



Universidad
Norbert Wiener

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA EN SALUD
MENTAL Y PSIQUIATRÍA**

Trabajo Académico

Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes adolescentes de una
institución privada de Lima, 2025

Para optar el Título de
Especialista en Enfermería en Salud Mental y Psiquiatría

Presentado por:

Autora: Valencia Arce, Maria de los Angeles

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-4151-345X>

Asesor: Mg. Reyes Gastañadui, Neal Henry

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9145-3897>

Lima – Perú

2026

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01

Yo, Valencia Arce, Maria de los Angeles, egresada de la Facultad de Ciencias de la Salud y Programa Académico de Enfermería, del programa **Segunda especialidad en Enfermería en Salud Mental y Psiquiatría**, de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN PRIVADA DE LIMA, 2025" Asesorado por el docente: Reyes Gastañadui, Neal Henry, DNI 42757976, ORCID: 0000-0001-9145-3897, tiene un índice de similitud de (13) (trece) % con código OID: 14912.550340879, verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el Turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor
 María de los Ángeles, Valencia Arce
 DNI:48186913



 Firma
 Mg. Neal Henry Reyes Gastañadui
 DNI: 42757976

Lima, 26 de febrero de 2026

DEDICATORIA

Este trabajo se lo dedico a mis padres por su apoyo incondicional, a mis docentes y amistades que estuvieron apoyándome en todo momento del estudio.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por su misericordia de haberme permitido llegar con salud hasta el final de mi estudio, también doy las gracias a mi asesor y familia por contribuir en mi avance profesional de la especialidad

Jurados**Presidente:** Mg. Elsa Magaly Yaya Manco**Secretario:** Mg. Hidalgo Falcon, María Mercedes**Vocal:** Mg. Lucimar Josefina Barrios Cabello

RESUMEN

En estos tiempos los estudiantes adolescentes viven en un entorno acelerado y tenso, lo que dificulta en muchos casos el manejo adecuado de sus emociones, la mayoría desconoce cómo fortalecer su resiliencia ante situaciones difíciles, lo que puede tornarse en comportamientos irritables o impulsivos, estas conductas existentes resultan preocupantes, en consecuencia se pretende llevar a cabo esta investigación con el fin de comprender mejor este problema y proponer algunas alternativas que puedan dar solución. Por lo tanto, este estudio tiene como objetivo general; “Determinar cómo la inteligencia emocional se relaciona con la resiliencia en estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025”. Su metodología fue establecida con el método hipotético deductivo, con un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y alcance correlacional, la población estará conformada por 224 y la muestra será de 139 estudiantes de una institución privada de Lima, 2025, los instrumentos que se aplicaran son; la Escala de Metaconocimiento de los Estados Emocionales (TMMS-24) y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993) adaptado por Novella (2002). Finalmente, la información obtenida por medio de las encuestas serán procesadas en el software estadístico de SPSS versión 26. Además, para hallar los resultados, se realizarán pruebas de inferencia y relación con el estadístico Rho de Spearman.

Palabra claves: inteligencia emocional, resiliencia, estudiantes

ABSTRACT

In today's fast-paced and high-pressure environment, many adolescent students struggle to manage their emotions effectively. A significant number lack the tools to build resilience in the face of adversity, which often leads to impulsive or irritable behaviors. These patterns are increasingly concerning within educational settings, as they can impact both personal development and academic performance. In response to this issue, the present study aims to explore and better understand the relationship between emotional intelligence and resilience among adolescent students. Specifically, the general objective is: "To determine how emotional intelligence relates to resilience in adolescent students at a private educational institution in Lima, 2025." The research follows a hypothetical-deductive method, employing a quantitative approach with a non-experimental, correlational design. The study population consists of 224 students, with a sample of 139 drawn from a private institution in Lima. Data will be collected using two validated instruments: the Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) and the Wagnild and Young Resilience Scale (1993), adapted by Novella (2002). Survey data will be processed using SPSS software version 26. To analyze the results, inferential statistics and correlation tests will be applied, specifically using Spearman's Rho coefficient.

Keywords: emotional intelligence, resilience, students

1. EL PROBLEMA

1.1.Planteamiento del problema

Para la organización mundial de la salud en el 2022, menciona que uno de cada siete adolescentes sufre algún tipo de alteración en la mente, donde en este grupo se concentra el 13% de las enfermedades a nivel global y las principales afecciones que perjudican a los jóvenes son los estados depresivos, estar ansiosos de manera excesiva y cambios negativos en su conducta, todo está poca prioridad que reciben las afecciones psicológicas en este periodo de su desarrollo puede tener repercusiones, afectando en su condición física como en su funcionamiento cognitivo emocional, y disminuyendo su potencial para llevar una vida satisfactoria en el futuro (1).

En Almería, en 2023, una investigación describe que, en esa fase de transición que los adolescentes experimentan una serie de cambios profundos en su desarrollo psicológico, biológico, social y cognitivo, son importantes para alcanzar aquella madurez y autonomía, lo cual le va a permitir tomar las primeras decisiones por sí mismos, alejándose progresivamente de la influencia directa de las personas con las que vive, por ello, este período representa un momento vulnerable porque, muchos de ellos suelen adoptar patrones de comportamientos desadaptativos por el uso de bebidas con alcohol, cigarros y estupefacientes (2).

Por España, en 2021, un estudio encontró que adolescentes que tenían más capacidad de controlar su emoción y habilidad para reponerse ante obstáculos, lograban un desempeño educativo superior, lo que también es traducida en una mejor convivencia y un ambiente más positivo dentro del aula pero, no todos los jóvenes desarrollaban estas habilidades, lo cual se convirtió en un desafío en las instituciones educativas al querer implementar estrategias y promover programas que fortalezcan estas habilidades emocionales en los estudiantes (3).

En la región del Caribe los adolescentes constituyen una parte poblacional importante para el desarrollo social, según los reportes oficiales del ente coordinador de salud panamericano. Este grupo demográfico corresponde al 30% del total de habitantes en América Latina, lo que muestra su influencia en la parte económica, cultural y política de este lugar y a pesar de ser vistos como un grupo mayormente saludable, sus necesidades de salud suelen pasar desapercibidas y no se les da la atención que corresponde a su etapa de vida (4). Complementariamente, los datos del Fondo de las Naciones Unidas (UNICEF), señala el hecho de que 16 millones de personas conforman la población entre 10 y 19 años las cuales padecen alguna alteración de salud mental (5).

Un estudio realizado en estudiantes españoles y ecuatorianos en el 2022, con una muestra de 476, encontró en los hallazgos que muchos de estos estudiantes muestran síntomas de bastante ansiedad y sensación de estrés especialmente en las féminas y explico cuan mayor resiliencia, los estudiantes comprendan y gestionen, mejora su control impulsos y sentimientos, pero la falta de intervenciones educativas específicas limita su adquisición de estas habilidades, las cuales se debe desarrollar, mediante talleres de manejo emocional dentro de las aulas, para que los jóvenes potencien su capacidad de resiliencia, con el fin de que mejoren su salud psicoemocional (6).

A nivel del Perú, según el Ministerio de Salud, en el 2021, casi el 30 % de jóvenes en la adolescencia (12-17 años) presentan vulnerabilidad elevada en desarrollar trastornos psicológicos o alteraciones emocionales (7). Además, con los últimos datos recogidos por la encuesta Demográfica y de Salud Familiar, 2022 (ENDES), ejecutada por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), se registra que aproximadamente un tercio (32.3%) de la población joven (15- 29 años) ha presentado alteraciones en su salud emocional, evitando que puedan llevar adecuadamente un equilibrio de sus emociones, derivándolos a no saber cómo enfrentar el estrés o superar dificultades (8).

Un estudio realizado en Trujillo, en 2023, realizado en un grupo de adolescentes mostró que el 55,2% tuvo inteligencia emocional regular y el 49,7% resiliencia media, hallando que ambas variables guardan una importante relación estadística y determinaron potenciar tanto las habilidades para relacionarse con otros, como el trabajo personal de quererse a sí mismos y valorar la vida (9). Asimismo, un estudio realizado en Cajamarca, en el 2022, revelo datos importantes sobre el desarrollo psicosocial, el 91,63% de los adolescentes presentaron una capacidad emocional y social atípica, mientras que el 52,12% obtuvo un nivel alto de resiliencia, encontrando que existía una correlación moderada entre los factores estudiados con una solidez estadística demostrada de ($p < 0.01$), (10).

Un centro Educativo privado en Lima enfrenta desafíos pedagógicos enfocados en la gestión de emociones y la resiliencia entre los alumnos, pues a medida que los estudiantes enfrentan desafíos académicos, presiones familiares y situaciones sociales complejas, se ha detectado que muchos de ellos presentan dificultades para manejar adecuadamente sus emociones, acercándolos a mayores niveles de estrés, ansiedad y conflictos interpersonales, por lo que, algunos estudiantes muestran carencias de habilidades, para afrontar situaciones de fracasos, lo que perjudica sus logros educativos y salud psicoemocional.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema General

¿Cómo la inteligencia emocional se relaciona con la resiliencia en estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cómo la dimensión atención emocional se relaciona con la resiliencia en estudiantes adolescentes?
- ¿Cómo la dimensión claridad emocional se relaciona con la resiliencia en estudiantes adolescentes?
- ¿Cómo la dimensión reparación emocional se relaciona con la resiliencia en estudiantes adolescentes?

