



**Universidad
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Tesis

Inteligencia emocional y su relación con el nivel de estrés académico en los
estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert

Wiener, Lima 2024

**Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Enfermería**

Presentado por:

Autora: Delgado Collazos, Sonia

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-4268-4267>

Asesora: Mg. Fuentes Siles, María Angélica

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5319-393X>

Lima – Perú

2024

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, Sonia Delgado Collazos egresado de la Facultad de CIENCIAS DE LA SALUD y Escuela Académica Profesional de ENFERMERÍA de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico **“Inteligencia emocional y su relación con el nivel de estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024”** Asesorado por el docente: **Mg. María Angélica Fuentes Siles** DNI: 09162899 Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5319-393X> tiene un índice de similitud de 19 (diecinueve) % con código 14912:428800063 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.



.....
Sonia Delgado Collazos

Nombres y apellidos del Egresado
 DNI: 41283154



.....
 Mg. María Angélica Fuentes Siles
 Nombres y apellidos del Asesor
 Carnet de extranjería: 09162899

Lima, 18 de 03 de 24

Dedicatoria

Se lo dedico a Dios quien ha sido mi máximo guía que ilumina mis pasos y me da fuerza en cada paso del camino que estoy recorriendo. A mi madre, cuyo amor incondicional y apoyo infinito me enseñaron a nunca renunciar a mis sueños. Su ejemplo de tenacidad es un faro de luz que ilumina mi determinación. A mi hija quien me enseñó la belleza de la vida, la perseverancia y la capacidad de soñar sin límites.

Agradecimiento

Agradezco a Dios por darme la fuerza y el apoyo para alcanzar este logro tan importante en mi vida académica. A mi querida familia por su amor incondicional y sacrificio que han hecho posible mi estudio. Agradezco a la Facultad de Enfermería por otorgarme las herramientas para desarrollarme como profesional, a los docentes, agradezco por compartir sus conocimientos y sabiduría que ayudaron a formar mis conocimientos. Agradezco especialmente a mi tutora de tesis porque su orientación profesional, paciencia y profunda sabiduría han iluminado cada uno de los pasos para recorrer este viaje profesional.

ÍNDICE

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	ix
Resumen	x
Abstract.....	xi
Introducción.....	xii
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	14
1.1. Planteamiento del problema.....	14
1.2. Formulación del problema	16
1.2.1. Problema general.....	16
1.2.2. Problemas específicos	17
1.3. Objetivos de la investigación	17
1.3.1 Objetivo general	17
1.3.2 Objetivos específicos.....	18
1.4. Justificación de la investigación	18
1.4.1 Teórica.....	18
1.4.2. Metodológica.....	19

1.4.3 Práctica	19
1.5. Limitaciones de la investigación	19
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	21
2.1. Antecedentes	21
2.2. Bases teóricas	24
2.3. Formulación de hipótesis	34
2.3.1. Hipótesis general	34
2.3.2. Hipótesis específicas	34
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA	36
3.1. Método de la investigación	36
3.2. Enfoque de la investigación	36
3.3. Tipo de investigación	36
3.4. Diseño de la investigación	36
3.5. Población, muestra y muestreo	37
3.6. Variables y operacionalización	39
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	43
3.7.1. Técnica	43
3.7.2. Descripción de instrumentos	43
3.7.3. Validación	44

3.7.4. Confiabilidad.....	44
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	46
3.9. Aspectos éticos.....	46
CAPITULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	48
4.1. Resultados	48
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados	48
4.1.2. Prueba de hipótesis.....	68
4.1.3. Discusión de resultados.....	75
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	79
5.1. Conclusiones	79
5.2. Recomendaciones.....	79
REFERENCIAS	81
ANEXOS	91
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	92
Anexo 2. Modelos de instrumentos.....	97

Índice de tablas

Tabla 1. Resumen de casos de estudio.....	44
Tabla 2. Confiabilidad variable 1: Inteligencia emocional.....	45
Tabla 3. Confiabilidad variable 2: Estrés académico	45
Tabla 4. Resultados demográficos	48
Tabla 5 Nivel de Inteligencia emocional	48
Tabla 6 Nivel de inteligencia emocional intrapersonal	49
Tabla 7 Nivel de inteligencia emocional interpersonal	50
Tabla 8 Nivel de adaptabilidad.....	51
Tabla 9 Nivel de manejo del estrés.....	52
Tabla 10 Nivel de impresión positiva.....	53
Tabla 11 Niveles de estrés académico	54
Tabla 12 Niveles de estresores académicos.....	55
Tabla 13 Síntomas por estrés.....	56
Tabla 14 Nivel de estrategias de afrontamiento	57
Tabla 15 Cruce entre variable 1: Inteligencia emocional y variable 2: estrés académico...	58
Tabla 16 Cruce entre dimensión de la variable 1: Intrapersonal y variable 2: estrés académico	60
Tabla 17 Cruce entre dimensión de la variable 1: Interpersonal y variable 2: estrés académico	61
Tabla 18 Cruce entre dimensión de la variable 1: adaptabilidad y variable 2: estrés académico	63

Tabla 19 Cruce entre dimensión de la variable 1: Manejo del estrés y variable 2: estrés académico	65
Tabla 20 Cruce entre dimensión de la variable 1: Impresión positiva y variable 2: estrés académico	67
Tabla 21 Prueba de normalidad de las dimensiones de cada variable	69
Tabla 22 Valor de Rho de Spearman.....	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 23 Prueba de hipótesis general	70
Tabla 24 Prueba de hipótesis específica 1	71
Tabla 25 Prueba de hipótesis específica 2	72
Tabla 26 Prueba de hipótesis específica 3	73
Tabla 27 Prueba de hipótesis específica 4	74
Tabla 28 Prueba de hipótesis específica 5	75

Índice de figuras

Figura 1 Nivel de Inteligencia emocional	49
Figura 2 Nivel de inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes universitarios	49
Figura 3 Nivel de inteligencia emocional interpersonal.....	50
Figura 4 Nivel de adaptabilidad	51
Figura 5 Nivel de manejo del estrés	52
Figura 6 Nivel de impresión positiva	53
Figura 7 Niveles de estrés académico	54
Figura 8 Niveles de estresores académicos	55
Figura 9 Síntomas por estrés	56
Figura 10 Estrategias de afrontamiento.....	57
Figura 11 Cruce entre variable 1: Inteligencia emocional y variable 2: estrés académico .	59
Figura 12 Cruce entre dimensión de la variable 1: Intrapersonal y variable 2: estrés académico	60
Figura 13 Cruce entre dimensión de la variable 1: Interpersonal y variable 2: estrés académico	62
Figura 14 Cruce entre dimensión de la variable 1: Adaptabilidad y variable 2: estrés académico	64
Figura 15 Cruce entre dimensión de la variable 1: manejo del estrés y variable 2: estrés académico	65
Figura 16 Cruce entre dimensión de la variable 1: manejo del estrés y variable 2: estrés académico	67

Resumen

Para el desarrollo del presente estudio se ha tenido como **objetivo general** analizar la relación de la inteligencia emocional con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024. Se empleó una metodología de tipo aplicada con un método hipotético deductivo con un enfoque cuantitativo y nivel correlacional. La población estuvo por 230 estudiantes del 9no y 10mo ciclo de enfermería, mientras que la muestra fue calculada a través de la fórmula de población finita y a su vez se utilizó un muestreo por conveniencia para la selección de los participantes.

Resultados: los hallazgos del estudio fueron procesados en Microsoft Excel y luego se empleó el estadístico SPSS V25 para evaluar el análisis descriptivo, mientras que para la prueba de hipótesis fue empleado el coeficiente Rho de Spearman, teniendo un valor $Rho = -0.747$ entre la inteligencia emocional y el estrés académico. Las conclusiones establecieron que existe una relación positiva y significativa entre las variables mencionadas en los estudiantes.

Palabras clave: Inteligencia emocional, estrés académico, capacidad de respuesta, adaptabilidad, estrategias.

Abstract

The general objective of this study was to analyze the relationship between emotional intelligence and academic stress in nursing students of the IX and X cycle of the Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024. An applied methodology was used with a hypothetical deductive method with a quantitative approach and correlational level. The population consisted of 230 students of the 9th and 10th cycles of nursing, while the sample was calculated through the finite population formula and convenience sampling was used for the selection of participants. Results: the study findings were processed in Microsoft Excel and then the SPSS V25 statistic was used to evaluate the descriptive analysis, while Spearman's Rho coefficient was used for the hypothesis test, with a value of $Rho = -0.747$ between emotional intelligence and academic stress. The conclusions established that there is a positive and significant relationship between the variables mentioned in the students.

Key words: Emotional intelligence, academic stress, responsiveness, adaptability, strategies.

Introducción

En el mundo se ha identificado que las personas se encuentran afrontando acontecimientos que por lo general suelen ocasionar emociones negativas que conllevan a que se pierda el control de los hechos y tienden a preparar a las personas para afrontar diferentes hechos difíciles, los cuales tienen la capacidad de producir efectos contradictorios durante la realización de una actividad, especialmente durante la preparación universitaria de la persona quien se encuentra en un constante estado de estrés derivado de las exigencias emanadas de su contexto (1).

En ese sentido la presente investigación se organizó de la siguiente forma:

En el Capítulo I, se abordó el planteamiento del problema, junto con la formulación del mismo, los objetivos, la justificación y la delimitación de la investigación.

El Capítulo II, se desarrolló el marco teórico, incluyendo los antecedentes, las bases conceptuales y teóricas, además de la formulación de las hipótesis de la investigación.

En el Capítulo III, se detalló la metodología empleada, describiendo el enfoque, tipo de estudio, método, diseño, población, muestra, técnicas e instrumentos empleados. También se incluyó la descripción, validación y análisis de confiabilidad de los instrumentos, además de los principios éticos considerados para llevar a cabo el trabajo de investigación.

El Capítulo IV, se presentaron los resultados obtenidos a través de tablas y figuras, acompañados de una discusión en la que se comparan los hallazgos con estudios previos, permitiendo validar los resultados obtenidos.

Finalmente, en el Capítulo V, se expusieron las conclusiones y se plantean las recomendaciones derivadas del estudio realizado.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1.Planteamiento del problema

A nivel mundial, se puede apreciar cómo las personas enfrentan situaciones que suelen despertar sensaciones en las terminan perdiendo el control y preparando al cuerpo para enfrentar distintas circunstancias difíciles o arriesgadas, las cuales pueden desarrollar diversos efectos a nivel emocional y físico que conllevan al individuo a batallar o abandonar dicha situación (1).

Por tanto, se puede decir que el proceso de toma de decisiones es afectado por el estrés, como se tiene que tomar una acción rápida y decisiva. Hoy en día, la mayoría de los jóvenes deben enfrentar no solo las presiones del estudio, sino también del trabajo, inconvenientes en una relación de pareja, económicos, presión por conseguir buenas calificaciones o cumplir con tareas, etc., lo que hace que el rendimiento se vea afectado negativamente (2).

A nivel emocional el estrés académico puede genera inquietud, tristeza, ansiedad, problemas de concentración, problemas de memoria, irritabilidad, temor a fallar a las obligaciones y desmotivación para el desarrollo de actividades académicas. Asimismo, pueden presentarse reacciones físicas como la somnolencia, fatiga, cansancio, dolores de cabeza, de estómago, de espalda, arritmias cardiacas, debilidad del sistema inmune, etc. Motivo por los cuales, el estrés puede considerarse como un factor epidemiológico que desarrolla diversas enfermedades (3).

