



# **Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión**

Facultad de Medicina Humana  
Escuela Profesional de Enfermería

Inteligencia emocional y mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la Institución

Educativa San Martín de Porras N° 20986, Huacho 2022

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería

Autores

Quispe Castillo, Carlos Alfredo

Sánchez Pillaca, Bladimir Daniel

Asesora

Ma. Yulissa Novali Collantes Vilchez

Huacho – Perú

2023



**Reconocimiento - No Comercial — Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

**Reconocimiento:** Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



# UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

## LICENCIADA

*(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)*

*"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"*

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

ESCUELA PROFESIONAL ENFERMERIA

### INFORMACIÓN DE METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Quispe Castillo Carlos Alfredo	71452598	15/08/2023
Sanchez Pillaca Bladimir Daniel	48400763	15/08/2023
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Collantes Vilchez Yulissa Novali	15739554	0000-0001-7315-6346
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CODIGO ORCID
Sipan Valerio Gustavo Augusto	15612829	0000- 0001-5642-3035
Villanueva Cadenas Gladis Gane	15764680	0000- 0002-9776-3391
Pablo Agama Elizabeth Judith	15580142	0009- 0008- 8347- 1735

## TESIS INFORME FINAL

### INFORME DE ORIGINALIDAD

19%	20%	9%	13%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
2	<a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	2%
3	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Fuente de Internet	2%
4	<a href="http://repositorio.unjfsc.edu.pe">repositorio.unjfsc.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
6	<a href="http://repositorio.upt.edu.pe">repositorio.upt.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion Trabajo del estudiante	1%
8	<a href="http://repositorio.uancv.edu.pe">repositorio.uancv.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
9	<a href="http://repositorio.uss.edu.pe">repositorio.uss.edu.pe</a> Fuente de Internet	

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSE FAUSTINO SANCHEZ CARRION**

**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y MECANISMO DE AFRONTAMIENTO EN  
ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN MARTIN DE PORRAS**

**N° 20986, HUACHO 2022.**

**QUISPE CASTILLO, CARLOS ALFREDO**

**SANCHEZ PILLACA, BLADIMIR DANIEL**

**PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

**ASESOR: Ma. YULISSA NOVALI COLLANTES VICHEZ**

## **DEDICATORIA**

A mis padres, por ser el soporte y ayuda  
en todo momento para terminar mi  
carrera profesional.

A mi esposa e hijo que fueron mi  
inspiración y lucha constante en todo ese  
camino.

Carlos

A todas las personas que me  
apoyaron e hicieron posible que este  
trabajo se realice con éxito.

Daniel

## AGRADECIMIENTO

A Dios por ser mi ayuda y brindarme fuerza  
e impulso para poder concluir con mi  
carrera profesional.

A mis padres, por sus enseñanzas e  
inspiración en todo este camino de  
sacrificios.

A mi esposa, e hijo por su apoyo  
incondicional y lucha en este camino.

A mi asesora, por su tiempo, ayuda y apoyo  
durante la elaboración de la tesis.

Carlos

En primer lugar les agradezco a mis padres que  
siempre me han brindado su apoyo incondicional  
para poder cumplir todos mis objetivos  
personales y académicos.

Le agradezco gratamente a mi asesora por su  
dedicación y paciencia, sin sus palabras y  
correcciones precisas no hubiese podido lograr  
llegar a esta instancia tan anhelada.

Daniel

## INDICE

<b>DEDICATORIA.....</b>	<b>vi</b>
<b>AGRADECIMIENTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>INDICE .....</b>	<b>viii</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xv</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>1</b>
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	1
1.2. Formulación del Problema.....	5
1.2.1. Problema General.....	5
1.2.2. Problemas Específicos .....	5
1.3. Objetivos de la Investigación.....	5
1.3.1. Objetivo General .....	5
1.3.2. Objetivos Específicos.....	5
1.4. Justificación de la investigación .....	6
1.5. Delimitaciones del estudio.....	8
1.6. Viabilidad del estudio.....	8
<b>CAPITULO II MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>10</b>
2.1. Antecedentes de la Investigación.....	10
2.1.1. Investigaciones internacionales.....	10
2.1.2. Investigaciones nacionales .....	13
2.2. Bases teóricas.....	18
2.3. Bases filosóficas .....	28
2.4. Definición de términos básicos.....	30
2.5. Hipótesis de investigación .....	31
2.5.1. Hipótesis General.....	31
2.5.2. Hipótesis específicas .....	31
2.6. Operacionalización de las variables.....	33
<b>CAPITULO III METODOLOGÍA .....</b>	<b>35</b>



3.1. Diseño metodológico .....	35
3.2. Población y muestra.....	36
3.2.1. Población.....	36
3.2.2. Muestra.....	36
3.3. Técnicas de recolección de datos.....	38
3.4. Técnicas para el procedimiento de la información .....	42
<b>CAPITULO IV RESULTADOS.....</b>	<b>43</b>
4.1. Análisis de resultados .....	43
4.2. Contrastación de Hipótesis .....	47
<b>CAPITULO V DISCUSIÓN .....</b>	<b>53</b>
5.1,                                      Discusión                                      de	
resultados.....	53
<b>CAPITULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>57</b>
6.1. Conclusiones.....	57
6.2. Recomendaciones .....	58
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>60</b>
7.2 Fuentes bibliográficas .....	62
7.3 Fuentes hemerográficas .....	63
7.4 Fuentes electrónicas .....	65
<b>ANEXOS .....</b>	<b>66</b>

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1	Consentimiento informado	67
Anexo 2	EQ-I Baron Emotional Quotient Inventory	68
Anexo 3	Instrumento para Evaluación de mecanismos de afrontamiento	75
Anexo 4	Tablas Complementarias	78
Anexo 5	Matriz de Consistencia	82

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Relación entre Inteligencia Emocional y Mecanismos de Afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022	43
Tabla 2	Relación de las dimensiones de la inteligencia emocional y mecanismos de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022.	45
Tabla 3	Tabla de Contrastación de Hipótesis Relación entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022.	47
Tabla 4	Tabla de Contrastación de Hipótesis Específica 1 Relación entre el componente intrapersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022.	48
Tabla 5	Tabla de Contrastación de Hipótesis Específica 2 Relación entre el componente interpersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022.	49
Tabla 6	Tabla de Contrastación de Hipótesis Específica 3 Relación entre el componente de adaptabilidad y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022.	50
Tabla 7	Tabla de Contrastación de Hipótesis Específica 4 Relación entre el manejo del estrés y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de	51

la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

Tabla 8	Tabla de Contrastación de Hipótesis Específica 5 Relación entre el componente del estado de ánimo general y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.	52
---------	---	----

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Escalas primarias, secundarias y terciarias del Modelo de Tobin, Holroyd y Reynolds	7
----------	--	---

## RESUMEN

El objetivo de nuestra investigación fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022. La metodología fue de tipo aplicada, nivel correlacional, diseño no experimental y de corte transversal, con un enfoque cuantitativo, cuya población estuvo compuesta de 382 adolescentes y la muestra de 192, siendo la técnica de recolección de datos la encuesta y un cuestionario., en el estudio se comprobó que existe relación entre ambas variables mediante la prueba de correlación Rho-Spearman, cuyo valor de significancia es menor de 0.05, con lo cual se explica que la inteligencia emocional, de acuerdo a sus componente, en el intrapersonal, adaptación, manejo de estrés y estado de ánimo general, se relacionan de forma directa y con valor de significancia baja con las habilidades de afrontamiento para resolver problemas, es por esto que se debe trabajar en el autoconocimiento de las emociones, a aprender adaptarse a los cambios y ser más flexibles. Además, manejar el estrés y manejar la empatía, motivarse, mantener el autocontrol, el entusiasmo y el manejo de las emociones. Y en el componente interpersonal, con valor de significancia moderada lo que indica que los alumnos manejan las emociones fuertes y saben controlar sus impulsos. Por lo que La conclusión fue que la inteligencia emocional se relaciona de forma significativa con el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022

*Palabras clave:* Inteligencia emocional, intrapersonal, interpersonal, adaptación, manejo de estrés, mecanismos de afrontamiento

## **ABSTRACT**

The objective of our research was to determine the relationship between emotional intelligence and the coping mechanism in adolescents of the I.E. San Martin de Porras N° 20986 Huacho 2022. The methodology was of the applied type, correlational level, non-experimental and cross-sectional design, with a quantitative approach, whose population was composed of 382 adolescents and the sample of 192, being the collection technique of data the survey and a questionnaire., in the study the relationship of both variables was verified by means of the Rho-Spearman correlation test, whose significance value is less than 0.05, which explains that emotional intelligence, according to Its components, in the intrapersonal, adaptation, stress management and general mood, are directly related and with low significance value with coping skills to solve problems, which is why work should be done on self-knowledge of the emotions, to learn to adapt to changes and be more flexible. Also, manage stress and manage empathy, motivate yourself, maintain self-control, enthusiasm and manage emotions. And in the interpersonal component, with a value of moderate significance, which indicates that the students handle strong emotions and know how to control their impulses. Therefore, the conclusion was that emotional intelligence is significantly related to the coping mechanism in adolescents of the I.E. San Martin de Porras No. 20986 Huacho 2022

*Keywords:* Emotional intelligence, intrapersonal, interpersonal, adaptation, stress management, coping mechanisms

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación indica la relación que existe entre la inteligencia emocional y los mecanismos de afrontamiento en la I.E. San Martín de Porras N° 20986, institución educativa que, tras recibir clases virtuales durante 2 años, se observó riesgos sobre la formación de habilidades y fomento de capacidades que permitan lograr desarrollar las relaciones interpersonales en el entorno educativo en relación a sus estudiantes. En ese sentido, la misma virtualidad a raíz del estado de emergencia sanitario ha conducido a que se dificulte la ejecución de estrategias que tengan en bien generar mejores habilidades de interrelación entre los estudiantes, limitándose al uso de tecnologías a partir de las clases por internet, hecho que trae consigo que muchos estudiantes no hayan logrado incrementar habilidades que les permitan generar mejoras en su inteligencia emocional, y a su vez, que se haya desencadenado con esto las estrategias de afrontamiento para poder enfrentar la realidad de manera adecuada.

Considerando este problema, el presente estudio está dividido en seis capítulos:

El Capítulo I aborda el planteamiento del problema, en cuyo contenido se describe la realidad problemática, se formula el problema, como también objetivos, justificación de la investigación, delimitaciones y la determinación de la viabilidad del estudio.

El Capítulo II, aborda el marco teórico, en el cual se hace cita diferentes antecedentes de la investigación, seguido por las bases teóricas referentes a las variables, y la definición de términos básicos, continuando con las hipótesis y la operacionalización de variables de estudio.

El Capítulo III, desarrolla la metodología, citando en este punto el diseño metodológico, nivel de investigación y enfoque, como también la determinación de la



población y muestra, técnicas de recolección de datos, técnicas para el procesamiento de datos y la respectiva matriz de consistencia.

El Capítulo IV, desarrolla los resultados tras la ejecución de la recolección de datos, presentados en forma de tablas y figuras de información, y acompañadas por su respectivo análisis, seguido por el contraste de las hipótesis.

El Capítulo V, tiene en su contenido la discusión de resultados, el cual permite realizar un contraste entre los hallazgos y los antecedentes de investigación.

El Capítulo VI, desarrolla las conclusiones y recomendaciones, las cuales determinan el cumplimiento de los objetivos y hacen sugerencia sobre acciones derivadas de los resultados.

Finalmente, se presentan las referencias y anexos del estudio.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1. Descripción de la realidad problemática

La inteligencia emocional (IE), como conjunto de habilidades es muy importante en todos los aspectos, tiene mucha importancia sobre todo en el bienestar personal y psicológico de las personas haciendo que estas puedan mejorar la gestión de sus emociones, lo que tendrá efecto positivo al tomar algunas decisiones de la vida diaria y ayudará a comprender su entorno (Puertas, Zurita y Chacón, 2020).

A nivel mundial, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, cultura y ciencia (ONU), sostuvo que el 46% de los escolares a nivel mundial tienen dificultades de aprendizaje, causado por diversos problemas emocionales y psicológicos en su desarrollo personal, repercutiendo en su conducta haciéndolos tímidos, introvertidos y con notables desventajas para relacionarse con su entorno estudiantil (Organizacion de Naciones Unidas [ONU], 2018).

Asimismo, se pudo observar que las personas que alcanzan el éxito profesional y personal tienen una personalidad regida por los siguientes parámetros: confianza en sí mismo, aceptación y valoración; quedando desfasados los individuos que solo se preocupan por su formación académica e intelectual, respaldándose en el dicho antiguamente conocido: “el intelecto es lo único que necesita el ser humano para alcanzar el éxito”. Lo cual no es cierto, es así, que se define la inteligencia emocional como la habilidad de percepción, uso, comprensión y regulación de emociones, demostrándose como un concepto relevante en el estudio psicosocial de los individuos (Vega, 2022).

De igual manera diversos estudios revelaron que la adolescencia es una etapa de vida llena de cambios y crisis, y que uno de los caracteres comunes es que el adolescente vive en

constante rebelión. Dichas actitudes de desobediencia se traducen en la falta de respeto a los padres, profesores u otra figura de autoridad; manifestándose como una disconformidad frente ellos, además de no manifestar sus reales sentimientos, en especial con sus familiares más cercanos. En otras palabras, el adolescente tiene expresiones negativas o agresivas en su accionar diario simplemente por resistirse a obedecer a la autoridad (Cahua, 2021).

Es así como la adolescencia se considera como una etapa de autoexploración y maduración, en la cual clarificarán sus ideas y procederán con la construcción de su futuro como ciudadano. Pero mientras todo esto ocurre, es muy probable que el adolescente se enfrente a desafíos, confrontaciones u obstáculos, los cuales deben ser dominados para alcanzar un desarrollo óptimo. La inteligencia emocional, puede prevenir y evitar diversos problemas en las escuelas, tales como bullying y violencia, ya que un adolescente emocionalmente inteligente, tendría mayor y mejor manejo de todo tipo de relaciones en su vida diaria (Durand, 2019).

También la inteligencia emocional se relaciona con leer nuestros propios sentimientos y mantener la capacidad de controlar los impulsos a través del razonamiento, que son comportamientos que se dan en el adolescente, una adecuada inteligencia emocional mejora el trabajo en equipo, a un mejor desempeño escolar y a tener liderazgo (Martins, 2021).