1.3.Objetivo de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar cómo la inteligencia emocional se relaciona con la resiliencia en estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Identificar la dimensión atención emocional se relaciona con la resiliencia en estudiantes adolescentes.
- Identificar cómo la dimensión claridad emocional se relaciona con la resiliencia en estudiantes adolescentes.
- Identificar cómo la dimensión reparación emocional se relaciona con la resiliencia en estudiantes adolescentes.

1.4.Justificación de la investigación

1.4.1. Justificación Teórica

Las competencias de inteligencia emocional y el afrontamiento resiliente, se encuentran vinculados en la etapa adolescente en el contexto educativo, esta población enfrenta retos donde su conocimiento y su regulación de emociones son esenciales reconocerlas a tiempo. Por ello este

estudio es relevante y tiene sus fundamentos teóricos justificados en el modelo enfermería Callista Roy, porque radica en un enfoque holístico a la vez las personas experimentan situaciones llenas de distintas emociones, y es donde uno debe aprender a desarrollar una actitud positiva de resiliencia para adaptarse a momentos complicados que les permita vivir en un entorno equilibrado de armonía. Además, es respaldado por fuentes bibliográficas de artículos indexados confiables.

Justificación Metodológica

El estudio se representa por una orientación metodológica que garantiza rigurosidad y profundidad del estudio al sustentarse los principios y métodos científicos, este enfoque establece un procedimiento sistemático objetivo desde la recolección de datos hasta su análisis, empleando un diseño correlacional el cual es adecuado para examinar la relación entre ambas variables. Asimismo, los instrumentos seleccionados reúnen los requisitos de validez y fiabilidad que aseguran la calidad y posición para que se pueda obtener los resultados adecuados.

1.4.2. Justificación Práctica

También, está justificado de manera práctica porque, proporcionará herramientas para mejorar la salud en el adolescente en su área emocional y en el desempeño escolar, por medio de sesiones psicoeducativas, de talleres grupales, con temas de resiliencia y habilidades sociales y ejercicios respiratorios y de meditación para su autorregulación, estiramientos corporales y buen trato en el aula. Además, los resultados que se encuentren permitirán crear intervenciones y estrategias específicas que apoyen a los estudiantes enfrentar retos propios de sus emociones en su edad cronológica de vida, de esta manera se fortalecerá el acompañamiento que brindan los profesionales educativos impactando de forma positiva para su crecimiento integro de salud de este conjunto de estudiantes. Asimismo, los hallazgos servirán para desarrollar talleres diseñados para mejorar la resiliencia en los adolescentes.

1.5.Delimitación de la investigación

1.5.1. Temporal

El estudio se aplicará durante el mes de octubre del año 2025.

1.5.2. Espacial

Se realizará en una institución educativa privada.

1.5.3. Población o unidad de análisis

Estudiantes adolescentes de una institución educativa privada ubicada en Lima.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Ibrahim et al. (11), 2022 en Sudán, realizaron su trabajo de investigación con el propósito de “determinar los niveles en inteligencia emocional y de resiliencia en los adolescentes”. Su enfoque fue cuantitativo de diseño descriptivo transversal, su muestra fue de 392 estudiantes y sus instrumentos utilizados han sido el Trait Emotional Intelligence Questionnaire y el otro instrumento fue Brief Resilience Scale, los hallazgos revelaron que los escolares poseían niveles elevados de habilidades socioemocionales (media = 131.53 ± 22.16) y una resiliencia normal (media = 3.20 ± 0.51) y el análisis estadístico reveló una asociación de significancia entre ambas variables por un valor de ($r = .272$, $p < .0005$), permitiendo concluir que el desarrollo de habilidades emocionales van directamente con la fortaleza de la resiliencia en los adolescentes.

Anam et al. (12), 2024 en Indonesia, realizaron una investigación cuyo objetivo fue "examinar la contribución de inteligencia emocional y resiliencia en los adolescentes", utilizó un enfoque cuantitativo con diseño correlacional, analizando una muestra de 65 adolescentes y se

aplicaron dos instrumentos; Trait Meta-Mood Scale y la Scala de Connor Davinson para la resiliencia, sus hallazgos obtenidos indicaron que la competencia de inteligencia de emociones contribuye significativamente a ser más resilientes debido al valor de 45.4% en la varianza explicada por esta relación ($p < 0.01$). Concluyen, que una mayor capacidad para controlar las emociones se incrementa la tolerancia y así nace un ser más resiliente en familias disfuncionales.

Kumar et al. (13), 2021 en la India, su estudio tuvo el propósito de "investigar cuanto se relaciona inteligencia emocional hacia la resiliencia en los adolescentes", Su enfoque era cuantitativo con diseño correlacional, para la muestra fue 200 participantes de décimo grado, dividido en 100 hombres y 100 femeninas, los instrumentos que utilizaron fueron; Resiliency Scales for Children and Adolescence (RSCA) y Schutte Emotional Intelligence Scale, en sus resultados mostraron que las damas revelaban altos niveles de ser resilientes ($M = 139.36$, $SD = 18.66$) en comparación con los varones ($M = 119.59$, $SD = 15.23$), y también mayores niveles de inteligencia emocional ($M = 105.24$, $SD = 4.66$) en comparación con los varones ($M = 136.28$, $SD = 2.33$). Concluyen, que existe una relación significativa positiva en la variable uno con la variable dos del estudio investigado debido al valor estadístico de $R = 0.62$ ($p < 0.05$).

Barahona y Chávez (14) en Ecuador, desarrollaron una investigación cuyo fin fue "Determinar la asociación entre resiliencia y la inteligencia de emociones", su enfoque fue cuantitativo de diseño que no es experimental y alcance de correlación, para su muestra eligió 90 estudiantes y utilizaron dos instrumentos; primero el cuestionario para la competencia emocional (QCE), segundo fue la Escala de Resiliencia General (RS), en sus hallazgos mostraron relación de manera positiva y estadísticamente significativa por el puntaje total en resiliencia a las subescalas de inteligencia emotiva, específicamente en forma de percibir las emociones debido al valor ($r = 0,45$; $p = 0.000$), seguido de manejo de emociones ($r = 0,68$, $p = 0,000$) luego expresar sus

emociones por ($r = 0,59$, $p = 0,000$), Concluye el estudio a que se entiende que al incrementarse una de las variables, la otra también empieza a aumentar.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Barrera (15), 2022 en Perú, su investigación tuvo como propósito “establecer como se relaciona inteligencia emocional en la resiliencia en adolescentes”, el enfoque que usaron era cuantitativo con un diseño que se correlaciona, la muestra extraída del universo fue de 127 personas, para realizar sus encuestas utilizaron los instrumentos TNMS-24 que mide inteligencia emocional y para la resiliencia fue la escala de Wagnild y Young y en sus resultados obtuvieron un 14.2% de niveles adecuados de intelecto emocional y 97.6% rangos óptimos de resiliencia, concluye, que existe una conexión de significancia en la variable 1 con la variable 2 debido a ($p < 0.05$, $Rho 0,443$, $r^2 = 19,62\%$).

Meza (16), 2022 en Huancayo, realizó un trabajo de investigación donde el propósito era “comprobar cuál es su relación en inteligencia emocional y la resiliencia de las mujeres adolescentes en un colegio nacional”, su enfoque fue cuantitativo con diseño de correlación y su muestra fue 1259 participantes, para evaluar las variables utilizaron dos instrumentos, el cuestionario de BarOn y escala de Wagnild y Young, en sus hallazgos encontraron que 95% tuvo inteligencia emocional excelente, seguido de un 4% muy alta, en cuanto a la resiliencia, el 29,8% fue bajo, seguido de un 29,5% bajo, concluye, que hay una significativa relación en inteligencia emotiva y la capacidad de ser resiliente por ($p < 0.05$, $Rh 0,587$).

Estrada (17), 2020 en Puerto Maldonado, el propósito de su investigación fue “analizar la conexión existente entre inteligencia emocional y la capacidad de resiliencia en estudiantes del sector público”, su método de estudio fue cuantitativo de diseño correlacional, su muestra se

conformó de 93 adolescentes, y aplicaron dos instrumentos, el primero fue inventario de inteligencia emocional de BarOn ICE- NA y el segundo fue el cuestionario de factores de resilientes, los hallazgos evidenciaron 55.9 % que presentaban inteligencia emocional desarrollada de forma parcial, y el 43% tuvo resiliencia en niveles moderados, concluye, que existía una valoración positiva en ambas variables del estudio ($p= 0,000$; $r_s= 0,676$).

Collazos (18), 2021 en Puente Piedra, llevó a cabo una investigación con el fin de “encontrar la relación en inteligencia de emociones y capacidad de resiliencia en adolescentes” su enfoque era cuantitativo de diseño no experimental, su muestra estuvo conformada en 180 y sus instrumentos que utilizaron son: el Inventario Emocional de BarOn ICE- NA y el Test que mide la resiliencia (ER), los datos evidenciaron un alto nivel de correlación positiva por el valor ($r = 0.794$), concluye, que el ser inteligente emocionalmente tiene un impacto relevante en los estudiantes para que desarrollen resiliencia, lo cual subraya la necesidad en potenciar estas habilidades para favorecer un crecimiento emocional equilibrado y mejorar la habilidad de los jovencitos para superar circunstancias difíciles.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Inteligencia emocional – variable 1

Desde antes el termino inteligencia emocional estuvo creado por dos investigadores, Salovey y Mayer en su artículo llamado “Inteligencia Emocional” en una revista “Imagination, Cognition, and Personality en 1990”. Más tarde fue popularizado por Dan Goleman en su libro de 1996 “Emotional Intelligence” (19).