Ante las presiones cotidianas, el organismo suele responder a través del estrés que se genera por las demandas del medio que superan los recursos y las habilidades del individuo, algo que con el pasar del tiempo conlleva al deterioro físico y mental corriendo el riesgo de incrementar las tasas de discapacidad y muertes en todo el mundo (4).

En tal sentido, cabe resaltar que el ingreso a la universidad genera muchos cambios en el estudiante, situación que puede desarrollar frustración, nerviosismo, estrés que, si no se controlan pueden conllevar a serios problemas de salud mental. Aunque algunas personas que están expuestas a situaciones de estrés prolongado que les suscite problemas psicológicos, hay otros individuos que saben cómo hacer frente a las situaciones de una forma más asertiva (5).

En ese sentido, Ascue y Loa encontraron en una población estudiantil un aumento importante del estrés académico, con una alta sobrecarga de actividades académicas encontrando niveles de 52% en un nivel regular y un 44% con un alto nivel, mientras que en las evaluaciones habituales se encontró un nivel de estrés académico regular en un 54% y alto con 44%, en una población con edades entre 21 y 26 años (6).

Bajo esa premisa, cabe destacar la importancia del conocimiento sobre la inteligencia emocional, es decir, poseer la competencia para analizar y controlar tanto los sentimientos personales como la de los demás, para así fomentar el desarrollo emocional e intelectual, ya que de ello depende el logro de metas y objetivos tanto personales como profesionales. Así, se pueden optimizar las relaciones personales y laborales promoviendo el éxito, por lo que puede decir que el crecimiento y fortalecimiento de la inteligencia emocional redundará en beneficios personales que, también influye de manera positiva en el cuidado físico y emocional (7).

Así, la inteligencia emocional puede conllevar a progreso paulatino en la educación, es decir, desde la educación básica hasta la educación superior con éxito, puesto que permite hacer más sencilla las situaciones académicas, como la reducción del estrés y la ansiedad ante la presentación de los exámenes, contribuye a predecir la participación de estudiantes en conductas negativas, puesto que es posible que presten demasiada atención a los sentimientos y enfrentando

problemas para controlarlos, aunado a ello, se desarrolla la posibilidad de incrementar la comprensión emocional. En los últimos ciclos de carrera hay más probabilidad de aumento de estrés en los estudiantes universitarios, especialmente en las carreras de salud, destacando que las mujeres son las que desarrollan mayores niveles de estrés (8).

En el caso del Perú mediante cifras del Ministerio de Salud (9), se pudo conocer que el 85% de los universitarios padece un trastorno de salud mental, siendo los problemas más frecuentes la ansiedad, con una valoración del 82%, el 79% por el estrés mientras que la violencia presentó niveles de 52%. Tales premisas fueron sustentadas por Pro (10), quien demostró que la salud mental en Perú se encuentra situada en niveles de riesgo sobre los parámetros del estrés puesto que diversos jóvenes entre 18 a 29 años manifestaron haber experimentado estrés con frecuencia (36.9%), o alguna vez (44,7%).

Dicho problema resulta importante evaluarlo y analizarlo, teniendo en cuenta los diversos roles que el estudiante desempeña en el ámbito universitario, pues está expuesto a múltiples estresores que pueden afectar su rendimiento educativo, salud mental, relaciones interpersonales y como este reconoce, controla, valora y afronta con inteligencia emocional esta etapa académica.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional en su dimensión intrapersonal con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?
- ¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional en su dimensión adaptabilidad con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?
- ¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional en su dimensión manejo de estrés con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?
- ¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional en su dimensión impresión positiva con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Analizar la relación de la inteligencia emocional con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024

1.3.2 Objetivos específicos

- Determinar la relación de la inteligencia emocional en su dimensión intrapersonal con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024
- Determinar la relación de la inteligencia emocional en su dimensión adaptabilidad con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024
- Determinar la relación de la inteligencia emocional en su dimensión manejo de estrés con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024
- Determinar la relación de la inteligencia emocional en su dimensión impresión positiva con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1 Teórica

Este estudio se justificó en el ámbito teórico, ya que tiene como finalidad profundizar en el tema de inteligencia emocional y su relación con el estrés académico, tomando en cuenta conceptos y teorías que destaquen las diversas situaciones que enfrentan los estudiantes universitarios en el proceso de aprendizaje. En tal sentido, se pretende resaltar que la inteligencia emocional es un factor esencial que puede ser usado para identificar, analizar y gestionar

correctamente las emociones en situaciones estresantes que se presentan en la etapa universitaria. Por ello, para evaluar la inteligencia emocional en situaciones de estrés es necesario el desarrollo y validación de teorías clave de apoyo, por lo que se considera que la presente investigación podría ser útil para la literatura científica y para ser usada como base en investigaciones posteriores vinculadas al tema.

1.4.2. Metodológica

En el aspecto metodológico, este estudio se justificó en la aplicación de un par de instrumentos para medir ambas variables de investigación, con el fin de poder determinar la correlación entre la inteligencia emocional y el estrés académico. En ese sentido se seguirá un método científico que permitirá obtener resultados válidos que podrán servir como antecedentes para futuras investigaciones.

1.4.3 Práctica

Esta investigación contó con justificación práctica porque la escuela profesional de enfermería de la Universidad estudiada podrá promover, coordinar e implementar actividades planes y servicios, contribuyendo a promover la salud mental de los estudiantes de enfermería. Por lo tanto, se busca reafirmar la búsqueda de información para contribuir a la solución de esta problemática.

1.5. Limitaciones de la investigación

Durante la realización del presente análisis, se presentaron diversas restricciones, entre las cuales se destacaron el acceso a los participantes a la muestra quienes en muchos casos no

quisieron brindar el consentimiento informado, siendo difícil aplicar el instrumento, no obstante, mediante la explicación sobre cada uno de los alcances se logró cumplir.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales

El Dahshan y col. (11), en el 2020, en Egipto, en un artículo cuyo objetivo fue “Explorar los niveles de inteligencia emocional y estrés académico entre estudiantes de enfermería de la facultad de enfermería de la Universidad de Menoufia, así como las estrategias de afrontamiento más frecuentes y posible relación entre ellas”. Estudio, descriptiva, correlacional, diseño no experimental. Muestra de 409 estudiantes de enfermería. Método, aplicaron los instrumentos Autoinforme de Schutte Test de Inteligencia Emocional, Escala de Estrés Percibido e Inventario de Estrategias de Afrontamiento. Resultados, el 73,4% de los estudiantes experimentó niveles de estrés de moderados a altos, en cuanto a los niveles de inteligencia emocional resaltó que los estudiantes presentan niveles medios, por lo que tienden a utilizar estrategias de afrontamiento de compromiso que desconectan, mientras que los estudiantes con niveles de inteligencia emocional debajo de la media suelen utilizar estrategias de afrontamiento y desconexión. Llegando a la conclusión de que la inteligencia emocional fue más alta entre estudiantes mayores que en los más jóvenes y más entre mujeres que en hombres.

Por su parte, Gusqui y Galárraga (12) en el 2023, en Ecuador, en una investigación cuyo objetivo fue “Determinar la relación entre las variables Inteligencia Emocional y Estrés Académico”. Estudio, enfoque cuantitativo, correlacional y de corte transversal. Muestra de 257 alumnos. Método, se aplicó dos cuestionarios. Resultados, durante el octavo semestre, los estudiantes mostraron una mayor capacidad de inteligencia emocional. No se detectaron niveles elevados de estrés académico en ninguno de los dos semestres, aunque sí se observaron niveles

bajos respecto a las estrategias empleadas para controlar el estrés. En conclusión, se observó una relación relevante entre las variables.

Por su parte, Orozco y col., (13) en el 2020, en Bogotá, en una investigación cuyo objetivo fue “Hallar la relación entre el estrés, la inteligencia emocional y los resultados académicos en estudiantes universitarios y determinar las posibles diferencias entre ambos sexos”. Estudio, diseño descriptivo correlacional. Muestra de 40 estudiantes. Método, se utilizó el perfil de estrés de Nowack y la prueba de lectura emocional a través de los ojos, además de analizar las calificaciones académicas. Resultados, se observó una débil conexión entre las variables analizadas; sin embargo, en cuanto al estrés, se encontraron variaciones por género, siendo las mujeres quienes mostraron niveles más altos, lo que confirma una carencia de estrategias para manejar el estrés en relación con la inteligencia emocional, afectando negativamente su desempeño académico.

Antecedentes nacionales

Quiliano y Quiliano (14) en el 2020, en una investigación cuya finalidad fue “Determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y estrés académico de los estudiantes de enfermería”. Estudio, tipo ex post facto, descriptiva y de diseño transversal. Muestra de 30 alumnos del VII semestre de enfermería de una universidad peruana. Método, se empleó el cuestionario de BarOn y el inventario SISCO para evaluar el estrés académico. Resultados, resaltó que los discentes carecen de inteligencia emocional según las dimensiones intrapersonal y adaptabilidad; asimismo, las cinco áreas de la inteligencia emocional están vinculadas con situaciones de estrés en alumnos que experimentaron esta condición en algún momento. Concluyeron que no se halló una relación significativa entre las dimensiones de la inteligencia emocional y la frecuencia del estrés, motivo por el cual se debe procurar la optimización de la

calidad educativa y tomar en cuenta el factor emocional para que haya un proceso enseñanza-aprendizaje integral.

Sánchez y Zavala (15) en el 2021, en Trujillo, en una investigación cuya finalidad fue “Determinar la relación de la inteligencia emocional con el nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Privada Antenor Orrego”. Estudio, enfoque no experimental, correlacional descriptivo, corte transeccional. Muestra de 118 alumnos de la carrera de enfermería del III y IV ciclo. Método, se les realizó un cuestionario de Google Forms. Resultados, se halló que en la variable inteligencia emocional 52.5% presentaron un nivel bajo, 36.4% nivel medio y solo el 11.1% nivel alto. Mientras que en la variable estrés académico 60.2% de los estudiantes presentó un nivel medio, 27.9% nivel alto y 11.9% nivel bajo. Concluyeron que existe una correlación negativa entre la inteligencia emocional y el nivel de estrés académico en el alumnado, con un Tau b de Kendall de -0.130 y un valor p de 0.039, lo cual resultó ser significativo ($p < 0.05$).

Rosas (16) en el 2021, en Chincha, en un estudio cuyo objetivo fue “Identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Academia Preuniversitaria Bryce de Arequipa, 2020”. Estudio, tipo básica, diseño no experimental, corte correlacional. Muestra de 130 estudiantes de la academia. Método, se les aplicó el inventario de inteligencia emocional BarOn ICE: NA – Abreviado y el Inventario SISCO para evaluar el estrés académico. Resultados, refieren que no hay relación significativa entre las variables de estudio. No obstante, se concluyó que existe una relación significativa y positiva entre las dimensiones interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés con la variable estrés académico.

2.2. Bases teóricas

Variable 1: Inteligencia emocional

Son diversos los enfoques que se tienen con respecto a la definición de la inteligencia emocional, entre los que se destaca el enfoque psicométrico, el cual considera las distinciones individuales de acuerdo con los factores que inciden en dichas diferencias, resaltando que las personas pueden o no afrontar las situaciones con respecto a factores inalterables. Por otra parte, está el enfoque cognitivo, analiza la forma en las que un individuo entiende lo que está a su alrededor, resaltando el impacto que tiene el pensamiento sobre el actuar de las personas (17).