A nivel mundial en el contexto de la pandemia COVID 19 se dieron medidas restrictivas, que pudieron alterar la inteligencia emocional en el adolescente, como el aislamiento social que dio la percepción de encierro o poca libertad lo que podría generar sentimientos negativos. como algo impuesto o exagerado y esto hizo que cambiaran sus actividades que realizaban, asimismo, el alejamiento de sus amigos lo que resultaría en estrés, angustia y ansiedad en ellos (Grueso, 2020).

En un estudio en Ecuador se pudo evidenciar que lo que genera ansiedad en los adolescentes es tener bajos niveles de inteligencia emocional, el confinamiento, el tener una

familia disfuncional y problemas económicos, si el adolescente cuenta con una adecuada inteligencia emocional entonces manejará adecuadamente sus problemas familiares, académicos, sentimentales y se reducirá su ansiedad. (Cofre & Rivadeneyra, 2022).

A nivel nacional, según el Proyecto Educativo Nacional al 2021, Balance y recomendaciones 2018- 2020, sostiene que durante varias generaciones no se llegaron a desarrollar las capacidades necesarias para alcanzar un desarrollo integral y desempeñarse plenamente como ciudadanos. Uno de los factores predominantes es el nivel de inteligencia emocional que denotan los estudiantes en su estadía por las aulas escolares, el cual les permite afrontar situaciones cotidianas (Ministerio de Educación, 2021).

La inteligencia emocional (IE), se encuentra en constante evolución en los adolescentes si esta se llegara afectar podría repercutir en su bienestar psicológico (Barahona y Alegre, 2016).

En los diferentes contextos actuales en donde se necesita tener interacciones sociales se requiere tener un control emocional en las relaciones interpersonales y que se pudieron ver afectadas por la falta de esta interacción social o por no contar con una adecuada inteligencia emocional (Goleman, 1999).

De igual manera el Ministerio de Salud indica que en los colegios el 43.4% de adolescentes varones fue agredido físicamente así también el 32,4% de mujeres y esta agresión se dio por sus mismos compañeros, esto afecta su salud emocional. De ahí la importancia de realizar este tipo de estudios.

Los mecanismos de afrontamiento son definidos como aquellos esfuerzos del sujeto para reducir o aliviar los efectos causados por diferentes estresores, los cuales pueden ser psicológicos o conductuales. Es importante estudiarlos, debido a que permitirá tener un panorama amplio, para poder ayudar a los adolescentes en etapa escolar, para que así ellos puedan desarrollar estrategias que les permitan hacer frente a las exigencias del mundo

competitivo actual, potenciando sus habilidades, de tal manera que puedan fortalecer su salud psicológica permitiéndoles reaccionar con actitudes positivas y resilientes (Achahui, 2019).

Al respecto, Pillco (2021) de la Universidad de Cuenca en Ecuador hizo un estudio sobre estrategias de afrontamiento en adolescentes de la unidad educativa Miguel Merchán O. del año 2020-2021, su estudio estuvo conformado por 210 alumnos, a los cuales se les aplicó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), cuyo resultado fue que los estudiantes que no había repetido algún año académico y tenían un promedio de notas bueno o muy bueno, usaban estrategias dirigidas a la resolución del problema a través del esfuerzo personal.

Asimismo, Moreno y González (2019), realizaron una investigación sobre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en adolescentes, en Colombia; cuyo resultado fue que, los adolescentes con inteligencia emocional elevada y estrategias de afrontamiento asertivas son personas más hábiles en la percepción y comprensión de emociones propias y ajenas. Finalmente, en este estudio concluyeron, que la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento representan un factor de protección de la patología adolescente.

La motivación para llevar a cabo la presente investigación fue la situación actual que vienen atravesando los estudiantes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986, luego de recibir clases virtuales por casi 2 años, lo que hizo que exista un aislamiento prolongado de sus pares así también se podría manejar sus relaciones interpersonales negativas en su entorno educativo. Por lo tanto y, ante la problemática identificada en los párrafos anteriores con relación a los adolescentes en sus respectivas instituciones educativas, resultó importante llevar a cabo el presente trabajo de investigación.

## **1.2. Formulación del Problema**

### **1.2.1. Problema General**

¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

¿Cuál es la relación entre el componente intrapersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?

¿Cuál es la relación entre el componente interpersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?

¿Cuál es la relación entre componente de adaptabilidad y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?

¿Cuál es la relación entre el componente del manejo del estrés y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?

¿Cuál es la relación entre el componente del estado de ánimo en general y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?

## **1.3. Objetivos de la Investigación**

### **1.3.1. Objetivo General**

Determinar la relación entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

### **1.3.2. Objetivos Específicos**

Determinar la relación entre el componente intrapersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

Determinar la relación entre el componente interpersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

Determinar la relación entre el componente de adaptabilidad y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

Determinar la relación entre el componente del manejo del estrés y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

Determinar la relación entre el componente del estado de ánimo en general y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

#### **1.4. Justificación de la investigación**

##### **Conveniencia**

Mediante el desarrollo del presente trabajo de investigación, permitió identificar la relación de la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes. Cabe señalar que, los adolescentes en la etapa escolar, debido a la pandemia han experimentado diferentes situaciones, las cuales desestabilizaron sus emociones, repercutiendo de manera directa en su desempeño estudiantil académico. Se comprobó la relación de variables de esta forma poder tomar medidas para mejorarlas y así prevenir problemas psicológicos en los alumnos.

##### **Relevancia Social**

La presente investigación tiene relevancia social, ya que en las últimas décadas diversos investigadores han decidido emprender el estudio de la inteligencia emocional en diferentes contextos sociales y geográficos. Mediante esta investigación, se puede intervenir, entender y ayudar a las personas que presentan bajos niveles de IE. En este caso en particular,

se analizó a los adolescentes, post cuarentena por pandemia por el COVID-19, los cuales estuvieron por dos años aislados y regresaron a la convivencia escolar.

### **Implicancia Práctica**

En nuestra sociedad, se ha podido observar e identificar los estragos que viene dejando la actual pandemia, al conocer si los alumnos tienen déficits inteligencia emocional y déficits mecanismos de afrontamiento se informara a los directivos del colegio para que puedan intervenir en talleres y así poder fortalecer la inteligencia emocional, en adolescentes de la I.E. San Martin de Porras N° 20986.

### **Valor Teórico**

El conocimiento sobre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento resulta relevante para el desarrollo de la presente investigación. El primer lugar, se recurrió a la revisión de teorías y modelos planteados previamente por autores de renombre, las teorías y modelos, para la variable inteligencia emocional se eligió el modelo planteado por Goleman (2001), cuya teoría presenta 5 dimensiones. Para el caso de la variable estrategias de afrontamiento se eligió la teoría de Tobin et al. (1989), cuyo modelo tiene una estructura jerárquica de las estrategias de afrontamiento, compuesta por 14 subescalas, las cuales se encuentran subdivididas en 08 escalas primarias, 04 escalas secundarias y 02 escalas terciarias.

### **Utilidad Metodológica**

Tiene utilidad metodológica, ya que una vez obtenido y analizados los resultados de los cuestionarios aplicados, nos permitió la elaboración de propuestas de intervención y mejora de los niveles de inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martin de Porras N° 20986 Huacho.



Por lo tanto, la investigación puede ser utilizada por futuros investigadores, asimismo la metodología y variables podrían ser utilizadas en estudios análogos.

## **1.5. Delimitaciones del estudio**

### **Delimitación Espacial**

El estudio se desarrolló en adolescentes estudiantes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho, ubicado en prolongación Moore S/N.

### **Delimitación Temporal**

El presente trabajo de investigación se realizó desde marzo hasta octubre del año 2022.

### **Delimitación Temática**

Las variables que se desarrollaron en el presente estudio corresponden a la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho

## **1.6. Viabilidad del estudio**

### **Viabilidad técnica**

Fue viable, debido a que, se contó con todos los recursos materiales para realizar la presente investigación en adolescentes será desarrollado en la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho, además se tuvo el permiso del director de la institución educativa, también se tuvo material bibliográfico que nos sirvió de aporte en nuestro marco teórico y antecedentes.

### **Viabilidad económica**

De la misma forma, se contó con los recursos económicos propios de las tesis, no se tuvo ningún tipo de financiamiento de parte de alguna entidad pública o privada.

### **Viabilidad temporal**

La presente investigación, se llevó a cabo en un periodo determinado de tiempo, de acuerdo con lo planteado en el cronograma de actividades.

### **Viabilidad ética**

Para llevar a cabo, el desarrollo del presente trabajo de investigación, no se desarrolló ningún daño en la ética y moral del grupo de alumnos involucrados, ya que los datos recopilados, serán otorgados por los mismos adolescentes en estudio, previo uso del consentimiento informado. Dicho documento establece a groso modo que la muestra de estudio aceptará participar de forma voluntaria en el presente trabajo de investigación.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes de la Investigación.**

##### **2.1.1. Investigaciones internacionales**

Cofre y Rivadeneira (2022), en Quito, Ecuador con su investigación. La inteligencia emocional como estrategia de afrontamiento en adolescentes con problemas de ansiedad en centros de atención primaria durante la pandemia, de la Universidad Politécnica Salesiana, tuvo como objetivo sistematizar la investigación sobre el impacto de la inteligencia emocional como estrategia de afrontamiento en adolescentes con problemas de ansiedad en Centros de Atención Primaria durante la pandemia. El tipo de investigación fue descriptivo. La muestra estuvo conformada por artículos científicos y tesis correspondientes al periodo 2011-2021. Como instrumento se usaron matrices de sistematización y cuadros de resúmenes. Los resultados evidenciaron que los principales factores que inciden en los problemas de ansiedad en adolescentes, son: confinamiento, disfuncionalidad familiar, problemas económicos, contexto social, adquirir información de forma inadecuada y bajo nivel de inteligencia emocional; las ventajas de la inteligencia emocional en los adolescentes como estrategia de afrontamiento son: un bienestar físico y mental, manejo adecuado de problemas familiares, sociales, laborales, académicos y sentimentales y prevención o reducción de síntomas de la ansiedad patológica. Finalmente, la importancia de la atención de enfermedades mentales en los Centros de Atención Primaria durante la pandemia es alta, debido a la gran demanda de enfermedades mentales.

Pillco (2021), en Ecuador en la Universidad de Cuenca, con su investigación titulada Estrategias de afrontamiento en adolescentes de la Unidad Educativa Miguel Merchán O.

Año lectivo 2020-2021, cuyo objetivo fue describir las estrategias de afrontamiento más usadas por los adolescentes de la Unidad Educativa Miguel Merchán Ochoa, de la ciudad de Cuenca tomando en cuenta variables sociodemográfica. La investigación fue de tipo descriptivo, y de diseño no experimental transversal. La muestra estuvo conformada por 210 estudiantes a los cuales se les aplicó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) conjuntamente con una ficha sociodemográfica. La técnica de recolección de datos fue la encuesta, empleada mediante el instrumento del cuestionario. El procesamiento de datos se realizó a través del software estadístico para ciencias sociales (IBM SPSS V26). Los resultados obtenidos mostraron que los estudiantes que no habían repetido ningún año académico y percibían su promedio escolar como bueno o muy bueno usaban con más frecuencia estrategias dirigidas a la resolución del problema mediante el esfuerzo personal. Asimismo, las estrategias de afrontamiento empleadas con mayor frecuencia por parte de los participantes son las de Esforzarse y tener éxito y Preocuparse, mientras que las menos usadas son las de acción social y Buscar ayuda profesional.

Guamán (2020), en Ecuador en la Universidad de Cuenca, con su investigación, Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en pacientes drogodependientes en proceso de rehabilitación institucionalizados, cuyo objetivo fue determinar las dimensiones de la inteligencia emocional y los tipos de estrategias de afrontamiento en pacientes drogodependientes institucionalizados. El tipo de investigación fue cuantitativo, de corte transversal, diseño no experimental y alcance descriptivo. Participaron una muestra compuesta por 58 personas con edades entre los 18 a 65 años. Los datos se obtuvieron a través de una ficha sociodemográfica, la Escala de Estrategias de Coping Modificada para evaluar tipos de estrategias de afrontamiento y la Escala de rango de Metaconocimiento Emocional para evaluar dimensiones de inteligencia emocional. Para su análisis se emplearon medidas de tendencia central y dispersión. Los resultados evidenciaron que las dimensiones

de inteligencia emocional más desarrollada en los dos centros de rehabilitación fueron: reparación y atención, y los tipos de estrategias de afrontamiento más utilizadas fueron en el centro de Cuenca la búsqueda de apoyo profesional y espera, mientras que, en el centro de Azogues, espera y evitación emocional. Se concluyó que ambos centros necesitan mejorar su claridad emocional para poder tener estrategias de afrontamiento más funcionales.

Moreno y González (2019), en Colombia en la Universidad Católica de Pereira, con su investigación Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en adolescentes. El objetivo de este estudio fue realizar una revisión bibliográfica sobre la relación de la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento en la adolescencia. El tipo de investigación fue bibliográfico, y de análisis documental. La muestra estuvo conformada por 28 artículos comprendidos entre los años 2010 al 2019. La técnica de recolección de datos fue la ficha bibliográfica. Se encontraron artículos que hacen referencia al origen, concepto, características, modelos y la incidencia de la IE y las EA en la regulación de las emociones y desarrollo de habilidades que propenden a la mitigación de conductas de riesgo. Los resultados mostraron que un adolescente con alta IE y unas EA asertivas, es una persona más hábil en la percepción y comprensión de emociones propias y ajenas y posee mejores habilidades de regulación, lo que propiciará el desarrollo de patrones de comportamientos más adecuados y reacciones positivas ante los acontecimientos vitales estresantes lo que se convierte en un factor protector Finalmente, se concluyó que la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento representan un factor de protección de la patología adolescente.

Valdivieso et al. (2018), en Manabí, Ecuador en su investigación titulada La inteligencia emocional y su relación con las estrategias de afrontamiento del estrés en los alumnos de la Universidad Técnica de Manabí, 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. El tipo de investigación

fue correlacional y diseño de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 164 estudiantes. Para la inteligencia emocional se aplicó el Inventario de la Inteligencia Emocional Bar-On (I-CE). La técnica de recolección de datos fue la encuesta. Una vez realizado el análisis estadístico, los resultados evidenciaron que los estudiantes de la Universidad Técnica de Manabí presentaron una inteligencia emocional promedio que se encontró representada por un 54.3%, seguida del 31.7% el cual está dentro de la categoría baja; y sólo el 14% presentaron una inteligencia emocional desarrollada. Finalmente, se concluyó que las estrategias para afrontar el estrés, dependen del nivel de inteligencia emocional que se posea. En el caso de los estudiantes, manejan un nivel de inteligencia emocional promedio, pero tienen poca capacidad para manejar el estrés, por lo tanto, las estrategias de afrontamiento a eventos estresores están por debajo de la media, es decir, no tan buenas.