Las emociones están implicadas en todo lo que la gente hace en cada acción, decisión y razonamiento por lo que, suelen usar su pensamiento para manejar sus emociones en lugar de ser manejados por su propia emoción y conforme ha ido transcurriendo las décadas, la definición de

inteligencia, se ha convertido como indicador muy importante para los conocimientos, habilidades y destrezas de una persona, por ejemplo; en el lugar de trabajo, la escuela y la vida personal (20).

La inteligencia emocional es definida por un conjunto de capacidades y cualidades autopercibidas para la identificación, evaluación y gestión de las emociones propias del entorno, lo que afirma que los individuos que tienen elevada inteligencia, tienen la habilidad para percibir las emociones de los demás, mostrando ser más afables y tolerantes (21).

Asimismo, existen componentes básicos de esta capacidad, el ser consciente, motivadores y reguladores, donde la autoconciencia es el conocimiento de los propios estados emocionales y forma de pensar, lo cual se verá en sus acciones, a su vez la autorregulación consiste en gestionar las emociones y comportamientos impulsivos, manejando el estrés de manera eficaz y la motivación, es la capacidad de enfocarse en objetivos a largo plazo, superando obstáculos (22).

2.2.2. Importancia

Para la inteligencia emocional, no solo el índice cognitivo es decisivo para alcanzar el equilibrio en el ámbito profesional y personal, por lo que es necesario hacer un manejo de emociones en forma eficiente, dado que los individuos con inteligencia emocional disponen de una mayor capacidad para resolver conflictos, tomar decisiones adecuadas y no solo con las personas que vive en su hogar sino con las del trabajo o estudio (23).

2.2.3. Inteligencia emocional en adolescentes

En los adolescentes se manifiesta como la destreza de reconocer, comprender y regular tanto sus mismos sentimientos como las de quienes les rodean, siendo esto primordial durante una fase marcada por desarrollo físico, en emociones y de aspecto social. Por ello, durante la adolescencia, el desarrollo de esta inteligencia les ayuda a enfrentar situaciones estresantes, mejorar sus relaciones interpersonales y tomar decisiones asertivas y a medida que aprenden a

controlar la frustración, la ansiedad o la tristeza, es donde inician a desarrollar más empatía y habilidades sociales que facilitan la convivencia en diferentes entornos, como la escuela y el hogar (24).

2.2.4. Teoría de inteligencia emocional

Los autores Mayer y Salovey expresaron que es una capacidad mental relacionada con la inteligencia global y que se compone de cuatro habilidades diferentes entre ellos; identificación de las emociones, facilitación emocional, comprensión emocional y control en emociones, las cuales están ordenadas desde las habilidades básicas hasta habilidades superiores que van creciendo a manera que un individuo es maduro (25).

Por otro lado, el modelo mixto de inteligencia emocional, propuesto por BarOn consta de determinadas competencias, que están divididos en cinco áreas diferentes que interactúan entre sí, estas incluyen; habilidades intrapersonales, interpersonales, control del estrés y regulación del ánimo y de manera absoluta, se puede decir que consiste en ser capaz de comprenderse a sí mismo y a los que lo rodean, para hacer frente a las demandas ambientales diarias y resolver problemas en situaciones cambiantes (26).

Además, Goleman, menciona que los individuos inteligentes son aquellos que están emocionalmente preparados para ejercer un mayor control sobre sus impulsos en comparación con quienes se enojan, además cuentan con un conocimiento personal que les permite reconocer sus emociones y expresarlas de forma adecuada y son de tener más empatía hacia los sentimientos ajenos, luego comprenden cómo piensan otros y muestran su lado hábil para mantenerse en una actitud optimista, lo que facilita su entendimiento de las dinámicas grupales, pues así logran integrarse en armonía (27).

2.2.5. Dimensiones de inteligencia emocional

a. Dimensión 1: Atención emocional

La atención emocional es una habilidad para reconocer y estar consciente de nuestras emociones y ajenas, este aspecto implica ser capaz en identificar emociones del instante en que surgen, tanto los positivos como los negativos, y darles la importancia adecuada (28). Es más, consiste en que uno es hábil para detectar y comprender las emociones de los demás e incluso el que uno pueda sentir en esa situación, lo cual permite manejar de forma adecuada nuestras reacciones, en diversas circunstancias (29).

Asimismo, es reconocer como las emociones afectan nuestros pensamientos y acciones conductuales y de ello aprovechar ese conocimiento para manejar las respuestas que sentimos, pero de forma equilibrada y positiva hacia los demás (30). También, incluye la destreza para concentrarse en las emociones actuales, lo cual favorece la regulación interna de sentimientos y promueve una adaptación efectiva frente a situaciones de tensión o problemas que hay en el entorno educativo, familiar o social (31).

b. Dimensión 2: Claridad emocional

Se entiende que el individuo sabe diversificar entre las distintas emociones que se experimentan, no solo se trata de identificar lo que se siente, sino también de entender las causas y posibles consecuencias de esas emociones, asimismo, permite interpretar los estados emocionales de manera precisa, para tomar decisiones más conscientes y controladas frente a situaciones tensas (32). De igual modo, es la habilidad para poder interpretar la información que viene acompañada de emociones, entender cómo estas se relacionan, evolucionan con el pasar del tiempo y valorar adecuadamente cada sensación que se experimente (33).

Además, se conoce como la persona tiene una recepción de emociones incluyendo el motivo por el cual se origina esa sensación, esto facilita la gestión apropiada y ayuda a mejorar el bienestar psicoemocional (34). Sumado a esto, es tener claridad emocional, que se refleja en como una persona interpreta una situación complicada y ante ello muestra emociones de manera estable, regulada, es decir no pierde el control, por más que se encuentre en un ambiente tormentoso o estresante (35).

c. Dimensión 3: Reparación emocional

Se trata de gestionar y equilibrar el conjunto de emociones afectivas, abarcando la regulación desde las circunstancias actual no se trata solo de suprimir las emociones sino de expresarlas de manera apropiada y calmada conflictos o mal entendidos (36). De igual manera, se entiende como el proceso mediante el cual una persona trabaja para reparar heridas emocionales y restaurar su bienestar psicológico enfrentando sentimientos difíciles como una culpa para alcanzar una nueva comprensión y adaptación emocional (37).

En tercer lugar, esta estabilidad implica no solo gestionar las emociones propias sino también mantener un estado de ánimo positivo frente a situaciones estresantes lo cual ayuda en disminuir los síntomas negativos lo cual favorece a salud mental (38). Igualmente, la reparación emocional abarca comprometer activamente la reparación de relaciones dañadas asumiendo la responsabilidad de del malestar causado expresando un cambio real para evitar la repetición de conductas perjudiciales fortaleciendo así los vínculos interpersonales (39).

2.2.6. Resiliencia – variable 2

2.2.7. Concepto de resiliencia

Es la facilidad para adaptarse en manera positiva o mantener y recuperar la salud mental, incluso cuando se enfrenta a situaciones adversas. A medida que el conocimiento científico ha avanzado, este concepto es investigado por expertos en diferentes campos, como la psicología, psiquiatría y sociología (40). Otras interpretaciones describen la resiliencia en una capacidad interactiva de enfrentar y recuperarse de riesgos del entorno, así como tratar de tolerar las tensiones de problemas externos, que uno ajusta de forma positiva ante una procedencia difícil (41).

También, es un proceso dinámico que implica mantener un equilibrio mental y emocional, permitiendo no solo soportar las crisis, sino también crecer y aprender de ellas, las personas resilientes tienden a desarrollar habilidades para enfrentar el estrés y el cambio, utilizando sus experiencias como una oportunidad para el crecimiento personal (42). A su vez, es la habilidad para ajustarse y recuperarse de manera eficaz ante circunstancias difíciles o estresantes conservando el equilibrio psicológico a pesar de los desafíos que se presente este mecanismo incluye el uso de estrategias mentales y de emociones que van a facilitar la gestión de situaciones de estrés que van a favorecer el mantenimiento de la salud mental (43).

2.2.8. La resiliencia en adolescentes

Es la facultad de hacer frente a las dificultades y salir adelante, ajustándose de manera positiva a espacios complicados, como conflictos familiares, cambios sociales o desafíos escolares, durante esta etapa de desarrollo, los adolescentes que poseen resiliencia son capaces de recuperarse de experiencias negativas, manteniendo una actitud optimista y aprendiendo de los obstáculos para fortalecer su crecimiento personal (44). Por otra parte, no solo les permite gestionar las emociones

dificiles, sino que también fomenta la autoestima, el autocontrol y la capacidad de resolver problemas, factores relevantes para su bienestar emocional y éxito al futuro (45).

2.2.9. Teoría de resiliencia

En el año 1993, los señores Wagnild y Young refieren a la capacidad de resiliencia como “talento que posee un individuo para mantener un equilibrio psicológico estable durante momentos de adversidad, enfrentando el estrés con flexibilidad y adaptabilidad, y logrando recuperarse o incluso fortalecerse después de situaciones difíciles.” Según estos autores, la resiliencia se caracteriza por cualidades como la autoconfianza, el propósito en la vida, y la capacidad para aceptar y aprender de las experiencias negativas (46).