La inteligencia emocional puede definirse como la competencia para avizorar, evaluar y exteriorizar los sentimientos de forma adecuada, aunado a ello facilita el pensamiento con el acceso y desarrollo de sentimientos, también contribuye a entender las emociones y el conocimiento emocional, de manera que el individuo pueda controlar sus emociones y fomentar su crecimiento emocional e intelectual, por lo que se considera que dicha inteligencia actúa como un factor protector ante el surgimiento de conductas disruptivas. Aunado a ello, se entiende como un predictor del afrontamiento adaptativo ante las vicisitudes de la cotidianidad (18).

En tal sentido, puede entenderse como una variable encargada de intermediar entre situaciones vitales y las consecuencias de las mismas puedan generar en cuanto a la salud y al bienestar de los individuos. Es decir, la inteligencia emocional se asocia con los procesos de adaptación de una persona para generar de forma más sencilla las reacciones adecuadas ante diversas circunstancias de estrés y la reducción de las respuestas emocionales desadaptativas ayudando a reducir los estados de ánimo negativos (19).

Por esa razón es importante que se preste la debida atención al comportamiento que se presenten las personas en las diversas situaciones a las que están expuestos, para desarrollar estrategias en cuanto a la adquisición del bienestar general o proceso de adaptación (20).

Por otro lado, Bar-On refiere que la inteligencia emocional se trata de un grupo de destrezas personales, emocionales y sociales que, al tratarse de habilidades adquiridas con el paso del tiempo, la cuales dan paso a la adecuación y afrontamiento de las presiones del entorno, es decir, es una estructura de competencias emocionales capaz de predecir el éxito académico y profesional (21).

La inteligencia emocional permite que los seres humanos puedan evaluar sus propias emociones para así entenderlas y tomar consciencia sobre ellas, mientras que también se comprenden los sentimientos de otras personas; por otra parte, contribuye a sobrellevar la tensión, la frustración, permite adoptar una actitud empática y social que favorece el desarrollo personal. (22).

Según Goleman existen cinco componentes de la inteligencia emocional, los cuales son: autoconocimiento emocional (adecuada manifestación de los sentimientos), autocontrol emocional (control de los impulsos), automotivación (capacidad de alcanzar las metas mediante las emociones), empatía (responder correctamente a los requerimientos de los demás compartiendo sus sentimientos) y relaciones interpersonales (23).

Dimensiones de la inteligencia emocional:

Intrapersonal

Hace referencia directa al conocimiento propio, así como la expresión de los individuos, resaltando la habilidad que tiene una persona para autoevaluarse, aceptarse y entenderse, generando un sentimiento de autoaceptación y auto respeto (24).

En tal sentido, Brito et al. indican que se relaciona con la comprensión de las emociones propias, conocer el origen de las mismas. Aunado a ello, cabe menciona la autoexpresión emocional, que indica la posibilidad de expresar correctamente los sentimientos propios, reflexiones y opiniones cognitivas, así como la actitud para ser independiente emocionalmente, lo que permite controlar el pensamiento propio para actuar con autonomía ante la necesidad de apoyo, tener fuerza para mantener autoconfianza para determinar y cumplir con metas personales (25).

El componente intrapersonal contribuye a que una persona pueda autocomprenderse, es decir, que pueda identificar sus sentimientos y emociones; también a desarrollar la habilidad de manifestar lo que se siente y piensa sin la necesidad de afectar a otros, también protege sus derechos y el de los demás adecuadamente. Por lo que se requiere de la autoaceptación y autorrespeto en cuanto a las propias debilidades y habilidades, para así poder tomar decisiones de una manera emocionalmente independiente (26).

Interpersonal

La dimensión interpersonal está compuesta por cinco factores como lo son la empatía, las conexiones con los demás y el compromiso con el entorno, es decir, se basa en la habilidad de entender las emociones de terceros, desarrollando la capacidad de crear y mantener una relación confortable con otra persona dando y recibiendo afecto (intimidad emocional), además de ayudar y de favorecer a la sociedad positivamente. Dueñas (26) agrega que la dimensión se fundamenta en la consciencia social, puesto que se enfoca en la capacidad que se desarrolla a lo largo del

tiempo para relacionarse adecuadamente con los demás. Pero para poder lograrlo es necesario que las personas puedan tener sensibilidad respecto a las necesidades de los otros, entendiendo sus sentimientos, prestando especial atención a las señales emocionales, ser una persona colaboradora, actuando de manera constructiva, con la finalidad de que las personas se sientan a gusto con dichas relaciones y así tener expectativas respecto a la interacción social (27).

Adaptabilidad

De acuerdo con el modelo de Bar-On la dimensión adaptabilidad se enfoca en una evaluación de la realidad, en la que se trata de la probabilidad de aceptar objetivamente los propios sentimientos basándose en la realidad del entorno, valorando lo que sucede y lo que se experimenta. Además, Brito et al. resaltan la posibilidad de adaptar y adecuar los sentimientos y el comportamiento según en el momento y contexto en el que se encuentre e individuo, en otras palabras, se trata de la adecuación a eventualidades inusuales, es lo que se llama flexibilidad, mientras que el otro componente es la capacidad para resolver problemas personales o interpersonales. Es la habilidad que desarrolla una persona para adecuarse a determinada situación, en el caso de que la persona no tenga dicha capacidad termina por quedarse estancado en su zona de confort teniendo dificultades para adaptarse a una nueva realidad, puesto que un cambio repentino puede ocasionar que la persona se sienta incapacidad de buscar nuevas opciones para ajustarse a las nuevas realidades, por ello se considera que una persona posee adaptabilidad cuando consigue la forma lidiar y encontrar solución a determinado problema (28).

Para que un individuo tenga adaptabilidad debe ser capaz de analizar la respuesta con respecto a lo que se está experimentando y la realidad de lo que está a su alrededor (29).

Manejo del estrés

El manejo del estrés se trata de control que pueda tener una persona con respecto al estrés, consiguiendo comportarse correctamente, incluso cuando está bajo presión, sin la necesidad de ocasionarse algún daño emocional. Es decir, se trata de la habilidad preservar una perspectiva positiva y optimista con respecto a situaciones difíciles, puesto que deben enfrentar y regular las emociones en situaciones negativas que desarrolle altos niveles de tensión y estrés, dejando de lado la impulsividad y comportamientos disruptivos (30).

Impresión positiva

Esta dimensión toma en cuenta el estado anímico de las personas, en el destaca el optimismo y placidez, puesto que de esta manera es más sencillo acceder a los componentes de la inteligencia emocional. Bajo esta premisa es importante resaltar que el individuo con impresión positiva debe mantener una vida óptima, física y emocionalmente, aun cuando se presentan momentos de adversidad, es como una automotivación para el desarrollo de cualquier tipo de tarea, lo cual se logra cuando se está satisfecho consigo mismo, con otras personas y con la vida en sí. En tal sentido, Rosas considera que la felicidad y el optimismo son factores de suma importancia para tener una impresión positiva, viendo las cosas desde un aspecto más brillante y manteniendo una actitud positiva en todo momento (31).

Teoría de la inteligencia emocional

Bar-On y Parker en su obra ha logrado verificar que la inteligencia emocional se describe como un grupo de capacidades emocionales, personales e interpersonales que afectan la competencia para manejar los requerimientos y tensiones del entorno. Por lo tanto, las emociones ayudan a resolver problemas y facilitan la adaptación al medio, asimismo es la capacidad de establecer relaciones Intrapersonal e Interpersonal (32).

Teoría de enfermería de Callista Roy

Dentro de las conceptualizaciones que se utilizan en la práctica de enfermería y que han tenido con los años una gran aceptación es el Modelo de Afrontamiento y adaptación presentada por Callista Roy, su desarrollo fue a inicios de 1970 y desde su comienzo ha logrado demostrar un proceso frecuente de expansión que se encuentra acorde con el desarrollo de la disciplina enfermera. Bajo este modelo se define al afrontamiento como una estrategia innata de accionar frente a cambios producidos por un determinado entorno o ambiente, siendo que el mismo es multidimensional y jerarquizado terminó surgiendo bajo la necesidad de ser analizado desde una perspectiva de adaptación de la persona, por lo que se genera esta teoría que se encuentra basada en los sistemas reguladores y cognitivos acoplados a su propio modelo. El referido modelo de adaptación se encuentra enfocado principalmente en el desarrollo de la práctica de enfermería demostrando una gran incidencia en su uso, asimismo, representa un marco conceptual que mayormente se emplea en diversos países, haciendo un especial énfasis en los elementos de la disciplina y la formación investigativa, por lo que se toma en consideración cada objetivo, valor y actividad del profesional frente al paciente (33).

Variable 2: Estrés académico

Hoy en día, el estrés es una expresión frecuente, puesto que hay diversos factores en la vida cotidiana que generan en las personas una respuesta negativa a causa de la presión y la capacidad de afrontar dicha situación y, también por la percepción que tiene la persona sobre dicha circunstancia, dado que la persona percibe que las exigencias superan sus recursos disponibles y las clasifica como estresores. El estrés académico se entiende como un estado que surge en el momento en el que el alumno siente que las demandas de su entorno le superan, lo que conlleva a

que la persona se sienta angustiada por las presiones que debe enfrentar en su proceso formativo y le cuesta poder controlarse, en ocasiones, desarrollan síntomas físicos y mentales como la ansiedad, trastornos de sueño, agotamiento y bajo rendimiento académico, desinterés profesional, ausentismo y hasta deserción (34).

Asimismo, Emiro et al. agregan que el estrés es una reacción no solo conductual, sino también psicológica y hasta fisiológica ante un escenario percibido como peligroso o exigente. En tal sentido, los factores estresores son precisamente situaciones propias del ámbito pedagógico como los horarios, los exámenes, las calificaciones y la incertidumbre con respecto a su futuro. Comenzar la vida universitaria conlleva a una transformación del ser humano para ajustarse al rol académico, las normativas, las obligaciones y los requerimientos académicos, además del ambiente de constante competencia, tomando en cuenta sus expectativas y condiciones psicosociales que condicionan los niveles de estrés (35).

Cabe resaltar que en el proceso de aprendizaje las personas suelen experimentar tensión y eso ocurre desde la etapa inicial hasta los estudios superiores, ya sea el contexto particular como grupal dentro del aula de clases por las actividades académicas que deben desarrollar. Por lo que se puede decir que se trata de un proceso sistémico que surge en tres instantes, primero el estudiante debe adaptarse a todo el contexto académico y al conjunto de demandas que el alumno puede considerar como parte de un factor estresor; en segundo lugar, los estresores conllevan al desarrollo de un desequilibrio sistémico, que se expresa a través de respuestas; en tercer lugar, este desajuste impulsa al estudiante a llevar a cabo acciones de ajuste para intentar recuperar el equilibrio sistémico, es decir, hallar estrategias de afrontamiento, la cual requiere de un proceso psicológico de entendimiento que inicia en el momento en que se considera como peligroso el entorno y cada persona suele usar los estilos de afrontamiento de su preferencia (36).

Las experiencias negativas o desagradables inciden directamente en la manera de pensar y los comportamientos de los estudiantes, las cuales se evidencian en la calidad de los trabajos académicos que desarrollan. Generalmente los estudiantes reciben diversos estímulos que se reflejan en las dificultades que presentan los alumnos para poder realizar sus actividades académicas y otras distintas. Cabe resaltar que, pese a que las personas consideren que este sentimiento surge en las fases educativas, es en la universidad donde el estrés académico se vuelve más pronunciado, y se refleja en el aspecto fisiológico, mientras que en la educación básica se presentan son síntomas emotivos y todo ello por la dificultad de poder cumplir con las actividades académicas exigidas (37).