### **2.1.2. Investigaciones nacionales**

Sánchez (2022), en Chiclayo, cuyo objetivo fue la determinación de la relación entre inteligencia emocional y afrontamiento en los estudiantes del cuarto y quinto grado de la institución educativa San Pablo de Pacora, esta investigación empleó un enfoque cuantitativo, de tipo básico, no experimental, con un diseño correlacional descriptivo, la muestra estuvo conformada por 126 estudiantes de los dos últimos años de secundaria, para la recolección de la información se utilizó el Inventario Baron Ice (Baron, 1997) y el cuestionario de afrontamiento de Canessa (2002). Sus resultados indicaron que el valor  $p$  es  $<0.05$  por lo cual se descartó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alterna, indicando la existencia de relación entre las variables, siendo esta de intensidad alta y dirección positiva, además se halló que, en los niveles de inteligencia emocional, encontrando que el 38.9% de los menores se sitúa en el nivel bajo, así mismo en afrontamiento se identificó que el 38.9% se encontró en el nivel bajo.

Otayza (2021), en Lima en su investigación. Relación entre la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en alumnos de un programa de becarios de una universidad privada de Lima Metropolitana, Tuvo como objetivo general identificar la relación entre la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en alumnos de un programa de becarios de una universidad privada de Lima Metropolitana. El nivel y tipo de investigación fue básica - descriptiva y diseño correlacional. La muestra estuvo conformada por 87 becarios. Los instrumentos empleados fueron: Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24) de Mayer y Salovey y Adolescent Coping Scale (ACS) de Frydenberg y Lewis. Los instrumentos TMMS-24 ( $\alpha$ : 0.899) y ACS ( $\alpha$ : 0.904) contaron con adecuada confiabilidad de consistencia interna y mediante los puntajes de V de Aiken se evidenció la validez de contenido. Una vez realizado el análisis estadístico, se concluyó que sí existe una correlación alta ( $r$ : 0.70) entre la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés. Asimismo, se hallaron correlaciones lineales entre las dimensiones de inteligencia emocional (atención emocional, claridad emocional y reparación emocional) y los estilos de afrontamiento al estrés (dirigido a resolver el problema, referencia a otros y no productivo), las cuales fueron: indirecta muy baja, muy baja, baja, moderadas y altas. Finalmente, se especificaron datos descriptivos sobre las categorías del TMMS-24 y ACS en la población.

González (2019), en su estudio Inteligencia Emocional en estudiantes de quinto de primaria de dos instituciones educativas públicas del Callao, cuyo objetivo fue describir el nivel de inteligencia emocional e indicar las dimensiones de la inteligencia emocional. La muestra estuvo compuesta de 130 estudiantes de ambos sexos con edades entre los 10 a 14 años. La metodología fue descriptiva de diseño transeccional de enfoque cuantitativo, el instrumento que utilizó fue el inventario de inteligencia emocional BarnOn Ice: NA adaptada por Ugarriza y Pajares (2005) la conclusión fue que los estudiantes del quinto de primaria de dos instituciones educativas públicas tienen una capacidad emocional y social adecuada.

Según sus dimensiones se concluye que en la dimensión intrapersonal el 23.1 es de nivel promedio, en la dimensión interpersonal, el 56.6% es de nivel promedio y el 23,8 posee un nivel alto, en la dimensión adaptabilidad el 40% tiene un nivel promedio, y 23.8 nivel alto, en el manejo del estrés alcanza un nivel medio en 62,3 % y por último en la dimensión impresión positiva alcanzo un nivel promedio del 53,1 %.

Velásquez (2019), en Pimentel, Lambayeque de la Universidad Señor de Sipán. en su investigación Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en estudiantes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Lima, Tuvo como objetivo general determinar la relación entre la Inteligencia Emocional y las Estrategias de afrontamiento en estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa N° 0148, Lima. Para la realización de esta investigación se utilizó el diseño descriptivo-correlacional, teniendo como muestra a 60 estudiantes de ambos géneros. Los instrumentos que se emplearon fueron El Inventario de Bar-On ICE – NA (Adultos), con la Escala de Estrategias de afrontamiento (ACS) de Frydemberg. La técnica de recolección de datos fue la encuesta. Los resultados evidenciaron que no existe relación entre ambas variables, lo cual quiere decir que cada variable trabaja independiente. Se recomendó impulsar estrategias que promuevan en los adolescentes el involucramiento social, el desarrollo interpersonal, la adaptación a diversos escenarios sociales y la perspectiva positiva sobre la vida, y con ello fortalecer la integración responsable a la comunidad, interiorización y acatamiento de normas que conduzcan al proceso adaptativo de la socialización.

Gutiérrez (2018) , en Lima. En su investigación, 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, de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, tuvo como objetivo analizar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional



de la Policía Nacional del Perú de Lima Metropolitana. La investigación fue tipo descriptiva, y diseño no experimental, comparativo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 333 estudiantes de cuarto (221) y quinto (112) semestre académico. Los instrumentos utilizados fueron un Cuestionario de datos generales, el Inventario de Inteligencia Emocional de Reuven BarOn (1997), y el Cuestionario de Modos de afrontamiento de Carver, Scheier y Weintraub (1989). La técnica fue la encuesta. Los resultados mostraron que sí existe correlación positiva entre los estilos de afrontamiento enfocado en el problema y enfocado en la emoción con la inteligencia emocional global. Asimismo, existe correlación positiva y significativa entre los componentes intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general con los estilos enfocado en el problema y enfocado en la emoción. Por otro lado, no existen diferencias significativas en los componentes de la inteligencia emocional ni en los estilos de afrontamiento según semestre académico.

Ponce (2018), en Lima en su investigación. Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada, de la Universidad de San Martín de Porres, El objetivo del trabajo fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés, en una población peruana de estudiantes universitarios. El estudio se abordó en base a una metodología cuantitativa y un diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 160 estudiantes de ambos sexos de una universidad privada, a quienes se les aplicó la Escala de Inteligencia Emocional de Wong - Law (2002) y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento CSQ elaborado por Rogers, Jarvis y Najarian (1993). La técnica de recolección de datos fue la encuesta. Una vez concluida la etapa de recolección de datos, se procedió a efectuar el análisis estadístico a través del paquete estadístico SPSS 22.0. Los resultados mostraron una correlación significativa positiva entre la inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento racional y correlación significativa e inversa entre la inteligencia emocional y el estilo de

afrontamiento emocional. Los estudiantes que presentaron niveles altos de inteligencia emocional adoptaron estilos de afrontamiento que tienden a ser adaptativos, enfocándose principalmente en la búsqueda de solución de problemas y facilitando la asimilación y aceptación.

Quispe y Sotomayor (2018), en Huancavelica. con su investigación titulada Estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes embarazadas de las escuelas de enfermería y obstetricia, en la Universidad Nacional de Huancavelica, 2018, cuyo objetivo del trabajo fue determinar la relación entre estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes embarazadas de las Escuelas Profesionales de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional de Huancavelica 2018. La investigación fue de tipo básica, alcanzando el nivel correlacional; y de diseño no experimental. La muestra estuvo constituida por 40 estudiantes que actualmente están embarazadas o que tuvieron un embarazo. Para la medición de las variables se utilizó la escala estrategia de afrontamiento de Tobin, Holroyd y la escala inteligencia emocional de Salovey, Mayer. La técnica de recolección de datos fue la encuesta. Una vez realizado el análisis estadístico correspondiente (r de Pearson), los resultados evidenciaron que el 55,0% de estudiantes embarazadas utilizaban a menudo la estrategia de afrontamiento y prestaban demasiada atención. El 45,0% de estudiantes utilizaban a menudo la estrategia de afrontamiento y poseían adecuada comprensión. Asimismo, el 62,5% utilizaban a menudo la estrategia de afrontamiento y poseían excelente regulación. Por otro lado, el 57,5% utilizaban a menudo la estrategia de afrontamiento y poseían buena inteligencia emocional. Finalmente, se concluyó que sí existe relación entre las estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional.

Segura (2018), en Lima, en su investigación Inteligencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios, de la Universidad Ricardo Palma, Tuvo como objetivo general identificar la relación entre la inteligencia emocional con los estilos de afrontamiento al estrés

en estudiantes ingresantes de una universidad privada de Lima. El tipo de investigación fue descriptivo - correlacional, ex post facto con un diseño retrospectivo de grupo único. Participaron 220 estudiantes ingresantes a una universidad privada de Lima, cuya edad promedio es de 18 años, siendo 56,4% de sexo masculino. Los instrumentos de medición utilizados fueron el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On y la Escala de afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis. La técnica de recolección de datos fue el cuestionario. Los resultados evidenciaron que la inteligencia emocional total se correlaciona positivamente con el estilo de afrontamiento Resolver el problema y presentó una correlación negativa con el estilo Afrontamiento No productivo o No Afrontamiento. Se observó, además, correlaciones altamente significativas entre los componentes de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés, así como diferencias estadísticamente significativas en ambas variables considerando el sexo.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Inteligencia Emocional**

Según Martin y Boeck (2007), definen la inteligencia emocional como la calidad de comprender las emociones y la capacidad de ser empático, lo que te pone en el lugar de otras personas.

Por otro lado, Cooper y Sawaf (1998) indican que la inteligencia emocional es la capacidad de sentir, comprender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, relaciones e influencia.

Asimismo, Engelhart y Martineaud (1997) señalan que la inteligencia emocional se relaciona con leer nuestros propios sentimientos y mantener la capacidad de controlar los impulsos a través del razonamiento. En ese momento, cuando la situación no nos expone a actores que puedan perjudicarnos, y no nos olvidamos de mantener la escucha activa, se debe mantener la calma, tranquilidad y optimismo.

Bar-On (1997), menciona que la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades no cognitivas, habilidades que influyen en la capacidad de tener éxito para satisfacer las demandas y presiones del entorno en función de la capacidad del individuo para ser consciente, comprender, controlar y expresar sus emociones de manera efectiva.

Finalmente, Salovey y Mayer (1990) afirmaron que la inteligencia emocional es un tipo de cognición social que incluye la función de mantener el control de sus propios sentimientos y emociones, así como los de los otros, para discriminar entre ellos y usar esta información para dirigir nuestro pensamiento y nuestras propias actividades.

### ***Breve reseña de la Inteligencia Emocional***

De acuerdo a Martins (2021), los psicólogos han estudiado la inteligencia emocional desde que el concepto de “inteligencia social” fue introducido por Edward Thorndike en 1920. Luego, Howard Gardner se basó en esta teoría y agregó la idea de que más de un tipo de inteligencia contribuye a la habilidad cognitiva. En su libro de 1983 Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples, Gardner introdujo el concepto de inteligencia interpersonal e intrapersonal.

Sin embargo, el término “inteligencia emocional” no obtuvo popularidad sino hasta la publicación en 1995 del libro La inteligencia emocional, escrito por el periodista científico Daniel Goleman. En su libro, Goleman define la inteligencia emocional y establece la importancia del coeficiente emocional para el liderazgo.

Luego, en (2004), Peter Salovey y John Mayer ampliaron el alcance y comprensión de la inteligencia emocional. Salovey y Mayer desarrollaron la teoría del rasgo para desarrollar y medir la inteligencia emocional. Esto derivó en la primera prueba de inteligencia emocional, el test de inteligencia emocional Mayer-Salovey-Caruso (MSCEIT, por sus siglas en inglés).

Hoy en día, la inteligencia emocional es estudiada por una gran variedad de psicólogos que buscan entender las diferentes competencias emocionales, las habilidades

interpersonales que contribuyen a la inteligencia emocional, y la diferencia entre el coeficiente emocional y el coeficiente intelectual. Aunque muchos psicólogos no estén de acuerdo en los detalles exactos de la inteligencia emocional, la mayoría coincide en que es una habilidad que puede desarrollarse con práctica y entrenamiento (Martins, 2021).

### ***Categorización de la Inteligencia Emocional***

El reconocido autor Goleman (2001), sostiene que inteligencia emocional es un concepto que puede categorizarse de la siguiente forma:

#### ***Inteligencia Personal***

Se compone de una lista de disputas que definen la forma en que nos vinculamos. Esta inteligencia discierne tres elementos:

**Conciencia de sí mismo.** Es la capacidad de inspeccionar y comprender la propia resistencia, fragilidad, humor, emociones y empujes, así como el resultado que tienen hacia los demás y en el trabajo.

**Autorregulación o autocontrol.** Es la capacidad de gestionar nuestros propios sentimientos y empujes para adaptarlos a un fin, engañar nuestras propias acciones, saber antes de ejecutar y omitir veredictos precipitados.

**Motivación personal:** Es la capacidad de permanecer en un limbo de consultas sucesivas y tenacidad en la adquisición de objetivos, enfrentar adversidades y encontrar opciones.

#### **Inteligencia Interpersonal**

Está formado por esas habilidades que marcan nuestro estilo en el que nos vinculamos con otros:

**Empatía.** Capacidad de vislumbrar la escasez, la sensibilidad y los dilemas de los demás, pararse de lado y responder adecuadamente a los impulsos emocionales.

**Habilidades sociales.** es el ingenio de usar enlaces con otros para influenciar a otros.

## **Ventajas de la Inteligencia Emocional**

Continuando con la citación del análisis realizado por Martins (2021), los estudios han demostrado que la inteligencia emocional es igual de importante, o a veces más importante, que la inteligencia tradicional. Según un estudio de 2016, una inteligencia emocional alta es más significativa para un excelente trabajo en equipo que un coeficiente intelectual alto. Estudios adicionales han demostrado que la inteligencia emocional alta da lugar a un desempeño laboral y liderazgo mejores. La inteligencia emocional se trata de entender las propias emociones y las emociones de los demás.

Por ende, una inteligencia emocional alta ayuda a:

- Colaborar de manera efectiva con los miembros de tu equipo
- Pensar antes de actuar o reaccionar
- Reducir tus reacciones viscerales o impulsos
- Superar problemas, tanto en casa como en el lugar de trabajo
- Atender conflictos
- Comunicarte en el lugar de trabajo
- Resolver problemas
- Forjar relaciones más sólidas
- Conectar con tus emociones
- Empatizar con los demás
- Desarrollar sinergia entre tú y tus compañeros

## **Dimensiones de la Inteligencia Emocional**

BarOn (1997), estableció la Escala de Cociente Emocional (I-CE), que es necesaria para demostrar su marco conceptual. Dicha lista crea un cociente emocional y 5 cocientes emocionales compuestos basados en las puntuaciones de 15 subcomponentes. Los 15

componentes de sabiduría personal, emocional y social valorados por la escala se definen como:

### ***Dimensión intrapersonal (CIA)***

Área que reúne los siguientes componentes: autocomprensión emocional, autoconfianza, autoconcepto, autorrealización e independencia. (Quispe, 2018).