El modelo de adaptación de Callista Roy menciona que los humanos son seres adaptativos que muestran respuestas a las estimulaciones del ambiente por medio de procesos en regulación física, psicológica y social, con el objetivo de mantener su integridad y equilibrio, en este contexto, los individuos utilizan mecanismos de afrontamiento para adaptarse a cambios o desafíos, para alcanzar la resiliencia y en este sentido, se alinea con cercanía a la teoría de Roy al ser un proceso importante que facilita la adaptación y el bienestar psicológico de los adolescentes frente a situaciones desafiantes (47).

2.2.10. Dimensiones de resiliencia

a. Dimensión 1: Ecuanimidad

Es la habilidad para conservar tolerancia y paciencia frente a las adversidades, lo cual consiste en no dejarse dominar por emociones negativas, quienes son ecuánimes enfrentan los problemas con serenidad y reflexión tomando decisiones acertadas, sin dejarse llevar por el enojo esta cualidad es importante para la resiliencia ya que permite una visión objetiva y la aceptación

de manera equilibrada de los éxitos y los fracasos (48). Seguidamente, en un estado mental que permite a las personas mantenerse imparciales y sin apego ante situaciones de felicidad o dificultad facilitando así una actitud equilibrada frente a las experiencias de la vida (49).

También, esta capacidad trata de conservar la calma y la estabilidad emocional ante influencias externas evitando que las emociones dominen las reacciones lo que contribuye a una perspectiva relajada y realista entre los retos (50). Es más, implica tener la facultad de tomar decisiones justas y con meditación, alejándose de emociones negativas que se dan en el momento, lo cual favorece relaciones interpersonales saludables y un juicio estable frente a circunstancias complicadas (51).

b. Dimensión 2: Sentirse bien solo

Es encontrar un agrado a la soledad, sentirse bien con uno, sin la necesidad emocional de estar acompañado, lo cual refleja una autosuficiencia emocional y un estado de plenitud interna (52). Por tal, esta estabilidad es importante para el bienestar emocional de la persona ya que fortalece la independencia y la propia comprensión proporcionando que su autoestima esté sólida, facilitando pensamientos positivos y que reflexione, sin necesidad de que llegue a tener ansiedad social (53).

En otras definiciones, el disfrutar de uno mismo es experimentar plenitud y gozo, lo que favorece la autonomía emocional y va reduciendo la dependencia de la interacción con los demás y así puede obtener un bienestar psicoemocional (54). Por tal, contribuye a la construcción de una autoestima saludable y al desarrollo de un sentido positivo de uno mismo, permitiendo enfrentar las emociones negativas asociadas a la soledad, sin que éstas afecten negativamente su forma o costumbres de vida (55).

c. Dimensión 3: Confianza en sí mismo

Hace referencia a la confianza que una persona posee en sus capacidades y destrezas para afrontar retos y lograr sus metas, esta confianza se fortalece mediante la experiencia y el conocimiento personal lo que hace que el individuo se sienta capaz en diferentes ámbitos de su vida (56). De la misma manera, la autoconfianza es importante para alcanzar el éxito pues motiva a los seres humanos a tomar riesgos, perseverar ante las dificultades y continuar pese a los obstáculos, todo ello hace que la persona fomente la independencia y la habilidad para tomar decisiones correctas en su vida diaria (57).

Asimismo, es la convicción sólida en la habilidad personal para superar obstáculos y adaptarse a los problemas que se presenten, permitiendo que la persona afronte situaciones complicadas de manera segura y no se rinda hasta que los llegue a solucionar (58). De igual forma, es reconocer las fortalezas, debilidades individuales, para poder plantear fines realistas y desarrollar estrategias efectivas para conseguir las potenciando la autoeficacia y el crecimiento personal tras cada experiencia vivida (59).

d. Dimensión 4: Perseverancia

Es la cualidad de seguir trabajando con firmeza y mucha dedicación, aunque vengan tempestades o problemas, lo que es importante en el logro de metas a largo plazo (60). Igualmente, refiere no rendirse fácilmente ante los obstáculos, las personas perseverantes desarrollan una fortaleza interna que les va a permitir continuar luchando por sus objetivos, adaptándose y aprendiendo de los errores (61).

Asimismo, está vinculado a tener una disciplina personal y ser fuertes emocionalmente, permitiendo que una persona persista a pesar de obstáculos temporales, esta característica es importante para lograr el éxito en diferentes áreas de nuestras vidas, tanto personales como

profesionales (62). Por otra parte, contribuye en fortalecer e incrementar resiliencia, lo cual es la capacidad de poder adaptarnos y recuperarnos ante situaciones complicadas este proceso continuo fomenta el desarrollo personal y la preparación para enfrentar desafíos al futuro (63).

e. Dimensión 5: satisfacción

Bienestar emocional de plenitud que aparece al llegar al objetivo, está relacionada con la felicidad y el sentido de realización personal, y se puede apreciar en diversos aspectos de la vida, por ejemplo; el trabajo, interacciones interpersonales o crecimiento profesional; donde se logra al encontrar un equilibrio entre las metas alcanzadas, y es un componente esencial para el bienestar (64). También, es la sensación de gozo que un individuo percibe de algo o alguien externo, llevándolo a sentirse con más entusiasmo y voluntad, lo cual lo motiva a realizar actividades en distintos ámbitos de manera óptima (65).

De igual manera, es considerada como el análisis positivo que efectúa alguien en su mismo yo personal o sobre áreas específicas de ella, comparando sus expectativas con los logros obtenidos e incluso este estado emocional resulta de la percepción de haber cumplido metas necesidades o deseos generando bienestar y una actitud optimista frente a nuevas experiencias (65). De forma similar, la satisfacción se relaciona con el grado de congruencia entre lo que una persona espera de sí misma y de su entorno que le rodea y lo que realmente experimenta en la vida cotidiana también contribuye al equilibrio emocional y psicológico siendo un factor protector ante situaciones estresantes y favoreciendo la adaptación del ambiente (66).

2.3. Formulación de la hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia en estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025.

H0: No existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia en estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025.

2.3.2. Hipótesis específicas

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión atención emocional y la resiliencia en estudiantes adolescentes.

H0: No Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión atención emocional y la resiliencia en estudiantes adolescentes.

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión claridad emocional y la resiliencia en estudiantes adolescentes.

H0: No Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión claridad emocional y la resiliencia en estudiantes adolescentes.

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión reparación emocional y la resiliencia en estudiantes adolescentes.

H0: No Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión reparación emocional y la resiliencia en estudiantes adolescentes.

3. METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

La investigación adoptará el enfoque hipotético deductivo un procedimiento sistemático irracional que se utilizan en el ámbito científico para producir conocimiento a la vez esta elaboración de hipótesis es a partir de observaciones o teorías que ya existía seguido por la deducción de implicaciones que pueden ser verificadas mediante pruebas empíricas información de manera observable (67).

3.2. Enfoque de la investigación

El presente trabajo de investigación será cuantitativo porque la información estará estructura en valores numéricos y así se puedan medir los fenómenos de forma justa (68).

3.3. Tipo de investigación

Se trata de una investigación de carácter tipo aplicada, cuyo propósito es buscar soluciones a situaciones reales haciendo uso de conocimientos científicos (69).

3.4. Diseño de investigación

Corresponde a un diseño no experimental debido a que el estudio no presentará ninguna modificación (70), además será de corte transversal, porque la información obtenida será en una fecha establecida (71) y de alcance correlacional debido a que se desea conocer cuánto es el nivel de relación que tienen ambas variables (72).

3.5. Población muestra y muestreo.

3.5.1. Población

En términos conceptuales, se considera a todo un conjunto de individuos, componentes u objetos que tienen similares particularidades comunes y que vienen a ser el foco de interés en una investigación (73). Por tal, la población estará conformada por los estudiantes de una institución

educativa privada ubicada en Lima, 2025. Según reportes de la dirección de la institución educativa, actualmente se cuenta con 224 niños del 1ero a 5to de secundaria, siendo ello la población total.

Criterios de inclusión

- Los estudiantes deben tener la edad de 12 a 17 años.
- Padres que deseen firmar de manera voluntaria el consentimiento informado para que sus menores hijos respondan las encuestas
- Estudiantes mayores de 12 años
- Estudiantes que tengan matrícula regular
- Estudiantes de nacionalidad peruana.
- Estudiantes que no estén recibiendo ningún tratamiento psiquiátrico.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no asisten frecuentemente a sus estudios
- Estudiantes que no cuenten con el consentimiento firmado de sus padres
- Estudiantes que no estén presentes en clases el día de la encuesta
- Estudiantes extranjeros.

3.5.2. Muestra

La muestra es la representación y parte extraída que cumplen con caracteres de la población. Por tal, para la determinación de la muestra, se tomará en cuenta la aplicación de la técnica para poblaciones finitas y estimar una proporción (74).