Dimensiones de la segunda variable

Estresores académicos

Se refiere a cada uno de los factores que obstaculizan la formación universitaria, por lo que el discente se ve afectado en su proceso de evaluación, en la carga de trabajo, en su instrucción, eso sin mencionar los componentes organizacionales y sus relaciones sociales. Es relevante destacar que el estrés académico constituye un proceso de adaptación y psicológico, por lo que puede verse como una respuesta a actividades tales como tareas colectivas o individuales, lectura y comprensión de textos, presentaciones o exposiciones, las cuales pueden generar desequilibrios en los individuos (38).

De igual forma, en el proceso de selección de decisiones y gestión de programas académicos, estos factores académicos son percibidos como situaciones de estrés; es decir, se trata de la superación de exigencias académicas ante la respuesta del estudiante (39).

Entre los estresores académicos de mayor relevancia se pueden resaltar los tres principales de la educación universitaria los cuales son: los procedimientos de evaluación, la carga excesiva de tareas académicas y circunstancias del proceso educativo, que incluyen las dinámicas sociales y con los docentes, así como los métodos de enseñanza a los que los estudiantes están expuestos. Además, se incluyen los aspectos organizativos, como la falta de coherencia en los planes de estudio, los horarios de clases, la baja participación de los estudiantes en la gestión y toma de decisiones, la masificación y el entorno académico (40).

El acceso de ciertas opciones formativas está condicionado por la valoración, al igual que las posibilidades de empleo que cumplen con las aspiraciones del estudiante, por lo que el alumnado le da suma importancia, con el consiguiente cada una de las evaluaciones y actividades académicas simbolizan una especie de situación crítica de estrés (41).

Síntomas (reacciones)

Como se ha mencionado anteriormente, durante cualquier proceso de formación universitaria pueden hacer surgir diversos niveles de estrés en los estudiantes, haciendo que los mismos reaccionen de diversas formas ante cualquier situación de desequilibrio que despliegue el estrés, no obstante, cuando el estudiante comienza a buscar soluciones se desarrolla en su interior sentimientos de satisfacción que merma un poco cualquier tipo de afección en su desempeño profesional (42).

Dichos síntomas o reacciones al estrés académico se reflejan en problemas para lograr dormir, cansancio, cefalea, indigestión, somnolencia, mientras que en ámbito físico las manifestaciones se pueden evidenciar en tensiones musculares, constipación, sobreexcitación y mucha agitación (43).

El estrés relacionado con los estudios puede llevar a que los estudiantes enfrenten alteraciones sentimentales como tristeza, enfado, miedo y ansiedad, etc. Estas son las expresiones psicológicas más destacadas. Por otra parte, se presenta reacciones físicas como fuertes dolores de cabeza, dolores musculares, alteraciones en las funciones cognoscitivas y cansancio (44).

Estrategias de afrontamiento

Se trata de un cúmulo de respuestas de comportamientos que se aprenden con el paso del tiempo, cuya finalidad es reducir los niveles de estrés por medio de la neutralización de una situación potencialmente riesgosa, cabe destacar que dependiendo de la periodicidad de y la dificultad de las evaluaciones varían las estrategias, según el proceso de interacción individuo-entorno, de los cambios en la situación y los cambios de las personas Todo estudiante se encuentra en el deber de hallar soluciones que le causan preocupación, por ello deben hacer frente a aquellos estímulos estresores, de modo que puedan restaurar el equilibrio analizando lo que está bien y lo que no, de manera que logre tener firmeza y control sobre las emociones en las manifestaciones comportamentales y en los momentos de estrés (45).

Entre las diversas estrategias de afrontamiento se pueden mencionar las siguientes: La solución de problemas, es una estrategia que va orientada a la mejora de la relación que pueda tener una persona con su entorno Regulación emocional, es la búsqueda de control con respecto a las respuestas emocionales que surgen de un factor estresor, por lo que surgen en el momento en el que una persona cree que se le hace imposible cambiar su relación con el entorno, por lo que su acción puede ser llorar, dormir, realizar actividades físicas, aplicar estrategias emocionales, actividades recreativas, meditar, etc. (46).

Teoría o modelo sistémico cognoscitivista de Barraza.

Esta teoría del estrés académico, encuentra su punto nuclear desarrollado en dos momentos. Inicialmente se presenta el principio básico que proporciona una identidad de procedencia al contexto, asociándose con diversos escritores a nivel nacional. Esta teoría toma en cuenta las capacidades de los individuos para confrontar escenarios estresantes a las que se somete por diferentes situaciones o sucesos sujetos a su capacidad de respuesta. En ese sentido, la referida teoría señala que los estudiantes suelen sentirse incapaces de afrontar las demandas académicas, lo cual podría ocasionar pensamientos negativos como cansancio o dolores de pensamiento disperso, nerviosismo, falta de enfoque y dificultades de integración social (47).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

H0: No existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

2.3.2. Hipótesis específicas

H1: Existe relación entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

H1: Existe relación entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

H1: Existe relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

H1: Existe relación entre la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

H1: Existe relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

El análisis contó con un método hipotético-deductivo, ya que, según Sánchez et al., se realiza a partir de las hipótesis para obtener nuevas conclusiones que deben ser confirmadas con los datos de la investigación (48),

3.2. Enfoque de la investigación

Además, el estudio actual empleó un enfoque cuantitativo, dado que se recolectarán datos con la finalidad de llevar a cabo la contrastación de las hipótesis del estudio, centradas en mediciones numéricas y análisis estadísticos, con el fin de determinar tendencias conductuales y también para validar teorías (49).

3.3. Tipo de investigación

La presente investigación fue de tipo aplicada, pues, de acuerdo con Sánchez et al. lo problemas científicos se desarrollan con un propósito práctico y pragmático, es un estudio que se basa en estudios de tipo básico, por lo que se refiere a todas las ciencias empíricas que buscan entender el presente (50).

3.4. Diseño de la investigación

Se contó con un diseño no experimental, pues las variables de investigación no serán distorsionadas para obtener resultados. Por lo tanto, estas variables fueron examinadas dentro de un marco específico, considerando cómo se desarrollaron y se manifestaron en su ambiente habitual. Aunado a ello, la presente investigación fue de tipo transversal, ya que la encuesta se

realizará en un momento determinado en el tiempo (45). Por su parte, presentará un alcance correlacional debido a que se tendrá una evaluación en torno a las variables del estudio buscando comprobar las hipótesis del estudio (49).

3.5. Población, muestra y muestreo

Población

La población hace referencia a cada uno de los componentes que funcionan para la realización de una investigación que pueden ser seleccionados para la unidad de muestreo, los cuales cuentan con características similares. En este análisis, la población estuvo compuesta por 230 alumnos.

Criterios de inclusión

- Alumnos de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener.
- Alumnos que asientan contribuir voluntariamente del estudio.
- Alumnos que firmen el consentimiento informado.

Criterio de exclusión

- Alumnos que no brinden el consentimiento para formar parte del estudio.
- Alumnos que no sean de la escuela académico profesional de enfermería de la Universidad Privada Norbert Wiener.
- Estudiantes de otros ciclos académicos

Muestra

Es el subconjunto de la población que permite determinar los factores intrínsecos que formarán parte del estudio a fin de valorizar las hipótesis de la investigación (47). En este estudio, la muestra estuvo formada por 145 alumnos.

En el caso de la presente investigación el cálculo de la muestra fue mediante la formula finita descrita de la siguiente manera:

$$n = \frac{NZ^2P(1-p)}{(N-1)e^2 + Z^2p(1-p)}$$

N= (tamaño poblacional)

Z= Nivel de confianza

p= proporción

e= Error estándar = 0,05

Se dispondrá del siguiente modo:

$$230 = \frac{230 * 1.96^2 0.5(1 - 0.5)}{(230 - 1)0.05^2 + 1.96^2 0.5(1 - 0.5)} = \frac{324.26}{2.58} = 145$$

N= 230

Z= 1.96

p= 0.5

e= Error estándar = 0,05

Muestreo

Es el proceso que permite la selección de los factores que formarán parte del estudio (48) en ese sentido, en el presente estudio se ha utilizado el muestro no probabilístico intencional debido a que depende de la voluntad del investigador y la posibilidad de acceder a la población objeto de análisis.

3.6. Variables y operacionalización

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Variable 1: Inteligencia emocional	Se trata de la habilidad de identificar, entender y manifestar las emociones propias y ajenas, también incluye la capacidad de enfrentar adecuadamente los desafíos y las demandas del entorno (16).	La variable inteligencia emocional del estudio se midió mediante el Inventario de inteligencia emocional de Baron ICE de N – A, a través de sus 5 dimensiones: Interpersonal, Intrapersonal, Manejo de estrés, Estado de ánimo, Adaptabilidad o Ajuste	Intrapersonal	-Nivel de empatía. -Relaciones con los demás. -Relaciones interpersonales. -Responsabilidad social. - Manejo social.	Ordinal	Bajo:30-45 Moderado: 46-65 Alto: 66-90
		Interpersonal	-Comprensión emocional de sí mismo. - Asertividad. - Autoconcepto. - Autorrealización. - Independencia			
		Adaptabilidad	- Solución de problemas.			

				<ul style="list-style-type: none"> - Plantea solución ante situaciones adversas. -Experimentación con la realidad. - Contrasta sus soluciones. - Nivel de flexibilidad. 		
			Manejo del estrés	<ul style="list-style-type: none"> - Tolerancia al estrés. - Manejo del estrés. – Soportar actitudes de beligerancia. - Control de los impulsos. - Autocontrol excesivo 		
			Impresión positiva	<ul style="list-style-type: none"> - Felicidad - Optimismo 		

Variable 2: Estrés académico	Se trata de una reacción o respuesta del organismo de una persona con respecto a las demandas del día a día, lo que provoca en los estudiantes una inestabilidad, malestar y desequilibrio en su desempeño académico (16).	La variable estrés académico fue medida a través de las dimensiones Estresores académicos y Síntomas, mediante el cuestionario como instrumento de recopilación de datos.	Estresores académicos	Situaciones originadas por el estrés, siendo cualquier estímulo que provoque el desequilibrio en el organismo, a través de una respuesta imprecisa	Ordinal	Nivel leve del estrés 0 – 35 Nivel moderado del estrés 36 – 70 Nivel severo del estrés 71 – 105
			Síntomas (reacciones)	Dolores en el cuerpo Contracción muscular Diarreas Estreñimiento Taquicardia Hiperhidrosis Falta de concentración Aislamiento Inquietud		

				Ansiedad, miedo, ira, problemas para recordar		
			Estrategias de afrontamiento	Estrategia de defensa que se usa cuando una persona se encuentra en una circunstancia riesgosa		

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

Para obtener resultados satisfactorios, es fundamental utilizar una técnica que ayude a identificar los hechos abordados en la investigación. Aunque hay varias técnicas disponibles, la más empleada es la encuesta, que fue elegida para este análisis con el propósito de establecer la conexión entre el estrés académico y la inteligencia emocional (48).

3.7.2. Descripción de instrumentos

Para el caso de la primera variable Inteligencia emocional se utilizará el Test Psicológico Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn, el cual fue adaptado en Perú Lima por Mendiola en el año 2019, siendo su administración individual o colectiva, donde no existe un límite de tiempo, pero su aplicabilidad puede durar de 10 a 15 minutos. Su escala de selección es Likert, señalando las opciones de Muy rara vez (1), rara vez (2), a menudo (3), muy a menudo (4), lo que puede ser seleccionada por los encuestados en el momento de responder (49).