**Comprensión emocional de sí mismo (CM).** Ser capaz de notar y comprender nuestros sentimientos y emociones, distinguirlos y saber por qué.

**Asertividad (AS).** La capacidad de expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin herir los sentimientos de los demás y de defender nuestros derechos de forma no destructiva. (Baumann, 2022)

**Autoconcepto (AC).** Comprender, aceptar y respetar las propias capacidades, aceptar nuestros aspectos positivos y negativos, así como nuestras limitaciones y posibilidades. (Brito, 2019)

**Autorrealización (AR).** La capacidad de hacer lo que realmente podemos hacer, queremos hacer y nos gusta hacer. (Díaz, 2014)

**Independencia (IN).** Es la capacidad de autodirigirse, tener confianza en nuestros pensamientos y acciones y tomar decisiones emocionales independientes.

### ***Dimensión interpersonal (CIE)***

Áreas que reúnen los siguientes elementos: empatía, responsabilidad social y relaciones interpersonales. (Avila, 2019)

**Empatía (EM).** La capacidad de notar, comprender y apreciar los sentimientos de los demás.

**Relaciones interpersonales (IR).** La capacidad de establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias caracterizadas por intimidad emocional e intimidad.

**Responsabilidad social (RS).** Demuestra que es una persona colaboradora y colaboradora y la capacidad de ser un miembro constructivo de un grupo social.

***Dimensión de adaptabilidad (CAD).***

Área que junta los componentes siguientes: pruebas de realidad, flexibilidad y resolución de problemas. (Engelhart & Martineaud, 1997)

**Solución de problemas (SP).** La capacidad de identificar y definir problemas y generar e implementar soluciones efectivas.

**Prueba de realidad (PR).** La capacidad de evaluar la correspondencia entre lo que hemos experimentado (subjetivo) y lo que es realmente (objetivo).

**Flexibilidad (FL).** Capaz de ajustar adecuadamente nuestras emociones, pensamientos y comportamientos de acuerdo con situaciones y condiciones cambiantes.

***Dimensión del manejo del estrés (CME)***

Área que incluye los siguientes componentes: tolerancia al estrés y control de pulso. (Puertas, Zurita, & Chacón, 2020)

**Tolerancia al estrés (TE).** Capaz de soportar eventos adversos, situaciones estresantes y emociones fuertes sin "colapsar" y enfrentar el estrés de manera positiva.

**Control de pulso (CI).** La capacidad de resistir o retrasar el impulso o la tentación de actuar y controlar las emociones.

***Dimensión del estado de ánimo en general (CAG)***

Área donde se recolectan los siguientes elementos:

**Felicidad (FE).** La capacidad de estar satisfecho con la vida, disfrutar de uno mismo y de los demás, divertirse y expresar emociones positivas.

**Optimismo (OP).** A pesar de la adversidad y las emociones negativas, aún puede ver el lado positivo de la vida y mantener una actitud positiva.



De esta manera, los 03 componentes centrales más relevantes de la sabiduría emocional son: autocomprensión (nuestra capacidad para reconocer y entender nuestras propias emociones, emociones y sentimientos por nosotros mismos mismos); autoconfianza (nuestra capacidad para manifestar emociones y sentimientos); y empatía (reconocemos, entender y ver la función de los otros para sentir). Los demás 2 componentes centrales son: prueba de realidad y control de impulsos.

### **2.2.1. Mecanismos de afrontamiento**

Según Everly (1989), los mecanismos de afrontamiento son definidos como aquellos esfuerzos del sujeto para reducir o aliviar los efectos aversivos del estrés, los cuales pueden ser psicológicos o conductuales.

Por otro lado, Lazarus y Folkman (1986), definen al mecanismo de afrontamiento como aquellos esfuerzos 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.

Finalmente, Holroyd y Lazarus (1982), en conjunción con Vogel (1985), mencionan que las estrategias de afrontamiento pueden establecer si un sujeto percibe o no estrés, antes que la naturaleza misma de los factores estresores.

### **2.2.2. Dimensiones de los Mecanismos de afrontamiento**

Los autores Tobin et al. (1989), formularon un modelo en el cual especifican una estructura jerárquica de las estrategias de afrontamiento, compuesta por 14 subescalas, las cuales se encuentran subdivididas en 08 escalas primarias, 04 escalas secundarias y 02 escalas terciarias. Se describen a continuación:

### *Escalas Primarias*

**Resolución de problemas.** Son aquellas estrategias cognitivas y conductuales que tienen como objetivo eliminar el estrés cambiando la situación que lo genera (Prevención Integral, 2020)

**Reestructuración cognitiva.** Son aquellas estrategias cognitivas que cambian el significado de situaciones estresantes. (Olivera, Dominguez, y Cruz, 2002)

**Apoyo social.** Son aquellas estrategias que se vinculan con la búsqueda de información o apoyo emocional. (Medina, 2020)

**Expresión emocional.** Son aquellas estrategias que tienen como objetivo liberar las emociones que se producen durante el proceso estresante. (Cruz, 2014)

**Evitación de problemas.** Son aquellas estrategias que implican negar y evitar pensamientos o comportamientos relacionados con eventos estresantes.

**Pensamiento desiderativo.** Son aquellas estrategias cognitivas que reflejan los deseos tranquilos de la realidad. (González , 2019)

**Retirada social.** Es la estrategia de salida de amigos, familiares, compañeros y otras personas importantes que se relacionan con la respuesta emocional del proceso de estrés (Vega, 2022)

**Autocrítica.** Son estrategias basadas en la autculpa y la autocrítica por la ocurrencia o mal manejo de situaciones estresantes. (Vasquez, Crespo, y Ring, 2003)

En síntesis, las escalas primarias se refieren a estrategias relacionadas con el proceso de adaptación que las personas utilizan para responder a eventos estresantes.

### *Escalas secundarias*

**Compromiso centrado en el problema.** Involucra la resolución de problemas y la reconstrucción cognitiva. Asimismo, involucra estrategias cognitivas y conductuales que cambian el contexto o cambian el significado del contexto de una persona.

**Compromiso centrado en la emoción.** Implica apoyo social y expresión emocional. Es comunicar abiertamente los sentimientos de otras personas y aumentar la participación social, especialmente con familiares y amigos. (Pillco, 2021)

**Evasión centrada en el problema.** Incluye evitar problemas y fantasías. Lo mismo ocurre con la negación, la evitación y la incapacidad o falta de voluntad para buscar situaciones de diferentes maneras. (Otayza, 2021)

**Evasión centrada en la emoción.** Incluye aislamiento social y autocrítica. La escala implica cerrar los sentimientos de la misma persona y de los demás, y criticarse o culparse a sí mismo por lo sucedido. (Psicología y Mente, 2016)

### *Escalas terciarias*

**Compromiso.** Esta subescala incluye resolución de problemas, reconstrucción cognitiva, apoyo social y expresión emocional. Refleja los intentos del individuo de participar en el manejo de situaciones estresantes. (Solis y Vidal , 2006)

**Evasión.** Incluye evitar problemas, fantasías, aislamiento social y autocrítica. Asimismo, implica estrategias que pueden conducir a una desviación del entorno personal / comercial. (León, 2014)



Figura 1. Escalas primarias, secundarias y terciarias del Modelo de Tobin, Holroyd y Reynolds (1989).

### 2.3. Bases filosóficas

Dentro de las principales teorías formuladas en torno a la inteligencia emocional y mecanismos de afrontamiento, se destacan las siguientes:

#### *Teoría de Salovey y Mayer*

La Teoría de Salovey y Mayer (1990) o también conocido como modelo de habilidad, considera 04 etapas y a la inteligencia emocional como la inteligencia vinculada con el proceso de la data emocional, mediante la maniobra cognitiva y sobre el fundamento de la tradición psicomotora. Esta visión tiene como objetivo identificar, absorber, comprender y, en última instancia, gestionar (controlar y regular) las emociones.

Es un modelo fundado en la capacidad no cognitiva, por lo que discurre diversos elementos dentro de la inteligencia.

Para Salovey y Mayer (1990), se determinan las habilidades siguientes influyentes en la inteligencia emocional:

**Percepción, evaluación y expresión emocional.** Está referido a reconocer manifestaciones emociones y conocer las de los demás; saber transmitir necesidades emocionales y distinguir entre desempeño correcto o incorrecto, honesto o deshonesto.

**La emoción como facilitadora del pensamiento.** Esta capacidad se refiere a cómo las emociones afectan nuestro pensar y la manera en que procesamos la data. Las emociones determinarán y mejorarán el pensamiento ya que rigen la atención personal a la información importante. Los cambios emocionales permitirán tener diferentes y múltiples perspectivas sobre el problema. (Fernández, Salovey, Extremera, y Ramos, 2007)

**Utilización del conocimiento emocional.** Involucra examinar los sentimientos para entender la transición de un sentimiento a otro y describir la dificultad de las emociones en situaciones sociales. Además, cubre la utilización de la conciencia emocional.

**Regulación de las emociones.** Incluye la habilidad de expresar comportamientos que involucran emociones deseadas. Mantiene un estado de ánimo ideal o utiliza estrategias de reparación del estado de ánimo.

### ***Teoría de Goleman***

Goleman (1995), proporciona un modelo para evaluar potencialidades o ventajas y sus correspondientes limitaciones, enfocando la información en las capacidades. Este instrumento cubre todas las habilidades emocionales que se manifiestan principalmente en el desempeño profesional aportando factores generales de inteligencia emocional.

Este modelo está compuesto por las competencias siguientes:

**Autoconocimiento.** Conciencia de sí mismo y de nuestros propios estados internos, recursos e intuiciones. Conciencia emocional, o sea, reconocer los sentimientos y sus efectos.

**Autocontrol.** Control de nuestros propios estados, impulsos y recursos internos. Este aspecto involucra tener totalidad, adaptabilidad y capacidad de innovación.

**Automotivación.** Gestión de propensiones emocionales que rigen y proporcionan el logro de los objetivos.

**Motivación de logro.** esfuerzo por crecer y mejorar internamente, relacionado al optimismo y compromiso.

**Empatía.** Conciencia de los sentimientos, demandas e inquietudes de los demás. Involucra darse cuenta de las demandas de desarrollo de otros. Disposición de servicio. Conciencia política.

**Habilidades Sociales.** Habilidad para incitar respuestas ansiadas en otros. Saber cómo brindar y recepcionar data, emocional y efectivamente. Habilidad de cooperación, colaboración, liderazgo y sinergia.

## *Teoría de Sterret*

El Teoría de Inteligencia Emocional de Sterret (2002) sostiene que la medición del cociente de inteligencia emocional (o CE) abarca un estudio de cualidades que van más allá de la inteligencia intelectual general y la competencia técnica, estableciendo de esta manera el estudio de 06 dimensiones. De este modo, la Inteligencia Emocional a partir de seis dimensiones se mide según:

**Autoconciencia.** Consciencia de reacciones físicas, descanso, reflexión e identificación de tipo de emoción.

**Empatía.** Percepción de terceros, interacción con otra persona, ayuda de terceros, empatía, acoplo de sentimientos y centro de atención.

**Autoconfianza.** Admisión de errores, asumir riesgos, toma de iniciativa, Comodidad de situaciones nuevas y puntos de vista.

**Motivación.** Cosas importantes, inspiración tras hablar, lado positivo de situaciones, proyectos importantes, Sentido del trabajo.

**Autocontrol.** Aferro a errores, apertura a personas, abstención de forma de opiniones, enfado, control de estados de ánimo.

**Competencia social.** Facilidad para iniciar conversaciones, problemas en presentaciones, afrontamiento de emociones, Respeto de los demás, persuasión eficaz.

### **2.4. Definición de términos básicos**

#### **Inteligencia emocional**

Calidad de comprender las emociones y la capacidad de ser empático, lo que te pone en el lugar de otras personas (Märtin y Boeck, 2007).

Asimismo, conocer nuestros sentimientos y los ajenos (Meyer y Salovey, 1994), con capacidades competencias y habilidades para enfrentar el contexto en que nos desarrollamos.

## **Mecanismos de afrontamientos**

Son definidos como aquellos esfuerzos del sujeto para reducir o aliviar los efectos aversivos del estrés, los cuales pueden ser psicológicos o conductuales (Quispe y Sotomayor, 2018).

Proceso de manejar de la mejor manera situaciones estresantes por diferentes circunstancias de la vida tratando de controlar las demandas internas y externas. (Vasquez, Crespo, y Ring, 2003)

## **Adolescentes**

Según la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es el periodo de vida del ser humano, comprendido entre los 10 y 19 años, caracterizada además por ser una etapa compleja de la vida (Borrás, 2014).

## **2.5. Hipótesis de investigación**

### **2.5.1. Hipótesis General**

Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

### **2.5.2. Hipótesis específicas**

Existe relación entre el componente intrapersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

Existe relación entre el componente interpersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

Existe relación entre el componente de adaptabilidad y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.



Existe relación entre el componente del manejo del estrés y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

Existe relación entre el estado de ánimo en general y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

## 2.6. Operacionalización de las variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala De Medición	Rangos
Inteligencia emocional	La inteligencia emocional es la capacidad de sentir, comprender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, relaciones e influencia (Cooper & Sawaf, 1998)	BarOn (1997), conceptualiza la inteligencia emocional como un grupo de capacidades y habilidades particulares, emocionales y sociales que afectan la capacidad para adaptarnos y afrontar los requisitos y estrés ambiental. Por ende, la inteligencia no cognitiva es un factor importante para determinar el éxito en la vida y afecta directamente la felicidad y la salud emocional en general.	Intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismos	Ordinal	Muy alto 130 a + Alto 115-129 Regular 86-114 Baja 70- 85 Muy bajo 69 a -
				Asertividad		
				Autoconcepto		
				Autorrealización		
			Interpersonal	Independencia		
				Empatía		
				Relaciones interpersonales		
			Adaptación	Responsabilidad social		
				Solución de problemas		
				Prueba de la realidad		
			Manejo de estrés	Flexibilidad		
				Tolerancia al estrés		
			Estado de ánimo en general	Control de impulsos		
				Felicidad		
Optimismo						
Mecanismos de afrontamiento	Lazarus y Folkman (1986), definen al mecanismo de afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar	Tobin et al. (1989), formularon un modelo en el cual especifican una estructura jerárquica de las estrategias de afrontamiento, compuesta por 14	Escalas primarias	Resolución de problemas	Ordinal	Bajo 0-5 Medio 6-10 Alto 11-15 Muy Alto 16-20
				Reestructuración cognitiva		
				Apoyo social		
				Expresión emocional		
				Evitación de problemas		
				Pensamiento desiderativo		
				Retirada social		
				Autocrítica		

	las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.	subescalas, las cuales se encuentran subdivididas en 08 escalas primarias, 04 escalas secundarias y 02 escalas terciarias.	Escalas secundarias	Compromiso centrado en el problema		
				Compromiso centrado en la emoción		
				Evasión centrada en el problema		
				Evasión centrada en la emoción		
			Escalas terciarias	Compromiso		
				Evasión		

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Diseño metodológico**

##### **Tipo De Investigación**

La presente investigación fue de tipo aplicada, porque se ocupó del enlace entre la teoría y lo que se va a producir, buscó la aplicación de los conocimientos que adquirimos y los que adquieren otras personas y buscó la implementación y sistematización de nuestra practica con base en investigación lo que hace que conozcamos la realidad de forma rigurosa. (Lozada, 2014).