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1-p)}{e^2(N-1) + Z^2 \cdot p \cdot (1-p)} = \frac{224 \cdot 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot (1-0.5)}{0.05^2(224-1) + 1.96 \cdot 0.5 \cdot (1-0.5)} = 139 \text{ estudiantes}$$

Donde:

n: tamaño muestral

N: tamaño de población (224 estudiantes)

Z: valor crítico de la distribución normal para el nivel de confianza anhelado ($1.96 = 95\%$)

p: proporción considerada de la población con el carácter de interés (0.5)

e: margen de error que se desea ($0.05 = 5\%$)

3.5.3. Muestreo

El tipo de muestreo será estratificado proporcional. Es una técnica de muestreo en la cual el universo total será dividido a subgrupos, y se elige una muestra de cada subgrupo en proporción al tamaño de dicho estrato en la población general. Esta técnica busca asegurar que cada subgrupo esté representado adecuadamente en la muestra (74). Para el estudio quedaría definido como:

	1ero	2do	3ero	4to	5to	Total
Población	44	43	44	45	48	224
Muestra	27	27	27	28	30	139

3.6. Variables y operacionalización

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Inteligencia emocional.	Consiste en la habilidad de reconocer y manejar de forma consciente nuestras emociones en la toma de decisiones y en las acciones que realizamos a lo largo de nuestra experiencia vivencial (49).	Es la capacidad y la gestión controlada por parte de nuestras propias emociones con el fin que nos ayude de forma positiva en nuestra toma de decisiones durante nuestra vida por parte de los estudiantes adolescentes de una Institución privada de Lima, será medido a través del cuestionario que comprende: atención emocional, claridad y reparación emocional	Atención emocional	Grado de autoconciencia de los sentimientos de los demás.	Ordinal	Inteligencia emocional excelente: 49-96
			Claridad emocional	Comprensión de los sentimientos de uno mismo y con respecto a los demás.		Inteligencia emocional adecuada: 25-48
			Reparación emocional	Capacidad para gestionar las emociones, de manejar y regular experiencias negativas o estresantes para sentirse mejor.		Inteligencia emocional inadecuado: 0-24

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Resiliencia	Es la habilidad de recuperarse y conservar un comportamiento adaptativo tras experimentar un rechazo o situación complicada (51).	La capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al iniciarse un evento estresante por parte de los estudiantes adolescentes de una Institución privada de Lima será medida a través del cuestionario que comprende las dimensiones: ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción	Ecuanimidad	Percepción positiva sobre el yo. Convicción sobre la efectividad de sus habilidades en el abordaje	Ordinal	Alto: 126-175
			Sentirse bien solo	Complacencia sobre las cualidades y atributos. Reconocimiento sobre sí mismo. Seguridad en autocapacidad.		
			Confianza en sí mismo	Capacidad de abordar situaciones con independencia Toma de decisiones de forma autónoma		Medio: 76-125
			Perseverancia	Capaz de enfrentar la adversidad. Búsqueda de soluciones en el conflicto. Adaptación y aprendizaje del medio.		Bajo: 0-75
				Equilibrio entre la vida y la experiencia. Significado positivo a la existencia.		

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

En cuanto a la técnica que se va aplicar será el tipo encuesta para las dos variables. La encuesta radica en recoger información de interés investigativo mediante la interrogación a una población y/o muestra, además se define como un conjunto de ítems diseñado para hallar datos importantes de carácter investigativo (75).

3.7.2. Descripción de Instrumentos

3.7.2.1. Instrumento inteligencia emocional

El TMMS (Trait Meta-Mood Scale), también conocido como Cuestionario de Inteligencia Emocional Percibida, es un instrumento utilizado para evaluar la inteligencia emocional a través de la percepción que las personas tienen de su propio manejo emocional. Fue escrito por Salovey, Mayer, Goldman, y adaptado al español por Fernández-Berrocal y colaboradores. Está basado en el modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey, que se centraliza en las capacidades para percibir, comprender y regular las emociones. En el estudio, se utilizará la versión realizada por Villanueva (76), en Trujillo-Perú, en su estudio titulado “Análisis psicométrico del TMMS - 24 en adolescentes de Trujillo en tiempos de Covid-19”.

El instrumento consta de 3 dimensiones; atención emocional (ítems 1,2,3,4,5,6,7,8) claridad emocional (ítems 9,10,11,12,13,14,15,16) y regulación emocional (ítems 17,18,19,20,21,22,23,24). Cada ítem es calificado según una escala tipo Likert calificado 1 (nada de Acuerdo), 2 (algo de Acuerdo), 3 (bastante de Acuerdo), 4 (muy de Acuerdo), 5 (totalmente de Acuerdo). Los niveles y rangos considerados son excelente: 49-96 puntos, adecuada: 25-48 puntos, Inteligencia emocional inadecuado: 0-24 puntos.

3.7.2.2. Instrumento resiliencia

El Instrumento de Resiliencia de Wagnild y Young es una escala diseñada para medir la resiliencia, entendida como la capacidad de una persona para adaptarse positivamente ante situaciones adversas o estresantes. Fue desarrollado en 1993 por M. Wagnild y M. Young, basado en estudios con mujeres mayores que habían superado experiencias difíciles. En el estudio, se trabajó con la escala de Wagnild y Young, obtenido del estudio desarrollado por Ríos (78), en su estudio “Propiedades psicométricas de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en adolescentes, Tarapoto 2021”.

El instrumento está conformado por 5 dimensiones; ecuanimidad (ítems 7,8,11,12), sentirse bien solo (ítems 3,5,19), confianza en sí mismo (ítems 6,9,10,13,17,18,24), perseverancia (ítems 1,2,4,14,15,20,23), satisfacción personal (ítems 16,21,22,25). Cada ítem se califica según una escala tipo Likert que va del 1 (totalmente en desacuerdo) 2 (muy en desacuerdo) 3 (en desacuerdo) 4 (ni de acuerdo ni en desacuerdo) 5 (de acuerdo) 6 (muy de acuerdo) y 7 (totalmente de acuerdo). Los rangos o baremos finales son Alto: 126-175, Medio:76-125, Bajo: 0-75.

3.7.3. Validación

3.7.3.1. Instrumento 1: Inteligencia emocional

Villanueva (76), en su estudio realizó la validez de contenido, a través de la evaluación de 7 jueces expertos en el campo de psicología con grados de maestría y doctor, donde se obtuvo un valor de V de Aiken superior a 0,75 considerándose válido. Además, se realizó un análisis factorial confirmatorio, donde se obtuvo valores significativos.

3.7.3.2. Instrumento 2: Resiliencia

Ríos (78), en su estudio cumplió con la validez de contenido el instrumento mediante la evaluación de 4 expertos, 3 en psicología clínica y 1 en psicoterapia con grados de maestría,

obteniendo una V de Aiken 0,98 para el test general, siendo válido. Además, se realizó un análisis factorial confirmatorio, donde se obtuvo valores significativos.

3.7.4. Confiabilidad

3.7.4.1. Instrumento 1: Inteligencia emocional

Villanueva (76), en su estudio evaluó la confiabilidad por consistencia interna fue obtenida a través del coeficiente alfa de Cronbach y coeficiente de omega que dieron como resultados 0,90 los cuales son valores aceptables.

3.7.4.2. Instrumento 2: Resiliencia

Ríos (78), en su estudio efectuó una prueba piloto obteniendo un coeficiente Alfa de Cronbach y el coeficiente de Omega mostraron valores de 0.818 y 0.972 individualmente, lo que afirma que la prueba es confiable.

3.8. Procesamiento y análisis de datos

El proceso de análisis de datos se llevará de forma organizada, antes de aplicar el instrumento y proceder al análisis, se gestionarán los permisos necesarios ante la institución de salud correspondiente con la autorización para recolectar datos, se les brindara a los que participen información sobre los objetivos del estudio y se les enseñara el consentimiento informado.

Asimismo, el análisis de los datos iniciará con un control de calidad, revisando posibles preguntas sin responder u omitidas, al completar la muestra, se ingresarán los datos en una matriz de Excel para luego ser importados al programa estadístico SPSS versión 26, donde se etiquetarán las variables y sus condiciones. También, se computarizarán las calificaciones y niveles de las variables estudiadas, y se aplicará la prueba de Kolmogórov-Smirnov para verificar la normalidad de la distribución. Finalmente, se evaluarán las hipótesis mediante las pruebas de Rho de Spearman o Pearson, elaborando tablas y gráficos con sus análisis y comentarios correspondientes.

3.9. Aspectos éticos

En este espacio se describirá la importancia de conservar los derechos y bienestar de la población que participe en la investigación, por medio de los cuatro principios.

Principio de autonomía

Este principio será observado de manera estricta en el momento de la conversación con el personal de enfermería, velando el respeto por ser libres de elegir ser parte del estudio, a la vez se les va a brindar con anticipación contenido detallado del trabajo, luego se va solicitar su aprobación para dar inicio al proceso del estudio (76).

Principio de beneficencia

Trata de buscar el mayor beneficio para los participantes del estudio, los escolares estarán enterados sobre los propósitos de la investigación, los cuales, al ser finalizado, contribuirán en desarrollar sus cualidades (77).

Principio de no maleficencia

Significa minimizar los riesgos potenciales del estudio, se les comunicará de manera individual a los estudiantes que sus respuestas en el estudio no les ocasionarán ningún mal de salud, ni a nivel personal ni grupal (78).

Principio de justicia

Este principio se pondrá en práctica al asegurar que se trate de manera equitativa a los estudiantes que estén presentes el día de la encuesta, evitando en cada momento discriminar o favorecer a alguien de ese grupo (79).