Para la segunda variable, estrés académico, se empleó el inventario SISCO, una escala estandarizada adaptada en Perú por el autor Cabellos en 2020 (47). El autor original de esta herramienta es Barraza, quien la desarrolló entre 2007 y 2018, con la finalidad de examinar las particularidades del estrés en los estudiantes de nivel universitario, se emplearon proporciones regionales representadas en percentiles y organizadas según distintos niveles. El instrumento de evaluación incluye un total de 31 preguntas. El primer ítem aparece al inicio para confirmar si el participante ha incluido las variables. Luego de 15 elementos, el segundo tiene como objetivo evaluar el nivel de presión, mientras que los demás ítems

evalúan los síntomas y las estrategias de afrontamiento, en función del tamaño del factor estresante. (50).

3.7.3. Validación

Para la validación del cuestionario BarOn, fue desarrollada en Lima por Mendiola en el año 2019, donde luego de emplear una evaluación de la valoración de los jurados expertos se pudo obtener un valor menor a .05 (49).

El Inventario SISCO para medir el estrés académico contó con la validación de 33 expertos, quienes respaldaron su fiabilidad mediante un coeficiente V de Aiken, que refleja un 100% de precisión, lo que permitió identificar un valor menor a .05, brindando con ello una alta validez, lo que realizado por Cabellos en el año 2020 (50).

3.7.4. Confiabilidad

De acuerdo con lo señalado por Mendiola en Lima durante el año 2019 elaboró una prueba piloto haciendo uso del estadístico Alfa de Cronbach donde se pudo identificar una confiabilidad del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn de .77, siendo que el mismo es fiable (49).

Se utilizó un análisis factorial por Cabellos en Lima durante el año 2020, mediante el Alfa de Cronbach se logró un hallazgo de 0.90 para el inventario SISCO, una estructura tridimensional confirmada a través del (50).

Tabla 1. *Resumen de casos de estudio*

		N	%
Casos	Válido	145	100.0
	Excluido ^a	0	0.0
	Total	145	100.0

Interpretación: Se verificó que, durante la ejecución de los instrumentos de recolección de datos, no se registraron valores o preguntas en blanco.

Tabla 2. *Confiabilidad variable 1: Inteligencia emocional*

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.963	0.963	30

Interpretación: La confiabilidad de la variable “Inteligencia emocional” se ha evaluado empleando el coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach. En este caso, se obtuvo un valor de 0.963 para el alfa de Cronbach, lo que señala que la variable tiene una alta confiabilidad y consistencia interna.

Tabla 3. *Confiabilidad variable 2: Estrés académico*

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.930	0.930	30

Interpretación: La variable “Estrés académico” tiene un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.930, lo que denota una alta solidez en las respuestas de los participantes en relación con los elementos estandarizados que componen la variable. Además, se reporta que hay 30 elementos en esta variable.

En general, estos resultados sugieren que ambas variables tienen una buena confiabilidad, lo que indica que los participantes respondieron de manera consistente a las preguntas incluidas en las medidas de inteligencia emocional y estrés académico utilizadas en el estudio.

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

El procesamiento es el procedimiento mediante el cual se manejan los datos obtenidos de una población específica. Su objetivo es generar resultados mediante un análisis alineado con los objetivos, preguntas e hipótesis planteadas. Este proceso debe llevarse a cabo utilizando herramientas y software estadísticos que faciliten la organización de los datos y su adecuada interpretación (48).

Para la presente investigación se hizo uso del programa estadístico SPSS Versión 25 con la intención de cuantificar la relación de las variables el estadígrafo Rho de Spearman, el cual procesará las tablas y figuras correspondientes para el examen y la comprobación de hipótesis.

3.9. Aspectos éticos

Los datos proporcionados en la presente investigación fueron veraz y fidedigna, se respetó los derechos del autor todas las citas expuestas se encuentran en las referencias. Se aplicaron principios éticos relacionados con la confidencialidad y la originalidad, manejando los datos de los participantes con total discreción, sin exponerlos al público y sobre todo garantizando la mayor confianza y seguridad para que se sintieran cómodos. Por otro lado, se consideró los principios bioéticos, de la Declaración del Helsinki, cuyo objetivo es preservar el bienestar, el respeto, la integridad y la libertad de decisión personal de los individuos.

Asimismo, se respetarán los principios bioéticos de la metodología, por lo tanto, se respetará el principio de autonomía por lo que los colaboradores pertenecientes a la muestra brindarán su respuesta una vez firmen el consentimiento informado, lo cual se realizó sin coerción de ninguna clase, también privó el principio de beneficencia y no maleficencia ya

que los resultados obtenidos fueron gestionados sin perjuicio de terceros y los fines son estrictamente académicos, aunado a lo anterior la presente investigación desarrolló bajo el precepto de justicia ya que no hubo alteración de lo encontrado en la oportunidad correspondiente.

CAPITULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Tabla 4. *Resultados demográficos*

	Descripción	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Sexo	Masculino	69	47.59%	47.59%
	Femenino	76	52.41%	100.00%
	Total	145	100.00%	
Ciclo de estudios	8vo ciclo	80	55.17%	56.25%
	9no ciclo	65	44.83%	100.00%
	Total	145	100.00%	

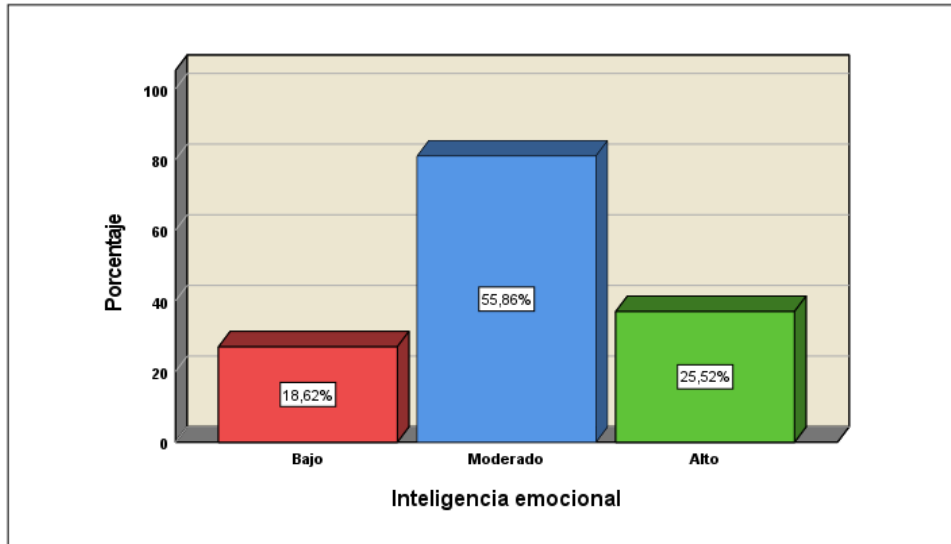
Interpretación: El resumen presenta los resultados demográficos del estudio, incluyendo a estudiantes de los ciclos VIII y IX y se encontraron 69 estudiantes masculinos y 76 estudiantes femeninos, lo que representa el 47.59% y el 52.41% respectivamente. En cuanto al ciclo de estudios, 80 estudiantes que representaron el 55.17%, pertenecían al 8vo. ciclo, mientras que los otros 65 estudiantes, es decir el 44.83% pertenecían al 9no. ciclo.

Tabla 5 *Nivel de Inteligencia emocional*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	27	18.62%	18.62%
	Moderado	81	55.86%	74.48%
	Alto	37	25.52%	100.00%
	Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 1 Nivel de Inteligencia emocional



Fuente: Elaboración propia.

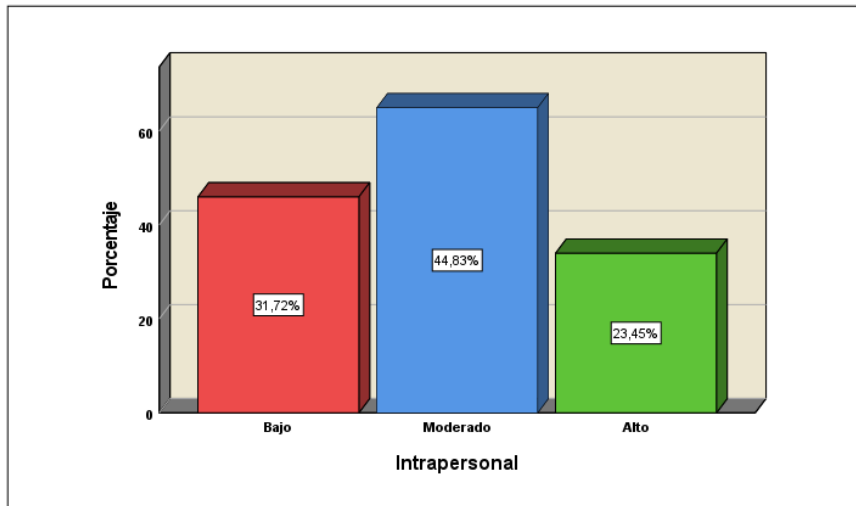
Interpretación: Como se demuestra en la Figura 1 se intentó reflejar el nivel de inteligencia emocional cuenta los 145 encuestados en este estudio, donde se percibió que el 18.62% presentó un nivel de inteligencia bajo, mientras que el 55.86% manifestó tener un nivel moderado, mientras que el 25.52% afirmó tener un nivel de inteligencia emocional alto. Este análisis descriptivo nos informó que hay un porcentaje de los alumnos los cuales presentan un nivel bajo de inteligencia emocional.

Tabla 6 Nivel de inteligencia emocional intrapersonal

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	46	31.72%	31.72%
Válido Moderado	65	44.83%	76.55%
Válido Alto	34	23.45%	100.00%
Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 2 Nivel de inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes universitarios



Fuente: Elaboración propia

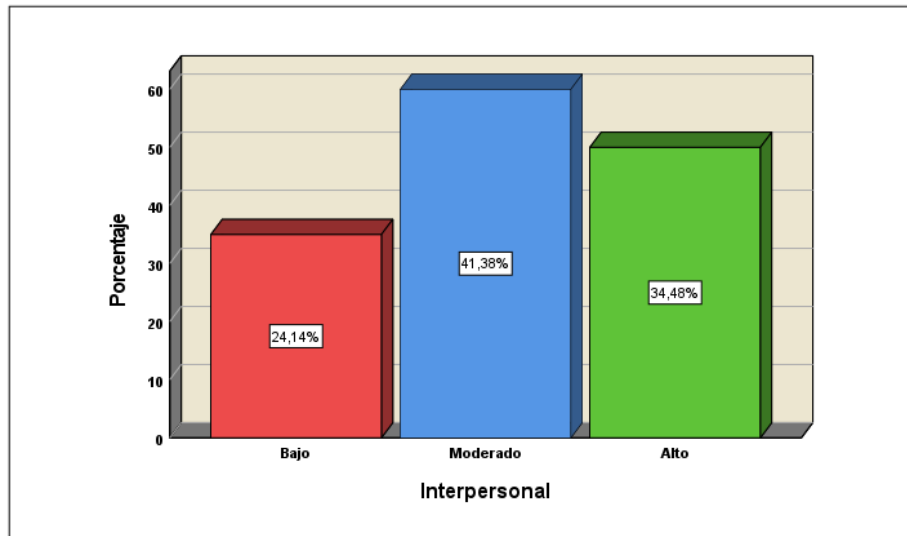
Interpretación: Se intentó reflejar la inteligencia emocional intrapersonal en los 145 encuestados de este estudio, donde se percibió que el 31.72% presentó un nivel de inteligencia emocional intrapersonal bajo, mientras que el 44.83% manifestó tener un nivel moderado, por otro lado, el 23.45% afirmó tener un nivel de inteligencia emocional intrapersonal alto. Este análisis descriptivo nos informó que hay un porcentaje de los alumnos los cuales presentaron un nivel bajo de inteligencia emocional intrapersonal, para el periodo 2024.