##### **Nivel De Investigación**

El estudio de investigación, según la intervención, fue de tipo correlacional, debido a que, la investigación, busco determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martin de Porras N° 20986 Huacho (Hernández, 2014).

##### **Diseño De Investigación**

El estudio tuvo un diseño no experimental, ya que la variable interviniente 1 del estudio no sufrió ninguna manipulación para alcanzar a determinar su relación con la variable interviniente 2 de una forma intencionada. No obstante, se respetó el comportamiento natural de los hechos, tal como se vayan dando. Asimismo, estos se analizaron (Hernández, 2014).

Finalmente, es de corte transversal, debido a que los datos recolectados fueron tomados en un único momento, respecto al año 2022 para realizar inferencia acerca de la evolución del problema de investigación (Hernández, 2014).

## Enfoque

El presente trabajo fue de enfoque cuantitativo, ya que se utilizó la recolección de datos para probar la hipótesis planteada, es decir que se llevó a cabo la medición de la inteligencia emocional, con la finalidad de ser analizada estadísticamente, de esta manera se tenga con exactitud qué factores deben ser modificados en el contexto de estudio (Hernández, 2014).

### 3.2. Población y muestra

#### 3.2.1. Población

La población de estudio estuvo compuesta por 382 adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986.

#### 3.2.2. Muestra

La población de estudio al ser conocida y amplia, se optó por realizar la fórmula de muestreo para poblaciones finitas o conocidas, cuya fórmula es:

$$n = \frac{Z_{\alpha/2}^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{(N - 1) \cdot e^2 + Z_{\alpha/2}^2 \cdot p \cdot q}$$

Cuyos valores son los siguientes:

Nivel de Confianza (A)	95% - 0.95
Coficiente de Confianza (Z)	1.96
Probabilidad de Éxito (p)	0.5
Probabilidad de Fracaso (q)	0.5
Tamaño de la Población (N)	382
Nivel de Error (e)	5% - 0.05

Tamaño de Muestra (n)

A  
determinar

Reemplazando los valores en la fórmula, tenemos:

$$n = \frac{366.8728}{1.9129}$$

$$n = 191.7888023$$

Por lo tanto, la muestra de estudio a considerar estuvo conformada por 192 adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986.

Cabe señalar que, en relación a la cantidad de estudiantes por grado, entre 1ro y 5to de secundaria se especifica a continuación y también se puede observar la muestra de estudio por grado.

Alumnos	Total	Muestra
1er año	75	37
2do año	76	38
3er año	78	39
4to año	76	38
5to año	77	40
Total	382	192

### ***Criterios de Inclusión:***

Adolescentes de ambos sexos que estudian en la I.E. San Martín de Porras N° 20986.

Adolescentes de ambos sexos que acepten de manera independiente participar de manera voluntaria en la presente investigación.

### ***Criterios de Exclusión:***

Adolescentes de ambos sexos que estudien en otra institución educativa de Huacho.

Adolescentes de ambos sexos que no acepten de manera independiente participar de la presente investigación

Adolescentes de 5 y 6 to grado de primaria, ya que para su toma de datos se necesita contar con la autorización y supervisión de los padres de familia, por ende, resulta muy engorroso.

## **3.3. Técnicas de recolección de datos**

### **Técnica**

Para la recolección de datos de la presente investigación se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario.

### **Descripción del instrumento**

Para evaluar la inteligencia emocional se utilizó un instrumento ya validado denominado “EQ-I Barón Emotional Quotient Inventory”, planteado Reuven Bar-On, con adaptación peruana realizada por Nelly Ugarriza Chávez y aplicado por Román (2022), en su estudio “Inteligencia Emocional Y Estrés Académico En Estudiantes De La Carrera Profesional De Ciencias Sociales Y Turismo De La Universidad José Faustino Sánchez Carrión 2022” en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>
D1: Intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismos	7,9,23,35,52,63,88,116
	Asertividad	5, 22,37,67,82,96,111,126
	Autoconcepto	11,24,40,56,70,85,100,114,129
	Autorrealización	6,21,36,51,66,81,95,110,125
	Independencia	3,19,32,48,92,107,121
D2: Interpersonal	Empatía	18,44,61,72,98,119,124
	Relaciones interpersonales	10,23,31,39,55,62,69,79,84,99,113,128
	Responsabilidad social	16,30,46,61,72,76,90,98,104,119
D3: Adaptación	Solución de problemas	1,15,29,45,60,75,89,118
	Prueba de la realidad	8,35,38,53,68,83,88,97,112,127
	Flexibilidad	14,28,43,59,74,87,103,131
D4: Manejo de estrés	Tolerancia al estrés	4,20,33,49,64,78,93,108,122
	Control de impulsos	13,27,42,58,73,86,102,117,123,130
D5: Estado de ánimo en general	Felicidad	2,17,31,47,62,77,91,105,120
	Optimismo	11,26,50, 54,80,106,108,132,133

El instrumento cuenta con 133 ítems cortos y simples y con respuestas categorizadas en cinco opciones (escala de likert), además, está conformada por 5 dimensiones: Componente intrapersonal (CIA), Componente interpersonal (CIE), Componente de adaptabilidad (CAD), Componente del manejo del estrés (CME) y Componente del estado de ánimo en general (CAG). El tiempo destinado para el desarrollo de este va desde 20 a 50 minutos, sin embargo, no hay límite de tiempo para concluir el mismo.

La variable inteligencia emocional, se midió de acuerdo al cuestionario: EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory. Las preguntas serán separadas por 5 dimensiones: Componente intrapersonal (CIA), Componente interpersonal (CIE), Componente de adaptabilidad (CAD), Componente del manejo del estrés (CME) y Componente del estado de ánimo en general (CAG). Se codificará con un valor de 0= Nunca, 1 = rara vez; 2 = A veces; 3 = A menudo y 4 = Casi siempre (Roman, 2022).

En el caso de los mecanismos para el afrontamiento del Estrés, se utilizó el cuestionario Inventario de Estrategias de afrontamiento Adaptación por Cano, Rodríguez y García (2007).



<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>
D1: Escalas primarias	Resolución de problemas	1, 9, 17, 25, 33.
	Reestructuración cognitiva	6, 14, 22, 30, 38
	Apoyo social	5,13,21,29, 37
	Expresión emocional	3, 11, 19, 27, 35.
	Evitación de problemas	7,15,23,31, 39
	Pensamiento desiderativo	4, 12, 20, 28, 36.
	Retirada social	8, 16, 24, 32, 40.
	Autocrítica	2, 10, 18, 26, 34.
D2: Escalas secundarias	Compromiso centrado en el problema	Estrategia para la resolución de problemas y la reconstrucción cognitiva
	Compromiso centrado en la emoción	Estrategia para el apoyo social y la expresión emocional
	Evasión centrada en el problema	Estrategia para la evitación de problemas y el pensamiento desiderativo
	Evasión centrada en la emoción	Estrategia para la retirada social y la autocrítica
	Compromiso	Estrategia para la resolución de problemas; re-estructuración cognitiva; apoyo social y expresión emocional
D3: Escalas terciarias	Evasión	Estrategia para evitar el problema; el pensamiento desiderativo; retirada social y la autocrítica

## **Validez**

Sobre la inteligencia emocional, los resultados del análisis factorial confirmatorio de segundo orden en la muestra peruana, las cargas factoriales de los componentes son: C. intrapersonal tiene la carga factorial más elevada (0.92) seguida de C. estado de ánimo general (0.88), C. adaptabilidad (0.78), C. interpersonal (0.68) y C. manejo de estrés (0.61).

Puntajes estándares	Pautas de Interpretación
130 y más	Capacidad emocional muy desarrollada: Marcadamente alta. Capacidad emocional Inusual
115 a 129	Capacidad emocional muy desarrollada: Alta, Buena capacidad emocional.
86 a 114	Capacidad emocional adecuada: Promedio.
70 a 85	Necesita mejorar: Baja. Capacidad emocional por debajo del promedio
69 y menos	Necesita mejorar: Muy baja. Capacidad emocional extremadamente por debajo del promedio.

Respecto al mecanismos para el afrontamiento del Estrés, se utilizó el cuestionario Inventario de Estrategias de afrontamiento Adaptación por Cano, Rodríguez y García (2007). El mismo que es utilizado por gran variedad de especialidades académicas y asistenciales, para evaluar dicha variable, por lo tanto se considera como un instrumento altamente validado por la comunidad científica. Las cargas factoriales de los componentes del cuestionario son las siguientes: La autocrítica tiene la carga más elevada con (0.89), seguida de la resolución de problemas con (0.86), la expresión emocional con (0.84), reestructuración cognitiva y el apoyo social con (0.80), pensamiento desiderativo con (0.78), retirada social con (0.65) y finalmente la evitación de problemas con (0.63). Tal como se ha descrito, está compuesta por 8 dimensiones y fue validada y factorizada en 40 interrogantes, logrando una explicación de 61% en promedio de la varianza y el coeficiente de consistencia interna oscila entre 0.63 y 0.89.

### **Confiabilidad**

Para el instrumento de inteligencia emocional, el autor se ha centrado en la consistencia interna y la confiabilidad del test, para la muestra, los coeficientes alfa de Cronbach se observan apreciándose que la consistencia interna para el inventario total es muy alta: 0.93; para los componentes del I-CE oscila entre 0.77 y 0.91. Los bajos coeficientes son para los subcomponentes de flexibilidad 0.48, independencia y solución de problemas 0.60. Los 13 factores restantes arrojan valores por encima de 0.70 (Roman, 2022).

Sobre la variable de mecanismos de afrontamiento, la confiabilidad de la dimensión de Resolución de problemas, Autocrítica, Expresión emocional, Pensamiento desiderativo, Apoyo social, Reestructuración cognitiva, Evitación de problemas y Retirada social; arrojado 0.63 y 0.89, en promedio 0.78125. Por ende, el instrumento se considera confiable (Cano, García, & Rodríguez, 2007).

#### **3.4. Técnicas para el procedimiento de la información**

La técnica que se empleó para el tratamiento de los datos recolectados a partir de la aplicación del instrumento será por medio del uso del software estadístico IBM SPSS Windows Versión XXIV, con el cual, se realizará la elaboración de las tablas y figuras de información, partiendo de la tabulación de datos.

La prueba estadística que se ejecutó para la comprobación de hipótesis es la prueba de T de Student, cuyo coeficiente de significancia permitirá determinar si se aprueba o no, las formulaciones planteadas.

**CAPITULO IV**  
**RESULTADOS**

**4.1. Análisis de resultados**

**4.1 Análisis de resultados**

**Tabla 1**

*Relación entre inteligencia Emocional y Mecanismos de Afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martin de Porras N.º 20986 Huacho 2022.*

Variables	Inteligencia Emocional						Mecanismos de afrontamiento															
	Muy bajo		Bajo		Regular		Alto		Muy alto		TOTAL		Muy bajo		Bajo		Regular		Alto		Muy alto	
	N	%	n	%	n	%	N	%	N	%	N	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
	0	0	0	0	162	84	30	16	0	0	<b>192</b>	<b>100</b>	0	0	38	20	126	66	24	13	4	2
<b>Correlación</b>																						
<b>Rho-Spearman</b>																						
												.569						Moderado				

*Nota.* Elaboración propia.

En la Tabla 1 se observa que de los adolescentes de la I.E. San Martin de Porras N.º 20986 Huacho que participaron en el estudio con respecto a la variable Inteligencia Emocional el 84% tiene un nivel regular el 16% un nivel alto y el 0% un nivel bajo y muy bajo de inteligencia emocional así mismo el 0% tiene un nivel muy alto de inteligencia emocional.

Con relación a la variable mecanismos de Afrontamiento el 0% tiene un nivel muy bajo, el 20 % tiene un nivel bajo el 66% tiene un nivel regular el 13% un nivel alto y el 2% un nivel muy alto

La relación entre Inteligencia Emocional y los Mecanismos de Afrontamiento teniendo una correlación de Rho Spearman de .569 siendo de un nivel moderado.

**Tabla 2**

*Relación de las dimensiones de la inteligencia emocional y mecanismos de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.*

COMPONENTES	Muy bajo		Bajo		Regular		Alto		Muy alto		Total		Mecanismos de afrontamiento		
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	Correlación Rho-Spearman	Valor de significancia	Valor
Intrapersonal	0	0%	8	4%	143	74%	41	21%	0	0%	192	100%	0.331	0.000	Baja
Interpersonal	0	0%	8	4%	142	74%	39	20%	3	2%	192	100%	0.465	0.000	Moderada
Adaptación	0	0%	8	4%	158	82%	26	14%	0	0%	192	100%	0.298	0.000	Baja
Manejo de Estrés	0	0%	12	6%	106	55%	62	32%	12	6%	192	100%	0.227	0.002	Baja
Estado de Ánimo en General	0	0%	11	6%	132	69%	42	22%	7	4%	192	100%	0.310	0.000	Baja

*Nota.* Elaboración propia.

En la Tabla 2, con respecto a la relación entre las dimensiones de inteligencia emocional y los mecanismos de afrontamiento adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho que participaron en el estudio en el componente intrapersonal 0% alcanzó un nivel muy bajo, el 4% un nivel bajo, el 74% un nivel regular, un 21% un nivel alto y un 0% un nivel muy alto y una correlación 0.331 por lo que podemos indicar que existe relación baja entre el componente intrapersonal y los mecanismos de afrontamiento.

En el componente interpersonal 0% alcanzó un nivel muy bajo, el 4% un nivel bajo, el 74% un nivel regular, un 20% un nivel alto y un 2% un nivel muy alto. y una correlación 0.465 por lo que podemos enunciar que existe relación moderada entre el componente interpersonal y los mecanismos de afrontamiento.