4.2. Presupuesto

En este capítulo, se detalla los costos de los materiales y servicios que se utilizaron para la investigación.

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PRECIO UNIDAD	COSTO
RECURSOS HUMANOS			
Asesoría	1	450.00	450.00
SERVICIOS			
Movilidades	2	20.00	40.00
Luz	1	50.00	150.00
INSUMO			
Computadora	1	2.800.00	2.800.00
Dispositivo USB	1	60.00	60.00
Bolígrafos	3	1.50	4.50
Hojas	2	0.20	40.00
TOTAL			3,404.50

5. REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. La salud mental de los adolescentes [Internet]. OMS, 10 de octubre de 2024. [Consultado el 7 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
2. Collado R, Trigueros R, Aguilar J, Navarro N. Emotional Intelligence and Resilience Outcomes in Adolescent Period, ¿is Knowledge Really Strength? Psychol Res Behav Manag. [Internet]. 2023;16(13),65-78. [Consultado el 7 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.2147/PRBM.S383296>
3. García A. Influencia de la inteligencia emocional y la resiliencia en el rendimiento académico en adolescentes. [Tesis para optar el grado de maestro en Intervención en convivencia escolar]. España: Universidad de Almería; 2021. Disponible en: <https://repositorio.ual.es/handle/10835/13761>
4. Organización Panamericana de la Salud. Salud del Adolescente [Internet]. OPS, 22 de mayo de 2025. [Consultado el 7 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/salud-adolescente>
5. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Salud mental para todos los niños y niñas [Internet]. UNICEF, 10 de octubre de 2023. [Consultado el 7 de septiembre de 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.org/colombia/historias/salud-mental-para-todos-los-ninos-y-ninas>
6. Valero S, Lacomba L, Coello M, Herrera J, Chocho Á, Samper P, et al. Impacto emocional y resiliencia en adolescentes durante la COVID-19: estudio transcultural. Rev Psic Clin Niños Adolesc. [Internet]. 2022;9(1),29-36. [Consultado el 27 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.21134/rpcna.2022.09.1.3>

7. Ministerio de Salud del Perú. El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presentan riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional [Internet]. MINSA, 30 de setiembre de 2021. [Consultado el 2 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
8. Secretaria Nacional de la Juventud. El 32.3% de jóvenes de 15 a 29 años presentaron algún problema de salud mental [Internet]. SENAJU, 20 de junio de 2023. [Consultado 2 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/>
9. Herrera M. Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Pública de Trujillo. [Tesis para optar el grado de maestra en Psicología con mención en Prevención e Intervención en Niños y Adolescentes]. Lima: Universidad Femenina del Sagrado Corazón; 2023. Disponible en: <https://repositorio.unife.edu.pe/items/f3e7c9eb-ca06-4ddf-b7cb-2683479c3603>
10. Rodrigo J. Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa San Juan Chota, 2022. [Tesis para optar el grado de Licenciada en Psicología]. Lima: Universidad San Martín de Porres; 2024. Disponible en: <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/13490>
11. Ibrahim D, Ahmed R, Bashir M, Mohammad A, Ibrahim B, Mohammed T, et al., Generalized Anxiety Disorder as a Precipitant to Perceived Stress and the Outcomes Associated with Academic Performance and Lifestyle: A Cross Sectional Study Among

- Medical Students in Sudan 2022. Soc Scie Res. [Internet]. 2023;9(1),01-29. [Consultado el 3 de octubre de 2024]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.4435302>
12. Anam M, Ira P, Siahay M. Contribution of Emotional Intelligence to Resilience in Adolescents with Broken Home Families. Journ Multid Mada. [Internet]. 2024;4(1),63-69. [Consultado el 3 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.55927/mudima.v4i1.7448>
 13. Kumar R, Varma B, Prof A. Resilience and Emotional Intelligence among Adolescents. Int J Creat Res Thoughts. [Internet]. 2021;9(9),737-748. [Consultado el 3 de octubre 2024]. Disponible en: <https://ijcrt.org/papers/IJCRT2109415.pdf>
 14. Barahona C, Chavez E. Resilience and emotional intelligence in students of the Manabí Educational Unit. Rev Espac. [Internet]. 2024;45(2),1-15. [Consultado el 3 de octubre 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.48082/espacios-a24v45n02p01>
 15. Barrera M. Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes infractores de un Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima Metropolitana, 2022. [Tesis para optar el grado de Licenciada en Psicología]. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2023. Disponible en: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/3242>
 16. Meza B. Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes mujeres de una Institución Educativa estatal en Huancayo, 2021. [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología]. Huancayo: Universidad Continental; 2022. Disponible en: <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11993>

17. Estrada E. Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Pública de Puerto Maldonado. *Cienc Des.* [Internet]. 2020;23(3),27-35. [Consultado el 6 de mayo de 2024]. Disponible en:
<http://dx.doi.org/10.21503/cyd.v23i3.2139>
18. Collazos R. Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Puente Piedra, 2021. [Tesis para optar el grado de maestra en Psicología Educativa]. Lima: Universidad César Vallejo; 2022. Disponible en:
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/82627>
19. Aragón K. Inteligencia emocional y su relación en el desempeño laboral. *Natu Soc Amb.* [Internet]. 2019;6(1),57-67. [Consultado el 6 de noviembre de 2024]. Disponible en:
<https://doi.org/10.37533/cunsurori.v6i1.41>
20. Duque J. Emociones e inteligencia emocional: Una aproximación a su pertinencia y surgimiento en las organizaciones. *Libre Empr.* [Internet]. 2012;9(2),147-69. [Consultado el 3 de julio de 2025]. Disponible en:
<https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/libreempresa/article/view/2979>
21. Fragoso R. Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior ¿un mismo concepto? *Rev Iberoam Educ Super.* [Internet]. 2015;6(16),110-125. [Consultado el 3 de agosto de 2025]. Disponible en:
<http://www.scielo.org.mx/pdf/ries/v6n16/v6n16a6.pdf>
22. Goleman D. *Inteligencia Emocional* de Daniel Goleman. [Internet]. 1ra. ed. Barcelona, España: Editorial Kairos; 1998. [Consultado el 3 de agosto de 2025]. Disponible en:
<https://mendillo.info/Desarrollo.Personal/La.practica.de.la.inteligencia.emocional.Pdf>

23. Megías A, Gutierrez M, Fernandez P, Gomez R, Cabello R. The development of ability emotional intelligence during adolescence. *Pers Individ Differ*. [Internet]. 2024;224(7),26-42. [Consultado el 4 de julio 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112642>
24. Llamas D, Cabello R, Gómez R. Ability Emotional Intelligence and Subjective Happiness in Adolescents: The Role of Positive and Negative Affect. *J Intell*. [Internet]. 2023;11(8),166-180. [Consultado el 3 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.mdpi.com/2079-3200/11/8/166>
25. Trujillo F, Rivas L. Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *Rev Innov Cien Adm Soc*. [Internet]. 2005;15(25),9-24. [Consultado el 3 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81802502>
26. Del Valle I, Sastre M. Inteligencia Emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación/Emotional intelligence: a concept review and research lines. *Cuader estud empres*. [Internet]. 2010;20,107-126. [Consultado el 3 de julio de 2025]. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/CESE/article/download/38963/37595>
27. Goleman D. *Inteligencia Emocional*. [Internet]. 1ra. ed. Barcelona, España: Editorial Kairos; 1996. [Consultado el 3 de agosto de 2025]. Disponible en: http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf
28. Marquez J, Francis L, Humphrey N. Protective factors for resilience in adolescence: analysis of a longitudinal dataset using the residuals approach. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*. [Internet]. 2023;140(17). [Consultado el 5 de julio de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00687-8>

29. Goleman D. La práctica de la inteligencia emocional [Internet]. 1ra ed. Barcelona, España: Editorial Kairós; 1998. [Consultado el 3 de agosto de 2025]. Disponible en:
<https://ie42003cgalbarracin.edu.pe/biblioteca/LIBR-NIV319112021093922.pdf>
30. Mayer J, Salovey P. Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *App Prevent Psyc*. [Internet]. 1997;7(3),197-208. [Consultado el 5 de julio de 2025]. Disponible en: [https://dx.doi.org/10.1016/S0962-1849\(05\)80058-7](https://dx.doi.org/10.1016/S0962-1849(05)80058-7)
31. Enríquez E, Martínez J, Guevara L. Relación de la inteligencia emocional con el desempeño laboral. *Rev Cien Sal*. [Internet]. 2015;3(11):41-46. [Consultado el 18 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://www.studocu.com/bo/document/universidad-autonoma-gabriel-rene-moreno/psicologia/relacion-de-la-inteligencia-emocional-con-el-desempeno-laboral/26896410>
32. Moral M, Santamaría L. Fluidez y comprensión verbal y su relación con la atención, claridad y reparación emocional en adolescentes. *Rev Complu Educ*. [Internet]. 2023;34(3),641-651. [Consultado el 18 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.5209/rced.79884>
33. University of New Hampshire. What is emotional intelligence? UNH. [Internet]. [Consultado el 8 de mayo de 2025]. Disponible en:
https://scholars.unh.edu/personality_lab/8
34. Paredes J, Vidaurre M, Calonge D. Inteligencia emocional y calidad de vida en adultos. *Rev Horiz Cien Educa*. [Internet]. 2018; 2(5):38-47. [Consultado el 5 de julio de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v2i5.43>