Tabla 7 Nivel de inteligencia emocional interpersonal

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	35	24.14%	24.14%
Moderado	60	41.38%	65.52%
Alto	50	34.48%	100.00%
Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 3 Nivel de inteligencia emocional interpersonal



Fuente: Elaboración propia

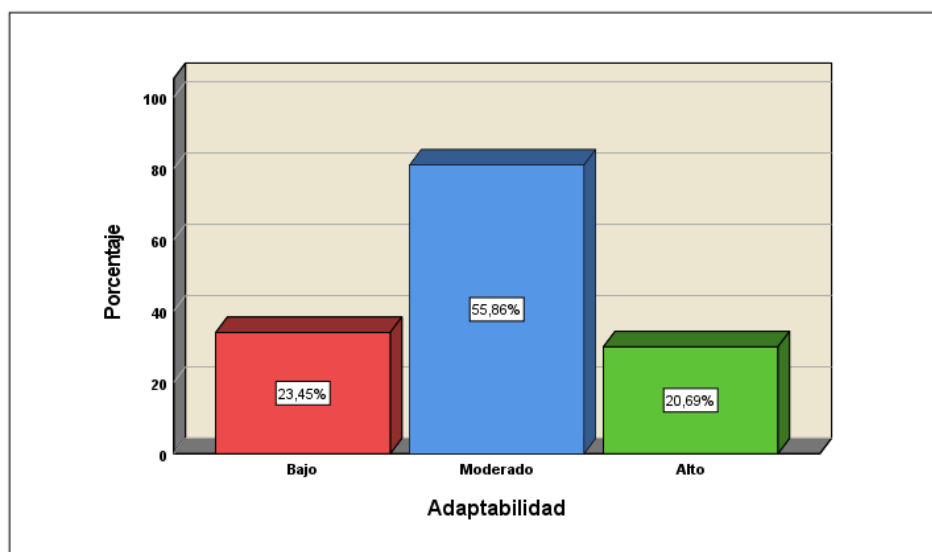
Interpretación: Se intentó reflejar la inteligencia emocional interpersonal en los 145 encuestados de este estudio, donde se percibió que el 24.14% presentó un nivel de inteligencia emocional interpersonal bajo, mientras que el 41.38% manifestó tener un nivel moderado, por otro lado, el 34.48% afirmó tener un nivel de inteligencia emocional interpersonal alto. Este análisis descriptivo nos informó que hay un porcentaje de los alumnos los cuales presentaron un nivel bajo de inteligencia emocional interpersonal, para el periodo 2024.

Tabla 8 Nivel de adaptabilidad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	34	23.45%	23.45%
Moderado	81	55.86%	79.31%
Alto	30	20.69%	100.00%
Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 4 Nivel de adaptabilidad



Fuente: Elaboración propia

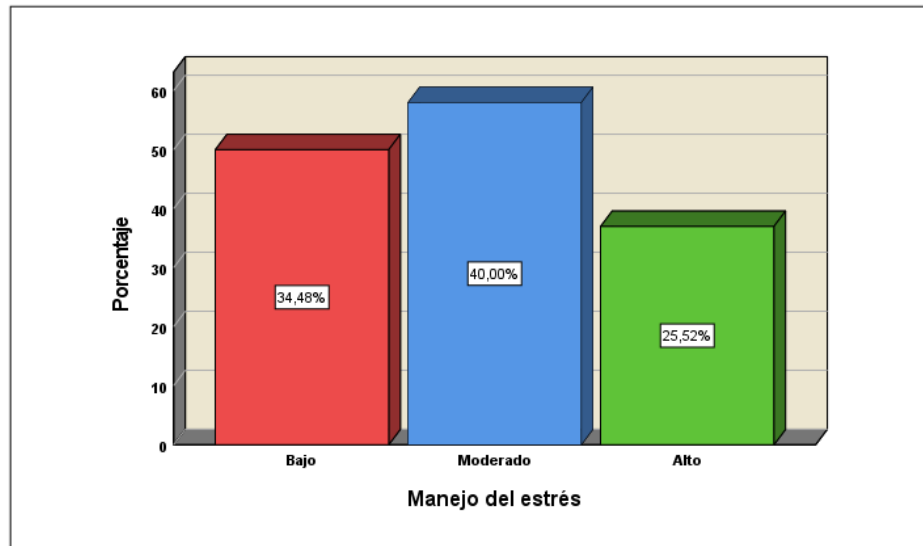
Interpretación: Se intentó reflejar el nivel de adaptabilidad de sus emociones en los 145 encuestados de este estudio, donde se percibió que el 23.45% presentó un nivel de adaptabilidad emocional baja, mientras que el 55.86% manifestó tener un nivel moderada, por otro lado, el 20.69% afirmó tener un nivel de adaptabilidad emocional alta. Este análisis descriptivo nos informó que hay un porcentaje de los alumnos los cuales presentaron un nivel bajo de adaptabilidad emocional, para el periodo 2024.

Tabla 9 Nivel de manejo del estrés

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	50	34.48%	34.48%
Moderado	58	40.00%	74.48%
Alto	37	25.52%	100.00%
Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 5 Nivel de manejo del estrés



Fuente: Elaboración propia

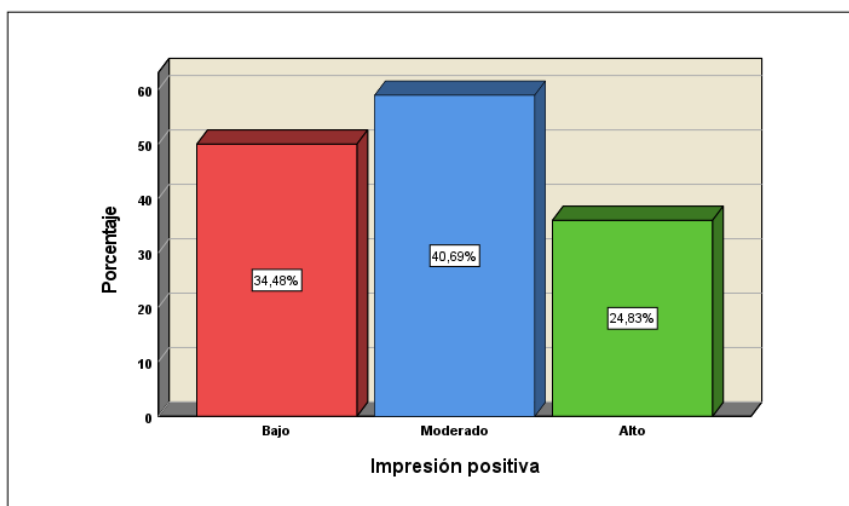
Interpretación: Se intentó reflejar el nivel de manejo del estrés en los 145 encuestados de este estudio, donde se percibió que el 34.48% presentó un manejo del estrés bajo, mientras que el 40.00% manifestó tener manejo del estrés moderado, por otro lado, el 25.52% afirmó tener un manejo del estrés alto. Este análisis descriptivo nos informó que hay un porcentaje de los alumnos los cuales presentaron un nivel bajo del manejo del estrés, para el periodo 2024.

Tabla 10 Nivel de impresión positiva

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	50	34.48%	34.48%
Moderado	59	40.69%	75.17%
Alto	36	24.83%	100.00%
Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 6 Nivel de impresión positiva



Fuente: Elaboración propia

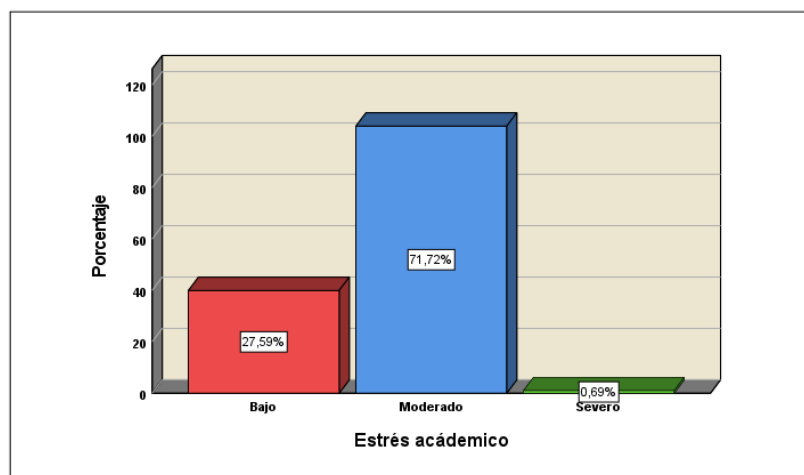
Interpretación: Se intentó reflejar nivel de impresión positiva en los 145 encuestados de este estudio, donde se percibió que el 34.48% presentó un nivel de impresión positiva bajo, mientras que el 40.69% manifestó tener un nivel de impresión positiva media, por otro lado, el 24.83% afirmó tener un nivel de impresión positiva alta. Este análisis descriptivo nos informó que hay un porcentaje de los alumnos los cuales presentaron niveles bajos de impresión positiva, para el periodo 2024.

Tabla 11 *Niveles de estrés académico*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	40	27.59%	27.59%
Moderado	104	71.72%	99.31%
Severo	1	0.69%	100.00%
Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 7 *Niveles de estrés académico*



Fuente: Elaboración propia

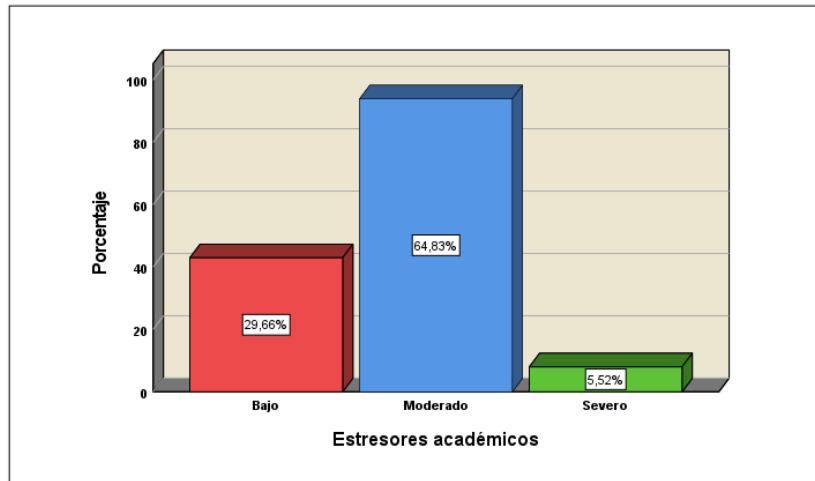
Interpretación: Se intentó reflejar los niveles de estrés académico en los 145 encuestados de este estudio, donde se percibió que el 27.59% presentó un nivel de estrés académico relativamente bajos, mientras que el 71.72% manifestó tener un nivel de estrés académico medios, por otro lado, solo el 0.69% afirmó tener un nivel de estrés alto. Este análisis descriptivo nos informó que hay gran porcentaje de los alumnos los cuales presentaron niveles medios de estrés académicos, para el periodo 2024.