En el componente adaptación el 0% alcanzó un nivel muy bajo, el 4% un nivel bajo, el 82% un nivel regular, un 14% un nivel alto y un 0% un nivel muy alto. y una correlación 0.298 por ello podemos decir que existe relación baja entre el componente adaptación y los mecanismos de afrontamiento.

En el componente manejo del estrés el 0% alcanzó un nivel muy bajo, el 6% un nivel bajo, el 55% un nivel regular, un 32% un nivel alto y un 6% un nivel muy alto. y una correlación 0.227 por ello podemos decir que existe relación baja entre el componente manejo del estrés y los mecanismos de afrontamiento.

En el componente estado de ánimo en general el 0% alcanzó un nivel muy bajo, el 6% un nivel bajo, el 69% un nivel regular, un 22% un nivel alto y un 4% un nivel muy alto. y una correlación 0.310 por ello podemos decir que existe relación baja entre el componente estado de ánimo y los mecanismos de afrontamiento.

## 4.2 Contrastación de hipótesis

### Hipótesis general

**H<sub>0</sub>**: No existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

**H<sub>1</sub>**: Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

### Tabla 3.

*Relación entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.*

			Variable 1: Inteligencia emocional	Variable 2: Afrontamiento
Rho de Spearman	Variable 1: Inteligencia emocional	Coeficiente de correlación	1.000	.569
		Sig. (bilateral)	.	.000
		N	192	192
	Variable 2: Afrontamiento	Coeficiente de correlación	.569	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	192	192

*Nota: elaboración propia*

**Interpretación:** Se aprecia que el valor de significancia es 0.569 con una significancia menor de 0.05, lo cual permite determinar que existe relación significativa entre las variables inteligencia emocional y mecanismos de Afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022.



### 4.3 Contratación de Hipótesis Específicas

#### Hipótesis Específica 1:

**H<sub>0</sub>:** No existe relación entre el componente intrapersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

**H<sub>1</sub>:** Existe relación entre el componente intrapersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

**Tabla 4.**

*Relación entre el componente intrapersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.*

Intrapersonal			Mecanismo de Afrontamiento	
Rho de Spearman	Intrapersonal	Coefficiente de correlación	1.000	.331
		Sig. (bilateral)	.	.000
		N	192	192
	Mecanismo de Afrontamiento	Coefficiente de correlación	.331	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	192	192

*Nota: elaboración propia*

**Interpretación:** Se aprecia que el valor de significancia es 0,331 con una significancia menor de 0.05, lo cual permite determinar que existe relación significativa baja entre Componente Intrapersonal y mecanismos de Afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

## Hipótesis Específica 2:

**H<sub>0</sub>:** No existe relación entre el componente interpersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

**H<sub>1</sub>:** Existe relación entre el componente interpersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

### Tabla 5.

*Relación entre el componente interpersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.*

Interpersonal		Mecanismo de Afrontamiento		
Rho de Spearman	Interpersonal	Coefficiente de correlación	1.000	.465
		Sig. (bilateral)	.	.000
		N	192	192
	Mecanismo de Afrontamiento	Coefficiente de correlación	.465	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	192	192

*Nota: elaboración propia*

**Interpretación:** Se aprecia que el valor de significancia es 0,465 con una significancia menor de 0.05, lo cual permite determinar que existe relación significativa moderada entre Componente Interpersonal y Mecanismos de Afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

### Hipótesis Específica 3:

**H<sub>0</sub>:** No existe relación entre el componente de adaptabilidad y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

**H<sub>1</sub>:** Existe relación entre el componente de adaptabilidad y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

**Tabla 6.**

*Relación entre el componente de adaptabilidad y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.*

Adaptabilidad		Mecanismo de Afrontamiento		
Rho de Spearman	Adaptación	Coeficiente de correlación	1.000	.298
		Sig. (bilateral)	.	.000
		N	192	192
	Mecanismo de Afrontamiento	Coeficiente de correlación	.298	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	192	192

*Nota: elaboración propia*

**Interpretación:** Se aprecia que el valor de significancia es 0,298 con una significancia menor de 0.05, lo cual permite determinar que existe relación significativa baja entre Componente adaptación y Mecanismos de Afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

#### Hipótesis Específica 4:

**H<sub>0</sub>:** No existe relación entre el componente del manejo del estrés y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

**H<sub>1</sub>:** Existe relación entre el componente del manejo del estrés y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

#### Tabla 7.

*Relación entre el componente del manejo del estrés y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.*

Manejo de estrés		Mecanismo de Afrontamiento		
Rho de Spearman	Manejo de estrés	Coefficiente de correlación	1.000	.227
		Sig. (bilateral)	.	.002
		N	192	192
	Mecanismo de Afrontamiento	Coefficiente de correlación	.227	1.000
		Sig. (bilateral)	.002	.
		N	192	192

*Nota: elaboración propia.*

**Interpretación:** Se aprecia que el valor de significancia es 0,227 con una significancia menor de 0.05, lo cual permite determinar que existe relación significativa baja entre Componente manejo de estrés y Mecanismos de Afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

### Hipótesis Específica 5:

**H<sub>0</sub>:** No existe relación entre el estado de ánimo en general y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

**H<sub>1</sub>:** Existe relación entre el estado de ánimo en general y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

### Tabla 8.

*Relación entre el componente del estado de ánimo en general y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.*

Estado de ánimo en general		Mecanismo de Afrontamiento		
Rho de Spearman	Estado de ánimo en general	Coefficiente de correlación	1.000	.310
		Sig. (bilateral)	.	.000
		N	192	192
	Mecanismo de Afrontamiento	Coefficiente de correlación	.310	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	192	192

*Nota: elaboración propia.*

**Interpretación:** Se aprecia que el valor de significancia es 0,310 con una significancia menor de 0.05, lo cual permite determinar que existe relación significativa baja entre Componente estado de ánimo en general y Mecanismos de Afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.

## **CAPITULO V**

### **DISCUSIÓN**

Los resultados de nuestra investigación han demostrado que la variable inteligencia emocional en los adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho, presenta niveles mayormente regulares, según Bar-On (1997), indica que la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades cognitivas que influyen en la capacidad de tener éxito importante para enfrentar las presiones del entorno. Este resultado se debe a que los adolescentes presentan ciertas dificultades para gestionar su inteligencia emocional, En contraste con otras investigaciones, tal como es con el caso de Cofre y Rivadeneira (2022), se encuentra una similitud con el estudio realizado, ya que este estudio demostró que la inteligencia emocional es una herramienta sumamente importante para que estos puedan afrontar diferentes situaciones que supongan un riesgo de la salud mental así también se encontró otros resultados diferentes como el de Sánchez (2022), en Chiclayo, en donde se halló niveles de inteligencia emocional en un nivel bajo habiendo que trabajar en ello.

Por otro lado, los hallazgos, sobre mecanismos de afrontamiento, en los adolescentes. San Martín de Porras N° 20986 se expresan en niveles regulares, siendo la adolescencia una etapa crítica en donde se puede dar altos niveles de estrés, los mecanismos de afrontamiento como pensamientos acciones que tiene el individuo para responder a eventos estresantes (Lazarus & Folkman, 1986 como se cito en Uribe et al., 2018). Así también en el estudio de Pillco (2021), en Ecuador indicaron que los estudiantes que utilizaban estrategias de afrontamiento tenían un mejor promedio escolar y una mejor resolución de problemas.

Los hallazgos, respecto a la relación entre inteligencia emocional y mecanismos de afrontamiento, habiendo realizado la prueba de correlación de Rho-Spearman, los resultados,

indicaron un valor de significancia menor de 0.05, por lo que se ha demostrado que están relacionadas significativamente, esto denota además que a medida que los adolescentes presentan una mayor inteligencia emocional, tienen mejores mecanismos de afrontamiento, y de forma proporcional, a medida que existe menos inteligencia emocional, también tienen menos herramientas y menos mecanismos de afrontamiento. En ese sentido, la relación entre las variables es directa, y explica la interrelación entre las variables evaluadas. Resultados parecidos al de Valdivieso et al., (2018) en donde concluyeron que las estrategias para afrontar el estrés dependen del nivel de inteligencia emocional y en este estudio también se demostró que las estrategias de afrontamiento a eventos estresores no eran tan buenas al igual como los resultados encontrados en nuestra investigación. Así también en el estudio de Moreno y González (2019), en su estudio de revisión donde encontraron que la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento representan un factor protector de las patologías emocionales del adolescente. Así mismo difiere de los resultados encontrados por Velásquez (2019), en Lambayeque en su investigación Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en estudiantes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Lima. En donde evidenció en su estudio que no existía relación entre ambas variables por lo cual indicaba que cada variable trabaja independientemente.

Los resultados encontrados sobre la relación entre el componente intrapersonal y mecanismos de afrontamiento habiendo realizado la prueba de correlación de Rho-Spearman, se ha demostrado que tienen una correlación baja de 0.332 resultados parecidos al de Otayza (2021), en donde se hallaron correlaciones lineales entre atención emocional, claridad y reparación emocionales y estilos de afrontamiento para la resolución de problemas.

Con respecto al componente interpersonal y su relación con los mecanismos de afrontamiento con la comprobación de la prueba de correlación de Rho-Spearman, se ha demostrado que tienen una correlación moderada de 0.465, lo que permitirá a los individuos

gestionar sus relaciones con los demás con éxito. Resultados parecidos al estudio de González (2019), en donde se encontró un nivel promedio en la dimensión interpersonal.

En el componente adaptación y su relación con los mecanismos de afrontamiento con la comprobación de la prueba de correlación de Rho-Spearman, se ha demostrado que tienen una correlación baja de 0.298 a diferencia del estudio de Gutiérrez (2018), en donde encontraron una alta semejanza entre adaptabilidad y mecanismos de afrontamiento. Así también en el estudio de Ponce (2018), se encontró que los que los estudiantes que presentaron niveles altos de inteligencia emocional adoptaron estilos de afrontamiento que tienden a ser adaptativos, enfocándose principalmente en la búsqueda de solución de problemas y facilitando la asimilación y aceptación.

En lo que se refiere al manejo de estrés y su relación con los mecanismos de afrontamiento se comprobó con la prueba de correlación de Rho-Spearman, que tienen una correlación baja de 0.227 resultados que difieren con el estudio de Gutiérrez (2018) en donde había una relación muy significativa entre el manejo del estrés y los estilos de afrontamiento. Así también en el estudio de Segura (2018), en donde se observó, correlaciones altamente significativas entre los componentes de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés,

Y por último el componente estado de ánimo en General y su relación con los mecanismos de afrontamiento se comprobó con la prueba de correlación de Rho-Spearman, que tienen una correlación baja de 0.310, lo que difiere con el estudio de Moreno y González (2019), en donde en sus estudios de revisión encontraron que la incidencia de inteligencia emocional y la estrategia de regulación de emociones mitigaban conductas de riesgo y en los resultados donde se mostraron un adolescente con alta Inteligencia Emocional y unas Estrategias de Afrontamiento asertivas, hace de los adolescentes personas más hábiles en la



percepción y comprensión de emociones propias y ajenas, lo que propiciará el desarrollo de patrones de comportamientos más adecuados y reacciones positivas.

## CAPITULO VI

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 6.1. Conclusiones

La inteligencia emocional se relaciona de forma significativa con el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022, lo que se comprobó de acuerdo a la prueba de correlación Rho-Spearman, cuyo valor de significancia es 0.569 con una significancia menor de 0.05, lo cual influye en la resolución de problemas propios de la adolescencia.

El componente intrapersonal se relaciona de forma moderada con un valor de significancia de 0.331, con los mecanismos de afrontamiento, con lo cual se explica que la comprensión emocional de sí mismos, la asertividad, autoconcepto, autorrealización e independencia están asociados de manera moderada con la capacidad de afrontamiento.

El componente interpersonal se relaciona de forma moderada con un valor de significancia es 0,465, con el mecanismo de afrontamiento, con lo cual se explica que el desarrollo de empatía, relaciones interpersonales y responsabilidad social está relacionado de forma directamente moderada con los mecanismos de afrontamiento.

La relación entre el componente de adaptación se asocia de forma significativamente baja con un valor de 0,298 con los mecanismos de afrontamiento, con lo cual se explica que las habilidades para solucionar problemas y afrontar la realidad está asociado de forma significativamente baja con la aplicación de mecanismos de afrontamiento.

La relación entre el componente del manejo del estrés se asocia con un valor de significancia baja de 0,227, con los mecanismos de afrontamiento. por lo cual se explica la

tolerancia al estrés y control de impulsos tienen una asociación baja con la capacidad de afrontamiento de los adolescentes.

La relación entre el componente del estado de ánimo en general se enlaza de forma significativa baja con un valor de 0,310 con los mecanismos de afrontamiento, con lo cual se explica que la felicidad y optimismo de los adolescentes está relacionado de manera directamente baja con su capacidad de afrontamiento.

## **6.2. Recomendaciones.**

La dirección de la I.E. San Martín de Porras N° 20986, debe considerar incluir en el Plan Operativo Anual la presupuestación de talleres destinados a reforzar el crecimiento y desarrollo personal de los estudiantes, incluyendo en sus contenidos estrategias para mejorar la inteligencia emocional y optimizar las estrategias de afrontamiento para lograr una mejor adaptación a diferentes situaciones a las que puedan enfrentarse. Ello con la finalidad que los estudiantes logren generar capacidades que les permita una adaptación no solo al ámbito académico en situaciones estresantes o que resulten en dificultades, sino como preparación para asumir escenarios futuros una vez que egresen de las aulas.

El área de psicología de la I.E. San Martín de Porras N° 20986, debe considerar programar sesiones personalizadas con cada uno de los estudiantes, que tenga en bien motivar a los estudiantes para que busquen mayor independencia y seguridad en la toma de decisiones.

Es preciso que la I.E. San Martín de Porras N° 20986, mediante su dirección, realicen actividades que fomenten las relaciones interpersonales, tales como actividades que celebren fechas especiales, y en las que se asegure la participación de la totalidad de estudiantes, a fin de que estos logren trabajar en equipo, mejorar su comunicación, entre pares y con ello también mejorar las relaciones de empatía a partir de una participación activa.

La I.E. San Martín de Porras N° 20986, mediante sus directivos, se debe procurar, en forma coordinada con el área de psicología de la institución, realizar charlas dirigidas a los estudiantes detectados con bajos niveles de inteligencia emocional y bajos mecanismos de afrontamiento, en las que se refuerce estos aspectos y poder tener adolescentes asertivos y que resuelvan conflictos de manera adecuada.

