	--	---	---	---	--

<p>¿Cuál es la relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en ciudad de Cajamarca, 2020; según su sexo?</p>	<p>Objetivos específicos: Identificar la relación entre el estrés y la inteligencia emocional con intervalos de edad entre 12 a 14 años y 15 a 17 años en adolescentes en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.</p>	<p>Hipótesis nula: El estrés y la inteligencia emocional no mantienen ninguna relación en los adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.</p>			<p>medición se realizará en un solo momento en el tiempo.</p> <p>Población y muestra</p> <p>Población: La población del estudio son los adolescentes del nivel secundario en un colegio nacional de la ciudad de Cajamarca, cuyas edades oscilan entre los 12 a los 17 años de edad, de diferentes sexos, distribuidos en distintos grados de estudio.</p> <p>Muestra: Esta selección se realizará mediante un tipo de muestreo no probabilístico (Hernández et al., 2010), lo cual permitirá facilitar el trabajo de investigación y el recojo de información, esto debido a la problemática actual que se vive de manera global, dificultando un muestreo</p>
--	---	---	--	--	--

<p>¿Cuál es la relación entre el estrés percibido y la inteligencia emocional, según intervalos de edad de 12 a 14 años y 15 a 17 años, en adolescentes de un colegio nacional en ciudad de Cajamarca, 2020?</p>	<p>Objetivo específico: Describir la relación entre el estrés y la inteligencia emocional por grados independientes en los adolescentes en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.</p>					<p>aleatorio en las instituciones educativas, por otro lado, la muestra será una parte representativa de dicha población los cuales compartirán características esenciales en relación a la edad y nivel de educación, siendo estudiantes del nivel secundario que oscilan entre los 12 a los 17 años de edad, de ambos sexos, distribuidos en distintos grados de estudio en un colegio nacional de la ciudad de Cajamarca.</p>
--	--	--	--	--	--	--

<p>¿Cuál es la relación que existe entre el estrés percibido y la inteligencia emocional en los adolescentes de un colegio nacional en ciudad de Cajamarca, 2020; según su grado académico?</p>	<p>Objetivo específico: Identificar la relación del estrés y la inteligencia emocional según el sexo en los adolescentes en un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020.</p>					
---	---	--	--	--	--	--

			<p>Estres:</p> <p>Según Macías (2013), es una demanda física y/o psicológica fuera de lo habitual, que provoca un estado ansioso en un individuo, o todo un sistema, el cual puede desencadenar factores denominados estresores</p>	<p>-Bajo</p> <p>-</p> <p>Moderado</p> <p>-Alto</p>		
--	--	--	--	--	--	--