Tabla 12 *Niveles de estresores académicos*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	43	29.66%	29.66%
Moderado	94	64.83%	94.48%
Severo	8	5.52%	100.00%
Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 8 *Niveles de estresores académicos*



Fuente: Elaboración propia

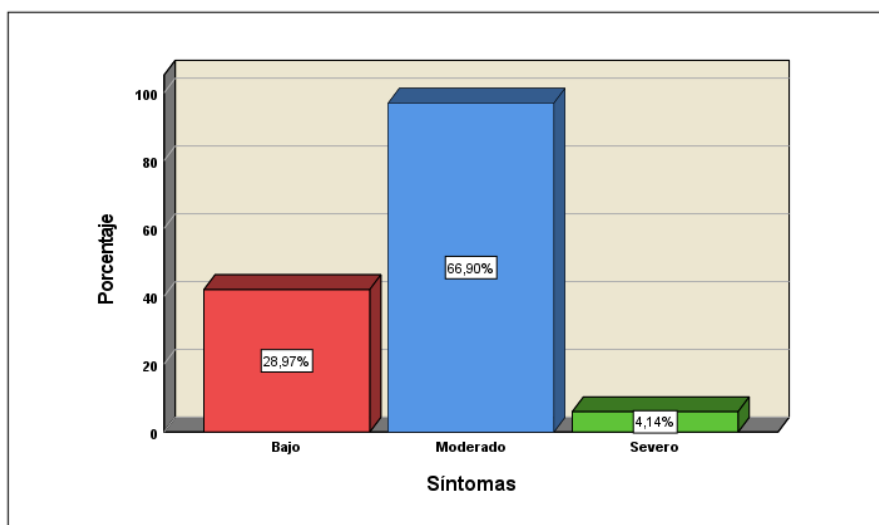
Interpretación: Se intentó reflejar el nivel de estresores académicos en los 145 encuestados de este estudio, donde se percibió que el 29.66% presentó un nivel de estresores académico relativamente bajo, mientras que el 64.83% manifestó tener un nivel de estresores académico medios, por otro lado, solo el 5.52% afirmó tener unos niveles de estresores relativamente altos. Este análisis descriptivo nos informó que hay gran porcentaje de los alumnos los cuales presentaron niveles medios de estresores académicos, para el periodo 2024.

Tabla 13 *Síntomas por estrés*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	42	28.97%	28.97%
Moderado	97	66.90%	95.86%
Severo	6	4.14%	100.00%
Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 9 *Síntomas por estrés*



Fuente: Elaboración propia

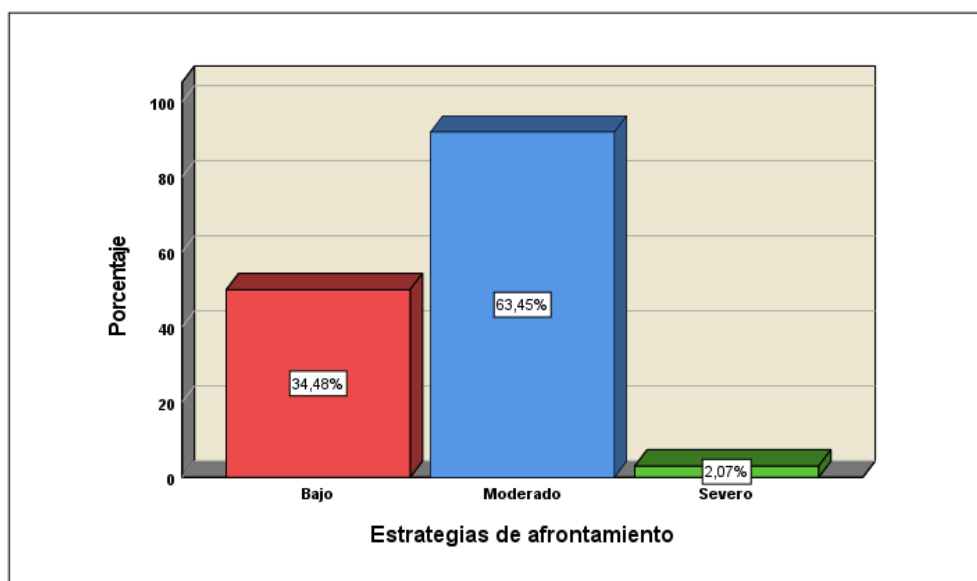
Interpretación: Se intentó reflejar los síntomas que presentan por estrés académico en los 145 encuestados de este estudio, donde se percibió que el 28.97% presentó síntomas por estrés académico relativamente bajos, mientras que el 66.90% manifestó tener síntomas por estrés académico medios, por otro lado, solo el 4.14% afirmó tener síntomas altos por estrés académicos. Este análisis descriptivo nos informó que hay gran porcentaje de los alumnos los cuales presentaron síntomas medios por estrés académico, para el periodo 2024.

Tabla 14 *Nivel de estrategias de afrontamiento*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido Bajo	50	34.48%	34.48%
Moderado	92	63.45%	97.93%
Severo	3	2.07%	100.00%
Total	145	100.00%	

Fuente: Elaboración propia

Figura 10 *Estrategias de afrontamiento*



Fuente: Elaboración propia

Interpretación: Como se aprecia en la Figura 10 se intentó reflejar el nivel de estrategia de afrontamiento ante el estrés académico en los 145 encuestados de este estudio, donde se percibió que el 34.48% presentó tener niveles bajo de estrategias para afrontar el estrés académico, mientras que el 63.45% de los participantes afirmó tener un nivel medio de estrategias para afrontar el estrés académico, por otro lado, solo el 2.07% afirmó tener un nivel alto de estrategias para afrontar el estrés académico. Este análisis descriptivo nos informó que hay gran porcentaje de los alumnos los cuales presentaron niveles bajos de estrategias para afrontar el estrés académico, para el periodo 2024.

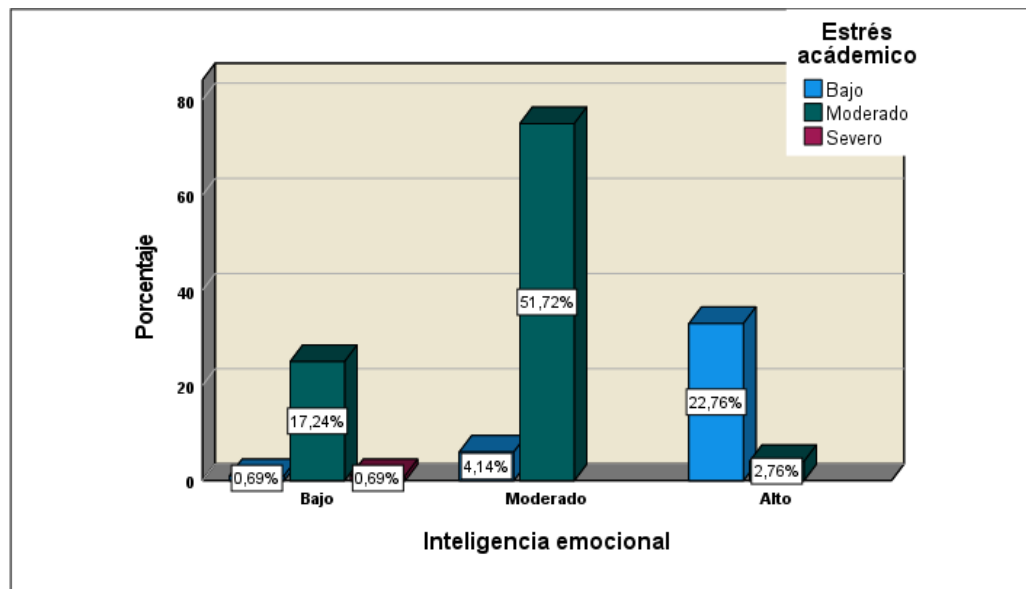
Tabla 15 Cruce entre variables 1 y 2

		Estrés académico			Total	
		Nivel leve de estrés	Nivel moderado de estrés	Nivel severo de estrés		
Inteligencia emocional	Bajo	Recuento	1	25	1	27
		% del total	0.69%	17.24%	0.69%	18.62%
	Moderado	Recuento	6	75	0	81
		% del total	4.14%	51.72%	0.00%	55.86%
	Alto	Recuento	33	4	0	37

	% del total	22.76%	2.76%	0.00%	25.52%
Total	Recuento	40	104	1	145
	% del total	27.59%	71.72%	0.69%	100.00%

Fuente: Elaboración propia. SPSS 27

Figura 11 Cruce entre variables 1 y 2



Fuente: Elaboración propia

Interpretación: El cruce entre de la inteligencia para regular las emociones y el estrés académico en los estudiantes universitarios revela que, con baja regulación de las emociones, el 0.69% experimenta un severo nivel de estrés académico, mientras que el 17.24% muestra un nivel moderado de estrés académico y el 0.69% se encuentra con un nivel leve de estrés académico. Por otro lado, aquellos con una regulación de inteligencia emocional media, no presentan niveles severos de estrés académico, con el 51.72% experimentando un nivel medio de estrés académico y el 4.14% con un nivel leve de estrés académico. Por último, entre los estudiantes con alta regulación de emociones no evidencian niveles altos de estrés académico, el 2.76% presentó un nivel medio de estrés académico y el 27.59% presentó nivel leve de estrés académico. Estos resultados sugieren una posible relación entre la regulación

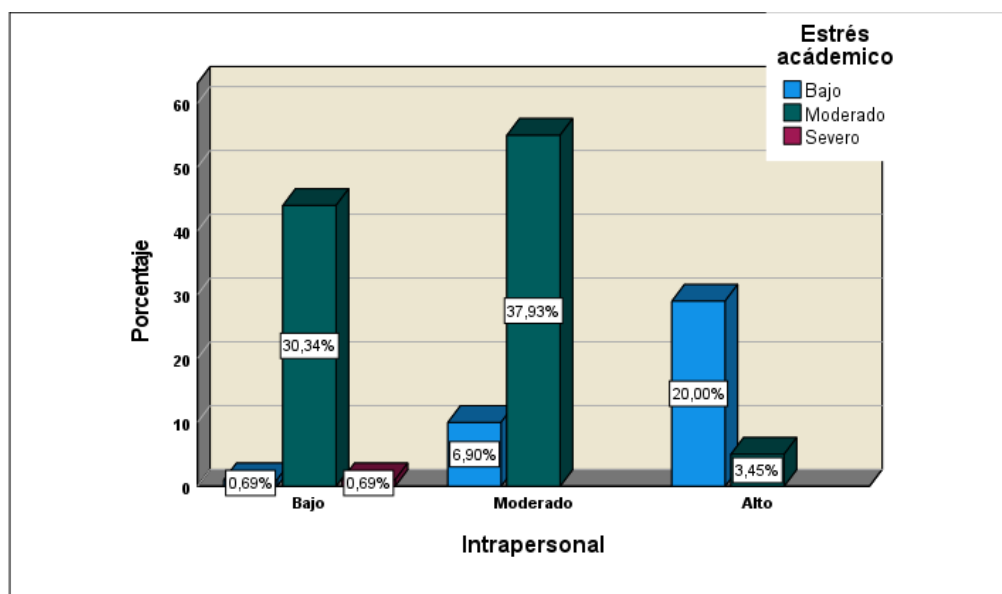
de emociones y el estrés académico, destacando la importancia de desarrollar habilidades de regulación emocional para manejar eficazmente el estrés en el entorno universitario.