Es preciso que la I.E. San Martín de Porras N° 20986, en coordinación con el especialista en psicología, procure realizar exámenes continuos que midan los niveles de estrés académicos, y a partir de ello inicie acciones para que los estudiantes puedan participar en sesiones en las que se les de información de cómo afrontar tales situaciones y mejorar la administración de su tiempo.

Es necesario que la institución, mediante la dirección y en coordinación con el especialista en psicología, consideren incluir un curso, o en los cursos de tutoría o de manera transversal en sus cursos asignar un horario para que los estudiantes puedan participar, durante la semana, de actividades que inviten a mejorar su estado de ánimo, a partir de actividades de interés y de esparcimiento.

## CAPITULO VII

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

#### 7.1 Fuentes documentales

- Avila, F. A. (2019). *Inteligencia Emocional y Valores En Estudiantes*. Universidad San Martín de Porres, Lima.
- Brito, P. (2019). *El Modelo de Inteligencia Emocional de Bar-On en el Perfil Académico-Profesional de la FACO/LUZ*. Venezuela.
- Cahua, K. (2021). *Inteligencia Emocional, Bienestar Psicologico y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes de Secundaria de Arequipa, 2021*. Lima: Universidad Cesar Vallejo.
- Cofre & Rivadeneyra. (2022). *La Inteligencia Emocional Como Estrategia De Afrontamiento En Adolescentes Con Problemas De Ansiedad En Centros De Atención Primaria Durante La Pandemia*. Universidad Politécnica Salesiana., Quito- Ecuador.
- Cofre, D., & Rivadeneira, G. (2022). *La inteligencia emocional como estrategia de afrontamiento en adolescentes con problemas de ansiedad en centros de atención primaria durante la pandemia*. Quito, Ecuador: Universidad Politécnica Salesiana.
- Durand, K. (2019). *Inteligencia emocional y agresividad en adolescentes de dos instituciones educativas de Lima Sur*. 2019: Universidad Nacional Federico Villareal.
- Grueso, W. (2020). *Evaluación de la Inteligencia Emocional durante la pandemia del covid-19 en un Grupo de Adolescentes del Grado Noveno de una Institución Educativa del Distrito de Buenaventura 2020*. Universidad Antonio Nariño, Buenaventura-Colombia.

- Guamán, T. (2020). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en pacientes drogodependientes en proceso de rehabilitación institucionalizados*. Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca.
- 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*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Lozada, J. (2014). *Investigación Aplicada: Definición*, Ministerio de Educación. (2021). *Proyecto Educativo Nacional al 2021*. Lima: Ministerio de educación.
- Moreno, I., & González, L. (2019). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en adolescentes*. Colombia: Universidad Católica de Pereira.
- Otayza, L. (2021). *Relación entre la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en alumnos de un programa de becarios de una universidad privada de Lima Metropolitana*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Pillco, J. (2021). *Estrategias de afrontamiento en adolescentes de la Unidad Educativa Miguel Merchán O. Año lectivo 2020-2021*. Cuenca, Ecuador: Universidad de Cuenca.
- Ponce, C. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada*. Lima: Universidad de San Martín de Porres.
- Quispe, M. (2018). *Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de educación secundaria del distrito de Pariñas, Talara*. Universidad César Vallejo, Lima.
- Quispe, N., & 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*. Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica.

- Roman, L. (2022). *Inteligencia Emocional y estrés académico en estudiantes de la carrera profesional de ciencias sociales y turismo de la Universidad José Faustino Sánchez Carrión*. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.
- Segura, C. (2018). *Inteligencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios*. Lima: Universidad Ricardo Palma.
- Solis, C., & Vidal, A. (2006). Estilos y Estrategias de Afrontamiento. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 33-39.
- Velásquez, B. (2019). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento en estudiantes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Lima*. Pimentel, Lambayeque: Universidad Señor de Sipán.

## **7.2 Fuentes bibliográficas**

- Bar-On, R. (1997). *Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical manual*. Toronto: Multi.Health Systems.
- Cooper, R., & Sawaf, A. (1998). *La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y las organizaciones*. Colombia: Editorial Norma.
- Engelhart, S., & Martineaud, D. (1997). *El Test de Inteligencia Emocional*. España: Círculo de Lectores.
- Everly, G. (1989). *A Clinical Guide to the Treatment of the Human Stress Response*. Nueva York: Plenum Press.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York, EEUU: Bantam Books. .
- Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. España: Kairos.
- Goleman, D. (2001). *An EI-Based theory of performance*. San Francisco, EEUU: Jossey-Bass.
- Hernández, R. (2014). *Metodología de la Investigación (6TA EDICIÓN ed.)*. McGRAW-HILL.

- Holroyd, K., & Lazarus, R. (1982). *Stress, coping and somatic adaptation*. En L. Goldberger y S. Breznitz (Eds.), *Handbook of Stress: Theoretical and Clinical Aspects*. New York: Free Press.
- Lázarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos (7.a ed.)*. Barcelona, España: Martínez Roca S.A.
- Olivera, Y., Dominguez, B., & Cruz, A. (2002). *Inteligencia Emocional Manual Para profesionales en el ambito Industrial*. Plaza y Valdez. *Propiedad Intelectual e Industria*. Universidad Tecnológica Indoamérica, Quito.
- Märtin, D., & Boeck, K. (2007). *Qué es inteligencia emocional*. Madrid, España: Improve.
- Meyer, J., & Salovey, P. (1994). *The Intelligence of Emotional*. New York.
- Organizacion de Naciones Unidas [ONU]. (2018). *Compendio 2018 de datos sobre el ODS 4 Estadísticas para Fomentar el Aprendizaje*. Montreal: UNESCO.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). *Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality*, 9 . EEUU.
- Sterret, E. (2002). *Guía del Directivo para la Inteligencia Emocional: De la gestión al liderazgo*. Universitaria Ramón Areces.
- Vasquez, C., Crespo, M., & Ring, J. (2003). *Estrategias de afrontamiento. Medicina Clínica en Psiquiatría y Psicología*.

### **7.3 Fuentes hemerográficas**

- Barahona & Alegre. (2016). Emotional Intelligence and ADHD: A Comparative Analysis in Students of Lima Metropolitan. *Journal of Educational Psychology-Propósitos y Representaciones.*, 4, 89-114.
- Borrás, T. (2014). Adolescence: Definition, Vulnerability and Opportunity. *Correo Científico Médico Vol. 18 N° 1 ISSN 1560-4381*, 1-2.



- Cano, J., García, J., & Rodríguez, L. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Espanolas de Psiquiatría*, 35(1), 1-15.
- Cruz, P. (2014). Creatividad e Inteligencia Emocional. (Como desarrollar la competencia emocional, en Educación Infantil, a través de la expresión lingüística y corporal). *Historia y Comunicación Social*, 107- 118.
- Medina, P. (2020). La Inteligencia Emocional Y su Relación con el apoyo social y el Autoconcepto como Factores que Influyen en el Rendimiento Académico de estudiantes de los niveles Primario, Secundario y Superior. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación mente Clara*. doi:<https://doi.org/10.32351/rca.v5.203>
- Puertas, P., Zurita, F., & Chacón, R. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Anales de Psicología*, Vol 36(1), 84–91.
- Solis, C., & Vidal , A. (2006). Estilos y Estrategias de Afrontamiento. *Revista de Psiquiatria y Salud Mental*, 33-39.
- Tobin, D., Holroyd, K., Reynolds, R., & Wigal, J. (1989). The hierarchical factor structure of the coping strategies inventory. . *Cognitive Therapy and Research*, 13, 343-361.
- Valdivieso, I., Ormaza, M., & García, Á. (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*. ISSN: 2254-7630. Manabí, Ecuador.
- Vogel, W. (1985). Coping, stress, stressors and health consequences. *Neuropsychobiology*, 13, 129-135.

#### 7.4 Fuentes electrónicas

Achahui, Y. (26 de Septiembre de 2019). *La resiliencia y el rendimiento escolar*. Visionaria

Network: <https://visionarianetwork.org/blog/la-resiliencia-y-el-rendimiento-escolar/>

Baumann, H. (28 de abril de 2022). *Crehana*. Conoce los tipos de inteligencia emocional y

comprueba con cuál te identificas.: [https://www.crehana.com/blog/empleabilidad/tipos-de-](https://www.crehana.com/blog/empleabilidad/tipos-de-inteligencia-emocional/)

[inteligencia-emocional/](https://www.crehana.com/blog/empleabilidad/tipos-de-inteligencia-emocional/)

Diaz, M. A. (28 de Marzo de 2014). *El tercer gran modelo de Inteligencia Emocional:*

*Reuven Bar-On*. [https://miguelangeldiaz.net/el-tercer-gran-modelo-de-inteligencia-](https://miguelangeldiaz.net/el-tercer-gran-modelo-de-inteligencia-emocional-reuven-bar-on/)

[emocional-reuven-bar-on/](https://miguelangeldiaz.net/el-tercer-gran-modelo-de-inteligencia-emocional-reuven-bar-on/)

Martins, J. (19 de agosto de 2021). *La importancia de la inteligencia emocional*.

<https://asana.com/es/resources/emotional-intelligence-skills>

Prevención Integral. (30 de noviembre de 2020). *Inteligencia emocional en la resolución de*

*problemas*. Obtenido de

[https://www.prevencionintegral.com/actualidad/noticias/2020/11/25/inteligencia-](https://www.prevencionintegral.com/actualidad/noticias/2020/11/25/inteligencia-emocional-en-resolucion-problemas)

[emocional-en-resolucion-problemas](https://www.prevencionintegral.com/actualidad/noticias/2020/11/25/inteligencia-emocional-en-resolucion-problemas)

Psicología y Mente. (18 de junio de 2016). *Estrategias de afrontamiento: ¿qué son y cómo*

*pueden ayudarnos?* Obtenido de [https://psicologiaymente.com/psicologia/estrategias-](https://psicologiaymente.com/psicologia/estrategias-afrontamiento)

[afrontamiento](https://psicologiaymente.com/psicologia/estrategias-afrontamiento)

Vega , E. (08 de Abril de 2022). *¿Qué es la inteligencia emocional y cuáles son sus*

*características?* GESTION: [https://gestion.pe/tendencias/inteligencia-emocional-](https://gestion.pe/tendencias/inteligencia-emocional-caracteristicas-tipos-ejemplos-test-medicion-nnda-nnlt-249127-noticia/)

[caracteristicas-tipos-ejemplos-test-medicion-nnda-nnlt-249127-noticia/](https://gestion.pe/tendencias/inteligencia-emocional-caracteristicas-tipos-ejemplos-test-medicion-nnda-nnlt-249127-noticia/)

# ANEXO

## ANEXO 1

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Consentimiento Informado

Yo ..... declaro que he sido informado e invitado a participar en una investigación denominada “Inteligencia emocional y mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. Generalísimo Don José de San Martín N° 20334, Huaura 2022”, éste es un proyecto de investigación científica que cuenta con el respaldo de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión Huacho – Perú.

Entiendo que este estudio busca determinar la relación entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022 y consistirá en responder una encuesta.

Me han explicado que la información registrada será confidencial, y que los nombres de los participantes serán asociados a un número de serie, esto significa que las respuestas no podrán ser conocidas por otras personas ni tampoco ser identificadas en la fase de publicación de resultados.

Sé que puedo negar la participación o retirarme en cualquier etapa de la investigación, sin expresión de causa ni consecuencias negativas para mí.

Sí. Acepto voluntariamente participar en este estudio y he recibido una copia del presente documento.

.....

Firma participante:

Fecha: / /2022

## ANEXO 2

### EQ-I BARON EMOTIONAL QUOTIENT INVENTORY

El presente instrumento tiene como objetivo, recopilar información para el desarrollo de la tesis de nivel universitario.

Para lo cual, se lo solicita contestar y marcar con una X sobre el recuadro correspondiente, según su percepción personal donde:

N = Nunca

RV = Rara vez

AV = A veces

AM = A menudo

CS = Casi siempre

1	Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.	N	RV	AV	AM	CS
2	Es duro para mí disfrutar de la vida.					
3	Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.					
4	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.					
5	Me agradan las personas que conozco.					
6	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.					
7	Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos					
8	Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).					
9	Reconozco con facilidad mis emociones.					
10	Soy incapaz de demostrar afecto.					
11	Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de las situaciones.					
12	Tengo la sensación de que algo no está bien en mi cabeza.					
13	Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.					

14	Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.					
15	Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.					
16	Me gusta ayudar a la gente.					
17	Me es difícil sonreír.					
18	Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.					
19	Cuando trabajo con otros tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.					
20	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.					
21	Realmente no sé para que soy bueno(a).					
22	No soy capaz de expresar mis ideas.					
23	Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.					
24	No tengo confianza en mí mismo(a).					
25	Creo que he perdido la cabeza.					
26	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.					
27	Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.					
28	En general, me resulta difícil adaptarme.					
29	Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.					
30	No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.					
31	Soy una persona bastante alegre y optimista.					
32	Prefiero que otros tomen decisiones por mí.					
33	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.					
34	Pienso bien de las personas.					

35	Me es difícil entender cómo me siento.					
36	He logrado muy poco en los últimos años.					
37	Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.					
38	He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.					
39	Me resulta fácil hacer amigos(as).					
40	Me tengo mucho respeto.					
41	Hago cosas muy raras.					
42	Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.					
43	Me resulta difícil cambiar de opinión.					
44	Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.					
45	Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.					
46	A la gente le resulta difícil confiar en mí.					
47	Estoy contento(a) con mi vida.					
48	Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).					
49	No puedo soportar el estrés.					
50	En mi vida no hago nada malo.					
51	No disfruto lo que hago.					
52	Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.					
53	La gente no comprende mi manera de pensar.					
54	Generalmente espero lo mejor.					
55	Mis amigos me confían sus intimidades.					

56	No me siento bien conmigo mismo(a).					
57	Percibo cosas extrañas que los demás no ven.					
58	La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.					
59	Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.					
60	Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo.					
61	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.					
62	Soy una persona divertida.					
63	Soy consciente de cómo me siento.					
64	Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.					
65	Nada me perturba.					
66	No me entusiasman mucho mis intereses.					
67	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.					
68	Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.					
69	Me es difícil llevarme con los demás.					
70	Me resulta difícil aceptarme tal como soy.					
71	Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.					
72	Me importa lo que puede sucederle a los demás.					
73	Soy impaciente.					
74	Puedo cambiar mis viejas costumbres.					
75	Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.					