35. Extremera P, Fernández P. Inteligencia emocional percibida y diferencias individuales en el metaconocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el TMMS. *Ansi y Est* [Internet]. 2005;11(1):101-22. [Consultado el 5 de julio de 2025]. Disponible en: https://www.ansiedadystres.es/summary/11_tab
36. Brackett M, Rivers S, Shiffman S, Lerner N, Salovey P. Relating emotional abilities to social functioning: A comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence. *J Pers Soc Psychol*. [Internet]. 2006;91(4):780-95. [Consultado el 8 de julio de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.4.780>
37. Sekhri P, Sandhu M, Sachdev V. Emerging Understanding of Emotional Intelligence of Teenagers. *Int J Clin Pediatr Dent* [Internet]. 2017;10(3):289–292. [Consultado el 8 de julio de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10005-1452>
38. Fernández P, Extremera N, Ramos N. Relaciones entre atención, claridad y reparación emocional con la regulación emocional y la salud psicológica. *Univ Psychol*. [Internet]. 2013;12(2):95-106. [Consultado el 8 de julio de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.14718/ACP.2023.26.2.8>
39. Morales F. Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. *Jour of Educ and Psyc*. [Internet]. 2018;11(1):41-48. [Consultado el 8 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=129353356001>
40. Punjani N, Mevawala A. Resilience among adolescents: a concept, construct, process, outcomes and nurses' role. *Jour Nurs Reg*. [Internet]. 2019;9(1):15-32. [Consultado el 8 de julio de 2025]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.26634/jnur.9.1.16078>

41. Grazzani I, Cavioni V, Ornaghi V, Agliati A, Pepe A, Cavioni V, et al. Adolescents' resilience during COVID-19 pandemic and its mediating role in the association between Sel skills and mental health. *Front Psychol.* [Internet]. 2022;13(6),1-13. [Consultado el 27 de julio de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.801761>
42. Herrman H, Stewart D, Diaz N, Berger E, Jackson B, Yuen T. What is resilience? *Jour Psych.* [Internet]. 2011;56(5):258-265. [Consultado el 8 de julio 2025]. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/070674371105600504>
43. Quispe J. Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios de Lima Sur. [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología]. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2025. Disponible en: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/3580>
44. Ostaszewski K. The importance of resilience in adolescent mental health promotion and risk behaviour prevention. *Jour Pub Heal.* [Internet]. 2020;65(1):1221–1222. [Consultado el 8 de julio 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s00038-020-01508-x>.
45. Llistosella M, Torné C, García M. Fomento de la resiliencia en adolescentes en riesgo: protocolo de estudio. *Front Psychol.* [Internet]. 2023;22(1). [Consultado el 10 de julio 2025] Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1066874>
46. Fernandes G, Amaral A, Varajão J. Wagnild and Youngs's resilience scale validation for IS students. *Proce Comput Sci.* [Internet]. 2018; 138:815-22. [Consultado el 10 de julio 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.procs.2018.10.106>
47. Roy C. Adaptation Model. *Roy Nursology. Res Cent has been Estab.* [Internet]. 2018;22(1). [Consultado el 10 de julio 2025]. Disponible en: <https://nursology.net/nurse-theories/roys-adaptation-model/>

48. Collado R, Trigueros R, Aguilar J. Emotional Intelligence and Resilience Outcomes in Adolescent Period, is Knowledge Really Strength? *Psychol Res Behav Manag.* [Internet]. 2023;16(1):1365-1378. [Consultado el 10 de julio 2025]. Disponible en:
<https://doi.org/10.2147%2FPRBM.S383296>
49. Mestre J, Núñez J, Gómez R., Zayas, Guil A. Emotion regulation ability and resilience in a sample of adolescents from a suburban area. *Frontiers in Psych.* [Internet]. 2017; 8,1-13. [Consultado el 8 de julio 2025]. Disponible en:
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01980>
50. Soriano J. Beneficios de las intervenciones en resiliencia e inteligencia emocional en personal militar. *Rev Cub Med Milit.* [Internet]. 2023;52(2): e02302466. [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en:
<https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/2466>
51. Guevara C, Palomino R. Resiliencia y disposición al pensamiento crítico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. *Rev de Inves en Psic.* [Internet]. 2020;23(1),109-125. [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8162672>
52. Román M. La resiliencia en estudiantes quechua hablantes del distrito de Chuschi. *Rev Latinoam Ogmios.* [Internet]. 2022;2(3):17-30. [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.53595/rlo.v2.i3.021>.
53. Alcalde S. Apoyo social percibido y resiliencia en adolescentes embarazadas de Centros de Salud de Villa el Salvador. [Tesis para optar el grado de licenciada en Psicología]. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2018. Disponible en:
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/660>

54. Estrada E, Uchasara H. Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apunt Univ.* [Internet]. 2020;10(4):56-58. [Consultado el 4 agosto 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.491>
55. Blanco N, Castro Y, Martínez Y, González José, Abreus I, Ruíz A. Resiliencia en estudiantes del nivel técnico profesional de enfermería en una Institución Educativa Cubana. *Rev Eug Esp.* [Internet]. 2023; 17(2): 67-77. [Consultado el 4 agosto 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.37135/ee.04.17.08>.
56. Palomar J, Gómez N. Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos. *Rev Interdiscip.* [Internet]. 2010; 27(1),7-22. [Consultado el 4 agosto 2025]. Disponible en: https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-70272010000100002
57. Rosas L, López M, Ramírez J. Fortaleza y confianza en sí mismo desde RESI-M en estudiantes del TecNM Campus Tierra Blanca-México. *Dig Publi.* [Internet]. 2023;8(5):521-31. [Consultado el 4 agosto 2025]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9124270>
58. Hinojal M, Quevedo M. Resiliencia, bienestar psicológico y afrontamiento en universitarios atendiendo a variables de personalidad y enfermedad. *Rev Psicol Educ.* [Internet]. 2018;13(2):99-112. [Consultado el 4 agosto de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.23923/rpye2018.01.161>
59. Truffino J. Resiliencia: una aproximación al concepto. *Rev Psiquiatr Salud Ment.* [Internet]. 2010 ;3(4):145-51. [Consultado el 4 agosto de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2010.09.003>

60. Duckworth A, Peterson C, Matthews M y Dennis K. Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Jour of Person and Soc Psych*. [Internet]. 2007;92(6), 1087–1101. [Consultado el 4 agosto de 2025]. Disponible en:
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
61. Cherre E. Autoestima, resiliencia y rendimiento académico en estudiantes preuniversitarios. *Rev Psico*. [Internet]. 2010; 20(2), 11-41. [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en:
<https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/revpsi/article/view/331>
62. Rodríguez S. Resiliencia como predictora de conductas disociales en estudiantes de educación secundaria de Huamachuco, 2021. *Rev Cienc Lati*. [Internet]. 2022;6(6):6250-69. [Consultado el 4 de agosto de 2025] Disponible en:
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/3872>
63. Gamboa L, Becerra K, López Y, Goicochea E. Nivel de resiliencia del personal de salud frente a la pandemia por Covid-19. *Rev Cuer Méd*. [Internet]. 2021;14(1):49-54. [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en:
<http://dx.doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2021.14sup1.1170>.
64. Yang J, Tang S y Zhou W. Resiliencia Psicológica y Satisfacción laboral de Enfermeros: El Efecto Mediador de la Afectividad Positiva. *Rev Clín Psic* [Internet]. 2017;(2):194-201. [consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281952112006>
65. Seligman M. Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. *Free Press*. [Internet]. 2002;10(4),7432-4788.

- [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/2002-18216-000>
66. Caccia P, Elgier A. Resiliencia y satisfacción con la vida en adolescentes según nivel de espiritualidad. *Rev Psocial*. [Internet]. 2020;6(2). [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=672371459005>
67. De la Cruz P. El hipotético-deductivismo en la explicación de las ciencias sociales. *Horiz Cienc*. [Internet]. 2020;10(18):1-8. [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.18.397%0Ahttps://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4796306&info=resumen&idioma=SPA%0Ahttps://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4796306>
68. Hernández R, Fernández C, Baptista P. *Metodología de la Investigación*. 6ta edición. México: Mc Graw Hill; 2014. [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://www.esup.edu.pe/wpcontent/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptistametodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
69. Lozada J. Investigación Aplicada: Definición, Propiedad Intelectual e Industria. *Cienc Amér*. [Internet]. 2016;1(3):34-9. [Consultado el 4 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6163749>
70. Ato M, López J, Benavente A. Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *An Psicol*. [Internet]. 2013;29(3):1038-59. [Consultado el 10 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/167/16728244043.pdf>
71. Rodríguez M, Mendivelso F. Diseño de investigación de Corte Transversal. *Rev Méd Sani*. [Internet]. 2018;21(3):141-6. [Consultado el 10 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.26852/01234250.20>