76	Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.					
77	Me deprimó.					
78	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.					
79	Nunca he mentado.					
80	En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.					
81	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.					
82	Me resulta difícil decir “no” aunque tenga el deseo de hacerlo.					
83	Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.					
84	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.					
85	Me siento feliz con el tipo de persona que soy.					
86	Tengo reacciones fuertes, intensas, que son difíciles de controlar.					
87	En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.					
88	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).					
89	Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.					
90	Soy capaz de respetar a los demás.					
91	No estoy muy contento(a) con mi vida.					
92	Prefiero seguir a otros a ser líder.					
93	Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.					
94	Nunca he violado la ley.					
95	Disfruto de las cosas que me interesan.					
96	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.					

97	Tiendo a exagerar.					
98	Soy sensible ante los sentimientos de las otras personas.					
99	Mantengo buenas relaciones con los demás.					
100	Estoy contento(a) con mi cuerpo.					
101	Soy una persona muy extraña.					
102	Soy impulsivo(a).					
103	Me resulta difícil cambiar mis costumbres.					
104	Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.					
105	Disfruto las vacaciones y los fines de semana.					
106	En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.					
107	Tengo tendencia a depender de otros.					
108	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.					
109	No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.					
110	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.					
111	Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.					
112	Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.					
113	Los demás opinan que soy una persona sociable.					
114	Estoy contento(a) con la forma en que me veo.					
115	Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.					
116	Me es difícil describir lo que siento.					
117	Tengo mal carácter.					

118	Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema.					
119	Me es difícil ver sufrir a la gente.					
120	Me gusta divertirme.					
121	Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.					
122	Me pongo ansioso(a).					
123	No tengo días malos.					
124	Intento no herir los sentimientos de los demás.					
125	No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.					
126	Me es difícil hacer valer mis derechos.					
127	Me es difícil ser realista.					
128	No mantengo relación con mis amistades.					
129	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).					
130	Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.					
131	Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.					
132	En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación de que voy a fracasar.					
133	He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.					

Nota. Elaborado por Román Díaz Leonardo Daniel adaptación del Bar-On (1997).

### ANEXO 3

## INSTRUMENTO PARA EVALUACIÓN DEL MECANISMO DE AFRONTAMIENTO

### Cuestionario: “Mecanismos de afrontamiento”

El presente instrumento tiene como objetivo, recopilar información para el desarrollo de la tesis de nivel universitario.

Para lo cual, se lo solicita contestar y marcar con una X sobre el recuadro correspondiente, según su percepción personal donde:

0 = En absoluto

1 = Un poco

2 = Bastante

3 = Mucho

4 = Totalmente

1	Luche para resolver el problema.	0	1	2	3	4
2	Me esforcé para resolver los problemas de la situación.	0	1	2	3	4
3	Hice frente al problema.	0	1	2	3	4
4	Supe lo que había que hacer, así que doblé mis esfuerzos y traté con más ímpetu de hacer que las cosas funcionaran.	0	1	2	3	4
5	Mantuve mi postura y luché por lo que quería.	0	1	2	3	4
6	Me culpé a mí mismo.	0	1	2	3	4
7	Me di cuenta de que era personalmente responsable de mis dificultades y me lo reproché.	0	1	2	3	4
8	Me critiqué por lo ocurrido.	0	1	2	3	4
9	Me recriminé por permitir que esto ocurriera.	0	1	2	3	4
10	Fue un error mío, así que tenía que sufrir las consecuencias.	0	1	2	3	4
11	Dejé salir mis sentimientos para reducir el estrés.	0	1	2	3	4

12	Expresé mis emociones, lo que sentía.	0	1	2	3	4
13	Analicé mis sentimientos y simplemente los dejé salir.	0	1	2	3	4
14	Dejé desahogar mis emociones.	0	1	2	3	4
15	Mis sentimientos eran abrumadores y estallaron.	0	1	2	3	4
16	Deseé que la situación nunca hubiera empezado.	0	1	2	3	4
17	Deseé que la situación no existiera o que de alguna manera terminase.	0	1	2	3	4
18	Deseé no encontrarme nunca más en esa situación.	0	1	2	3	4
19	Deseé poder cambiar lo que había sucedido.	0	1	2	3	4
20	Me imaginé que las cosas podrían ser diferentes.	0	1	2	3	4
21	Encontré a alguien que escuchó mi problema.	0	1	2	3	4
22	Hablé con una persona de confianza.	0	1	2	3	4
23	Dejé que mis amigos me echaran una mano.	0	1	2	3	4
24	Pasé algún tiempo con mis amigos.	0	1	2	3	4
25	Pedí consejo a un amigo o familiar que respeto.	0	1	2	3	4
26	Repasé el problema una y otra vez en mi mente y al final vi las cosas de forma diferente.	0	1	2	3	4
27	Cambié la forma en que veía la situación para que las cosas no parecieran tan malas.	0	1	2	3	4
28	Me convencí de que las cosas no eran tan malas como parecían.	0	1	2	3	4
29	Me pregunté que era realmente importante y descubrí que las cosas no estaban tan mal después de todo.	0	1	2	3	4
30	Me fijé en el lado bueno de las cosas.	0	1	2	3	4
31	No dejé que me afectara; evité pensar en ello demasiado.	0	1	2	3	4
32	Traté de olvidar por completo el asunto.	0	1	2	3	4

33	Quité importancia a la situación y no quise preocuparme más.	0	1	2	3	4
34	Me comporté como si nada hubiera pasado.	0	1	2	3	4
35	Evité pensar o hacer nada.	0	1	2	3	4
36	Pasé algún tiempo solo.	0	1	2	3	4
37	Evité estar con gente.	0	1	2	3	4
38	Oculté lo que pensaba y sentía.	0	1	2	3	4
39	No dejé que nadie supiera como me sentía.	0	1	2	3	4
40	Traté de ocultar mis sentimientos.	0	1	2	3	4

Nota. Inventario de Estrategias de afrontamiento Adaptación por Cano, Rodríguez y García, 2006.

*Muchas gracias.*

## Anexo 4

### Tablas Complementarias

**Tabla 9**

*Inteligencia emocional en adolescente de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022.*

<b>Inteligencia Emocional</b>	<i>N</i>	<i>%</i>
Muy bajo	0	0
Bajo	0	0
Regular	162	84
Alto	30	16
Muy Alto	0	0
Total	192	100

*Nota: elaboración propia.*

En la tabla 9 se observa con respecto a la variable inteligencia emocional en los adolescentes encuestados de la Institución Educativa San Martín de Porras No 20986 el 84% tiene un nivel regular de inteligencia emocional, el 16% de adolescentes tienen un nivel alto de inteligencia emocional y no se encuentran niveles bajos o muy bajos de inteligencia emocional, así también no se encuentran niveles muy altos de inteligencia emocional en la población de estudio.

**Tabla 10**

*Mecanismo de afrontamiento en adolescente de la I.E. San Martin de Porras N.º 20986*

*Huacho 2022.*

Mecanismos de Afrontamiento	N	%
Muy bajo	0	0
Bajo	38	20
Regular	126	66
Alto	24	13
Muy Alto	4	2
Total	192	100

*Nota: elaboración propia.*

En la tabla 10 con respecto a la variable inteligencia emocional en los adolescentes encuestados de la Institución Educativa San Martin de Porras No 20986 el que 20% de adolescentes representa el nivel bajo de mecanismo de afrontamiento, el 66% de adolescentes tiene un nivel regular de mecanismos de afrontamiento, el 13% de mecanismos de afrontamiento, y un 2% con un nivel muy alto de mecanismo de afrontamiento, en los adolescentes de la I.E. San Martin de Porras N° 20986 Huacho 2022.



**Tabla 11**

*Dimensiones por componentes de inteligencia emocional en los adolescentes de la I.E. San Martin de Porras N.º 20986 Huacho 2022.*

<b>COMPONENTES</b>	<b>Muy bajo</b>		<b>Bajo</b>		<b>Regular</b>		<b>Alto</b>		<b>Muy Alto</b>		<b>Total</b>	
	<i>n</i>	%	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>N</i>	%
Intrapersonal	0	0	8	4	143	74	41	21	0	0	192	100
Interpersonal	0	0	8	4	142	74	39	20	3	2	192	100
Adaptabilidad	0	0	8	4	158	82	26	14	0	0	192	100
Manejo del estrés	0	0	12	6	106	55	62	32	12	6	192	100
Estado de Ánimo	0	0	11	6	132	69	42	22	7	4	192	100

*Nota:* elaboración propia

En la tabla 11 se observa los componentes de inteligencia emocional en donde en lo que se refiere al componente Intrapersonal el 4% tienen un nivel bajo, el 74% tienen un nivel regular y el 21% tiene un nivel alto, encontrándose un 0% en el nivel muy bajo y 0% en el nivel muy alto.

En lo que se refiere al componente interpersonal de los adolescentes de la I.E. San Martin de Porras N.º 20986 Huacho 2022., se observa 4% de los adolescentes tienen un nivel bajo, el 74% tienen un nivel regular y el 20% tiene un nivel alto, y el 2% tiene un nivel muy alto sobre este componente así también se encontró un 0% en el nivel muy bajo.

En el componente adaptabilidad de los adolescentes de la I.E. San Martin de Porras N.º 20986 Huacho 2022., se observa 4% de los adolescentes tienen un nivel bajo, el 82%

tienen un nivel regular y el 14% tiene un nivel alto, igualmente se encontró un 0% tienen un nivel muy bajo y el 0% tienen un nivel muy alto.

En el componente manejo del estrés de los adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022., se observa 6% de los adolescentes tienen un nivel bajo, el 55% tienen un nivel regular y el 32% tiene un nivel alto, el 6% tiene un nivel muy alto también se encontró un 0% en el nivel muy bajo.

En el componente estado de ánimo de los adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N.º 20986 Huacho 2022., se observa 6% de los adolescentes tienen un nivel bajo, el 69% tienen un nivel regular, el 22% tiene un nivel alto, el 4% tienen un nivel muy alto en este componente también se encontró un 0% que tienen un nivel muy bajo en este componente.



## Anexo 5

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

<b>INTELIGENCIA EMOCIONAL Y MECANISMO DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DE LA I.E. GENERALÍSIMO DON JOSÉ DE SAN MARTIN N° 20334, HUAURA 2022.</b>				
<b>PROBLEMAS</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPOTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>METODOLOGIA</b>
<b><u>Problema General</u></b>	<b><u>Objetivo General</u></b>	<b><u>Hipótesis General</u></b>		
¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?	Determinar la relación entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.	Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.	Inteligencia emocional  Mecanismo de afrontamiento	<b><u>TIPO Y NIVEL DE ESTUDIO</u></b> Tipo Aplicada, Correlacional <b><u>DISEÑO METODOLÓGICO</u></b> No experimental y transversal <b><u>POBLACION Y MUESTRA</u></b>  Población (N):382 •Muestra (n): 192  <b><u>CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN</u></b> CRITERIOS DE INCLUSIÓN - Adolescentes de ambos sexos que estudian en la I.E. San Martín de Porras N° 20986. - Adolescentes de ambos sexos que
<b><u>Problemas específicos</u></b>	<b><u>Objetivos específicos</u></b>	<b><u>Hipótesis específicas</u></b>		
¿Cuál es la relación entre el componente intrapersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?	Determinar la relación entre el componente intrapersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.	El componente intrapersonal se relaciona de forma significativa con el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.		
¿Cuál es la relación entre el componente interpersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?	Determinar la relación entre el componente interpersonal y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.	El componente interpersonal se relaciona de forma significativa con el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.		

<p>¿Cuál es la relación entre componente de adaptabilidad y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?</p>	<p>Determinar la relación entre el componente de adaptabilidad y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.</p>	<p>El componente de adaptabilidad se relaciona de forma significativa con el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.</p>		<p>acepten de manera independiente participar de manera voluntaria en la presente investigación.</p>
<p>¿Cuál es la relación entre el componente del manejo del estrés y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?</p>	<p>Determinar la relación entre el componente del manejo del estrés y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.</p>	<p>El componente del manejo del estrés se relaciona de forma significativa con el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.</p>		<p><b>CRITERIOS DE EXCLUSIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adolescentes de ambos sexos que estudien en otra institución educativa de Huacho.</li> <li>- Adolescentes de ambos sexos que no acepten de manera independiente participar de la presente investigación.</li> </ul>
<p>¿Cuál es la relación entre el componente del estado de ánimo en general y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022?</p>	<p>Determinar la relación entre el componente del estado de ánimo en general y el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.</p>	<p>El componente del estado de ánimo en general se relaciona de forma significativa con el mecanismo de afrontamiento en adolescentes de la I.E. San Martín de Porras N° 20986 Huacho 2022.</p>		

## ANEXO 6

### SOLICITUD DE RECOLECCION DE DATOS



“AÑO DEL FORALECIMIENTO DE LA SOBERANIA NACIONAL”



Huacho, 16 de septiembre de 2022

Señor:  
**VALERIO LEÓN BRONCANO**  
Director de la I.E 20986 San Martín De Porres Huacho

Asunto: solicito autorización para ejecutar instrumento de investigación.


De mi mayor consideración.

Es muy grato dirigirme a usted, para saldarlo muy cordialmente en nombre de UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SANCHEZ CARRION Y LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA y el mío propio, desearle la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.

A su vez, la presente tiene como objetivo solicitar su autorización, a fin de que los Bach. Quispe Castillo, Carlos y Sánchez Pillaca Daniel puedan ejecutar su investigación titulada: “Inteligencia Emocional Y Mecanismo de Afrontamiento en Adolescente de la I.E San Martín de Porras N° 20986”, en la institución que usted preside, agradeceré se nos brinde facilidades correspondientes. Sin otro particular, me despido de Usted, no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.

Atentamente.



  
Dr. Valerio Félix León Broncano  
DIRECTOR  
I.E 20986 - SAN MARTÍN DE PORRES

Firma de autorización

**ANEXO**  
**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS**












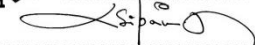
YULISSA N. COLLANTES VILCHEZ  
DOCENTE ASOC. TP 28H UNIFSC  
DNU 286

ASESORA

**COLLANTES VILCHEZ YULISSA**



Univ. Nac. José F. Sánchez Carrión  
Facultad de Medicina Humana



---

Dr. Gustavo Augusto Sipán Valerio  
DOCENTE DNU 161

**PRESIDENTE DE JURADO  
SIPAN VALERIO GUSTAVO A.**



---

M<sup>g</sup>. Gladis Villanueva Cadenas  
DOCENTE UNIVERSITARIO  
EN LA OPTIMIZACIÓN DE ENFERMERIA  
UNFJSC

**SECRETARIO DE JURADO  
VILLANUEVA CADENAS GLADIS G.**



**VOCAL DE JURADO  
PABLO AGAMA ELIZABETH J.**