72. Bustamante G, Mendoza C. Estudios de correlación. Rev Act Clín Investig. [Internet]. 2013;(4)33,1690. [Consultado el 10 de agosto de 2025]. Disponible en: <http://revistasbolivianas.umsa.bo/pdf/raci/v33/v33a06.pdf>
73. Arias J, Villasís M, Miranda M. The research protocol III. Study population. Rev Alerg Mex. [Internet]. 2016;63(2),201-206. [Consultado el 10 de agosto de 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
74. Ardila J, Rodríguez N, Gil F. Población y muestreo. Epidemiol Clín Investig. [Internet]. 2004;129-39. [Consultado 25 de septiembre de 2024]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/304828044_Poblacion_y_muestreo
75. Velásquez Y, Rose C, Oquendo E, Cervera N. Inteligencia emocional, motivación y desarrollo cognitivo en estudiantes. Rev Inter de Hum. Educ. Cien. y Tecn. [Internet]. 2023;9(17):4-35. [Consultado el 23 de julio de 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.35381/cm.v9i17.1120>
76. Villanueva A. Análisis psicométrico del TMMS - 24 en adolescentes de Trujillo en tiempos de Covid-19. [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología]. Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2020. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/104324>
77. Ruiz C, Juárez C, Molina L. Evolución y nuevas perspectivas del concepto de resiliencia: de lo individual a los contextos y relaciones socioeducativas. Rev Educat Siglo XXI [Internet]. 2020;38(2):213-32 [Consultado el 3 de julio 2025]. Disponible en: <https://doi.org/10.6018/educatio.432981>

78. Ríos R. Propiedades psicométricas de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en adolescentes, Tarapoto 2021. [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología]. Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2020. Disponible en:
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle.net/20.500.12692/76257>
79. Montes G. Metodología y técnicas de diseño y realización de encuestas en el área rural. Rev Sci. [Internet]. 2000;(21):39-50. [Consultado el 9 de agosto de 2024]. Disponible en:
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S004029152000000100003
80. Mazo H. La autonomía: Principio ético contemporáneo. Rev Colom de Cien Soci. [Internet] 2012;3(1):115-132. [Consultado el 29 de agosto de 2024]. Disponible en:
<https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/RCCS/article/view/880>
81. Koepsell D, Ruiz M. Ética de la investigación - Integridad Científica. Mexico: Comisión Nacional de Bioética;2018. [Internet]. [Consultado el 29 de agosto de 2024]. Disponible en: <http://www.cooperacionib.org/libro-etica-de-la-Investigacion-gratuito.pdf>
82. Moreno R. La riqueza del principio de no maleficencia. Rev Cirug Gen. [Internet] 2011; 33(2),178-185. [Consultado el 22 de octubre de 2024]. Disponible en:
<http://www.medigraphic.com/pdfs/cirgen/cirgen/cg-2011/cgs112q.pdf>
83. Martín S. Aplicación de los Principios Éticos a la Metodología de la Investigación. Rev Enferm Cardio. [Internet] 2013; 58(1): 27-29. [Consultado el 22 de octubre de 2024]. Disponible en:
https://www.enfermeriaencardiologia.com/wp-content/uploads/58_59_02.pdf

Anexo 1: Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLES
<p>GENERAL ¿Cómo la inteligencia emocional influye en la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025?</p> <p>ESPECIFICOS ¿Cómo la dimensión atención a las emociones influye en la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025?</p> <p>¿Cómo la dimensión claridad emocional influye en la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025?</p> <p>¿Cómo la dimensión reparación emocional influye en la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025?</p>	<p>Determinar cómo la inteligencia emocional influye en la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025.</p> <p>ESPECIFICOS Identificar la dimensión atención a las emociones influye en la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025</p> <p>Identificar cómo la dimensión claridad emocional influye en la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025.</p> <p>Identificar cómo la dimensión reparación emocional influye en la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025.</p>	<p>GENERAL Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025</p> <p>NULLA No existe relación significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025</p> <p>ESPECIFICOS Existe relación significativa entre la dimensión atención a las emociones y la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025.</p> <p>Existe relación significativa entre dimensión la claridad emocional a las emociones y la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025.</p> <p>Existe relación significativa entre dimensión regulación de las emocionales y la resiliencia de los estudiantes adolescentes de una institución educativa privada, Lima 2025.</p>	<p>VARIABLE 1 INTELIGENCIA EMOCIONAL: DIMENSIONES:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Atención emocional ● Claridad emocional ● Reparación emocional. <p>VARIABLE 2 RESILIENCIA DIMENSIONES:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ecuanimidad ● Sentirse bien solo. ● Confianza en sí mismo. ● Perseverancia ● Satisfacción.

Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos

I. PRESENTACIÓN:

Buenos días, soy estudiante de la segunda especialidad en enfermería de la Universidad Norbert Wiener, y estoy acá para pedir su colaboración en facilitarme ciertos datos que permitirán conocer la relación entre la inteligencia emocional y resiliencia. Este cuestionario no contiene preguntas correctas ni incorrectas. Por favor responda con total sinceridad, además mencionarle que sus datos serán tratados de forma anónima y confidencial.

II. ASPECTOS GENERALES:

Edad:

Sexo: Femenino () Masculino ()

Escala de Metaconocimiento de los Estados Emocionales (TMMS-24)

Nº	Ítem	1 nada de Acuerdo	2 algo de Acuerdo	3 bastante de Acuerdo	4 muy de Acuerdo	5 totalmente de Acuerdo
1	Presto mucha atención a mis sentimientos.	1	2	3	4	5
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4	Pienso que vale la pena prestar atención a mis emociones y estados de ánimo.	1	2	3	4	5
5	Dejo que mis sentimientos afecten mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5

12	Normalmente conozco mis sentimientos en relación al de las otras personas.	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enojado(a) intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993) Adaptación al español Novella (2002)

Instrucciones

A continuación, se les presentará una serie de frases a las cuales usted responderá. No existen respuestas correctas ni incorrectas; estas tan solo nos permitirán conocer su opinión personal sobre sí mismo(a).

		Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo, Ni en des acuerdo	En desacuerdo	Muy de des acuerdo	Totalmente en desacuerdo
1.	Cuando planeo algo lo realizo							
2.	Generalmente me las arreglo de una manera u otra							
3.	Dependo más de mí mismo(a) que de otras personas							
4.	Es importante para mí mantenerme interesado(a) en las cosas							
5.	Puedo estar solo(a) si tengo que hacerlo							
6.	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas al mismo tiempo							
7.	Usualmente veo las cosas a largo plazo							
8.	Soy amigo(a) de mí mismo(a)							
9.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo							
10.	Soy decidido(a)							
11.	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo							
12.	Tomo las cosas uno por uno							
13.	Puedo enfrentar las dificultades porque los he experimentado anteriormente							
14.	Tengo auto disciplina							
15.	Me mantengo interesado(a) en las cosas							
16.	Por lo general encuentro algo de que reírme							
17.	El creer en mí mismo(a) me permite atravesar tiempos difíciles.							
18.	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar							
19.	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras							
20.	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera							
21.	Mi vida tiene significado							
22.	No me lamento de las cosas por lo que no pudo hacer nada							
23.	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida							
24.	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer							
25.	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado							

Anexo 3:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Se le está invitando a ser parte de este trabajo de investigación en el área de salud, antes de tomar una decisión sobre su participación, es importante que lea y entienda detenidamente cada una de las componentes que se presentan a continuación.

Nombre del Investigador: Lic. Valencia Arce, María de los Ángeles

Título del proyecto: Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes adolescentes de una institución privada de lima, 2025

Propósito del estudio: El objetivo de este estudio es determinar la relación entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes adolescentes de una institución privada de lima, 2025.

Procedimientos: Deberá firmar un consentimiento informado para participar en el estudio; se aplicarán dos cuestionarios para obtener información sobre las variables de estudio, la encuesta puede demorar unos 20 minutos aproximadamente.

Riesgos: El estudio no conllevará ninguna forma de riesgo para usted, solo se solicitará responder un cuestionario.

Beneficios: Tiene la posibilidad de conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal) que será de mucha utilidad para que el establecimiento de salud pueda plantear acciones de mejora.

Costos e incentivos: Usted no deberá pagar nada por la participación. Tampoco recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad: Nosotros guardaremos la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio

Consultas posteriores: Si tiene alguna inquietud o consulta adicional durante el estudio el desarrollo de la investigación puede acercarse a la Lic. Valencia Arce, María de los Ángeles

Participación voluntaria: Su intervención es de manera voluntaria y puede tomar la decisión de retirarse en el momento que usted lo indique.

DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO

Acepto voluntariamente participar en este estudio. Comprendo qué cosas pueden pasar si participo en el proyecto. También entiendo que puedo decidir no participar, aunque yo haya aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Nombres y apellidos del participante	Fecha/ Firma y huella digital
N° de DNI	
N° de celular	
Correo electrónico	
Nombres y apellidos del investigador	Fecha/ Firma y huella digital
N ° de DNI	
Correo electrónico	




13% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 11%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 11%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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

Fuentes principales

- 11% Fuentes de Internet
- 3% Publicaciones
- 11% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

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

1	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	2%
2	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	1%
3	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2026-01-24	<1%
4	Trabajos entregados	Universidad Anahuac México Sur on 2022-08-07	<1%
5	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2025-01-07	<1%
6	Internet	repositorio.upagu.edu.pe	<1%
7	Internet	tusrespuestas.net	<1%
8	Internet	alicia.concytec.gob.pe	<1%
9	Internet	www.coursehero.com	<1%
10	Internet	woodstockga.iqm2.com	<1%
11	Internet	blog.cognifit.com	<1%