Tabla 16 Cruce entre dimensión de la variable 1: Intrapersonal y variable 2: estrés académico

		Estrés académico			Total	
		Nivel leve de estrés	Nivel moderado de estrés	Nivel severo de estrés		
Intrapersonal	Bajo	Recuento	1	44	1	46
		% del total	0.69%	30.34%	0.69%	31.72%
	Moderado	Recuento	10	55	0	65
		% del total	6.90%	37.93%	0.00%	44.83%
	Alto	Recuento	29	5	0	34
		% del total	20.00%	3.45%	0.00%	23.45%
Total	Recuento	40	40	104	1	
	% del total	27.59%	27.59%	71.72%	0.69%	

Fuente: Elaboración propia. SPSS 27

Figura 12 Cruce entre dimensión de la variable 1: Intrapersonal y variable 2: estrés académico



Fuente: Elaboración propia

Interpretación: El cruce entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes universitarios revela que, con baja inteligencia emocional intrapersonal, el 0.69% experimenta un severo nivel de estrés académico, mientras que el 30.34% muestra un nivel moderado de estrés académico y el 0.69% se encuentra con un nivel leve de estrés académico. Por otro lado, aquellos con una regulación de inteligencia emocional intrapersonal media, no presentan niveles severos de estrés académico, con el 37.93% experimentando un nivel moderado de estrés académico y el 6.90% con un nivel leve de estrés académico. Por último, entre los estudiantes con alto nivel de inteligencia emocional intrapersonal no presentan niveles altos de estrés académico, el 3.45% presentó un nivel medio de estrés académico y el 20.00% demostró nivel leve de estrés académico. Estos hallazgos sugieren una posible relación entre la regulación la inteligencia emocional intrapersonal y el estrés académico, resaltando la importancia de desarrollar habilidades de regulación emocional intrapersonal para manejar eficazmente el estrés en el ambiente universitario

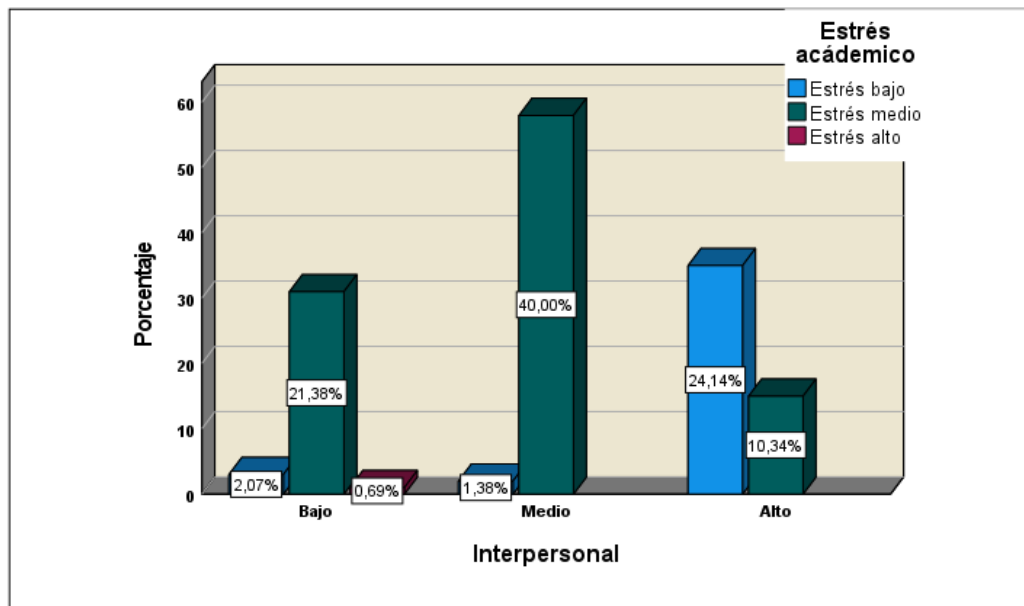
Tabla 17 *Cruce entre dimensión de la variable 1: Interpersonal y variable 2: estrés académico*

		Estrés académico			Total	
		Nivel leve de estrés	Nivel moderado de estrés	Nivel severo de estrés		
Interpersonal	Bajo	Recuento	3	31	1	35
		% del total	2.07%	21.38%	0.69%	24.14%
	Moderado	Recuento	2	58	0	60
		% del total	1.38%	40.00%	0.00%	41.38%
	Alto	Recuento	35	15	0	50

	% del total	24.14%	10.34%	0.00%	34.48%
Total	Recuento	40	40	104	1
	% del total	27.59%	27.59%	71.72%	0.69%

Fuente: Elaboración propia. SPSS 27

Figura 13 Cruce entre dimensión de la variable 1: Interpersonal y variable 2: estrés académico



Fuente: elaboración propia

Interpretación: Como se aprecia en la Tabla 13, el cruce entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes universitarios revela que, con baja inteligencia emocional intrapersonal, el 0.69% experimenta un severo nivel de estrés académico, mientras que el 21.38% muestra un nivel moderado de estrés académico y el 2.07% se encuentra con un nivel leve de estrés académico. Por otro lado, aquellos con una regulación de inteligencia emocional interpersonal media, no presentan niveles severos de estrés académico, con el 40.00% experimentando un nivel

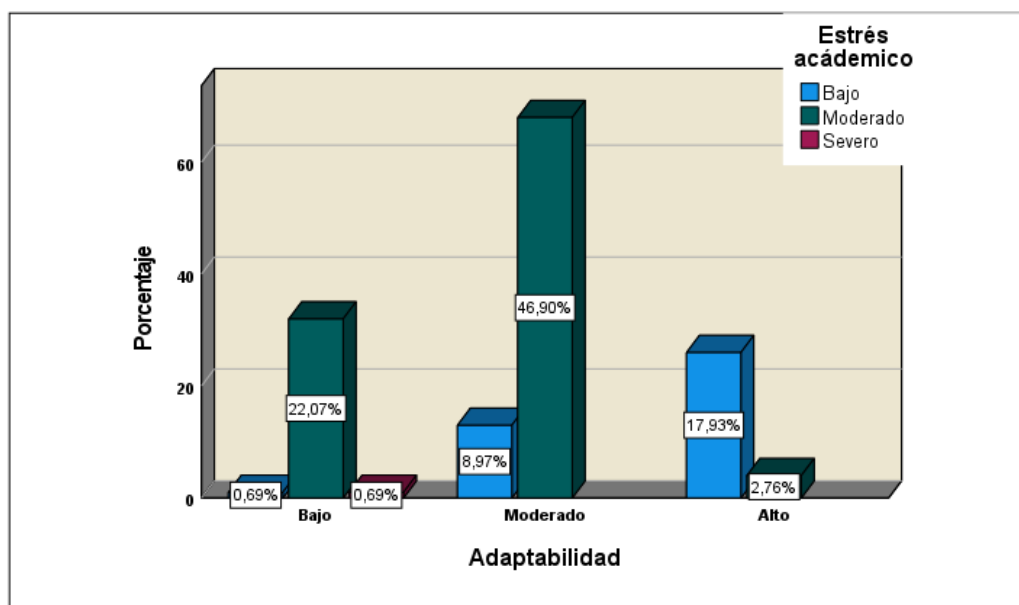
moderado de estrés académico y el 1.38% con un nivel leve de estrés académico. Por último, entre los estudiantes con alto nivel de inteligencia emocional interpersonal no evidencian niveles altos de estrés académico, el 10.34% presentó un nivel medio de estrés académico y el 24.14% presentó nivel leve de estrés académico. Estos resultados sugieren una posible relación entre la regulación la inteligencia emocional interpersonal y el estrés académico, resaltando la importancia de desarrollar habilidades de regulación emocional interpersonal para manejar eficazmente el estrés en el ambiente universitario.

Tabla 18 *Cruce entre dimensión de la variable 1: adaptabilidad y variable 2: estrés académico*

		Estrés académico			Total	
		Nivel leve de estrés	Nivel moderado de estrés	Nivel severo de estrés		
Adaptabilidad	Bajo	Recuento	1	32	1	34
		% del total	0.69%	22.07%	0.69%	23.45%
	Moderado	Recuento	13	68	0	81
		% del total	8.97%	46.90%	0.00%	55.86%
	Alto	Recuento	26	4	0	30
		% del total	17.93%	2.76%	0.00%	20.69%
Total	Recuento	40	40	104	1	
	% del total	27.59%	27.59%	71.72%	0.69%	

Fuente: Elaboración propia. SPSS 27

Figura 14 Cruce entre dimensión de la variable 1: Adaptabilidad y variable 2: estrés académico



Fuente: elaboración propia

Interpretación: Como se aprecia en la Tabla 14, el cruce entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes universitarios revela que, con baja adaptabilidad, el 0.69% experimentó un severo nivel de estrés académico, mientras que el 22.07% mostró un nivel moderado de estrés académico y el 0.69% se encuentra con un nivel leve de estrés académico. Por otro lado, aquellos con un nivel medio de adaptabilidad, no presentan niveles severos de estrés académico, con el 46.90% experimentando un nivel moderado de estrés académico y el 8.97% con un nivel leve de estrés académico. Por último, entre los estudiantes con alto nivel de adaptabilidad no evidencian niveles altos de estrés académico, el 2.76% presentó un nivel medio de estrés académico y el 17.93% presentó nivel leve de estrés académico. Estos hallazgos indican una probable relación entre la adaptabilidad de las emociones y el estrés académico, destacando

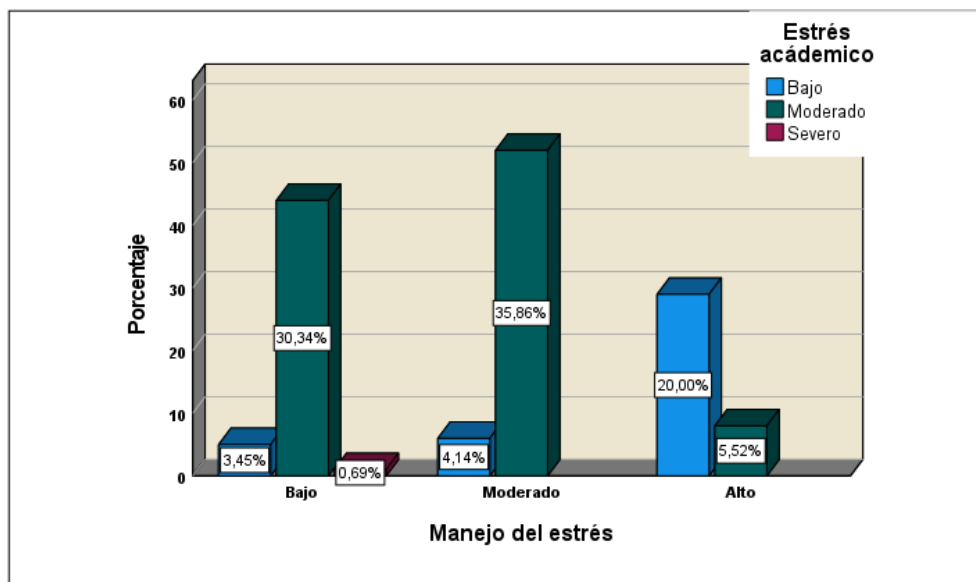
la importancia de desarrollar habilidades en adaptar nuestras emocionales para manejar eficazmente el estrés en el ambiente universitario.

Tabla 19 *Cruce entre dimensión de la variable 1: Manejo del estrés y variable 2: estrés académico*

		Estrés académico			Total	
		Nivel leve de estrés	Nivel moderado de estrés	Nivel severo de estrés		
Manejo del estrés	Bajo	Recuento	5	44	1	50
		% del total	3.45%	30.34%	0.69%	34.48%
	Moderado	Recuento	6	52	0	58
		% del total	4.14%	35.86%	0.00%	40.00%
	Alto	Recuento	29	8	0	37
		% del total	20.00%	5.52%	0.00%	25.52%
Total	Recuento	40	40	104	1	
	% del total	27.59%	27.59%	71.72%	0.69%	

Fuente: Elaboración propia. SPSS 27

Figura 15 *Cruce entre dimensión de la variable 1: manejo del estrés y variable 2: estrés académico*



Fuente: elaboración propia

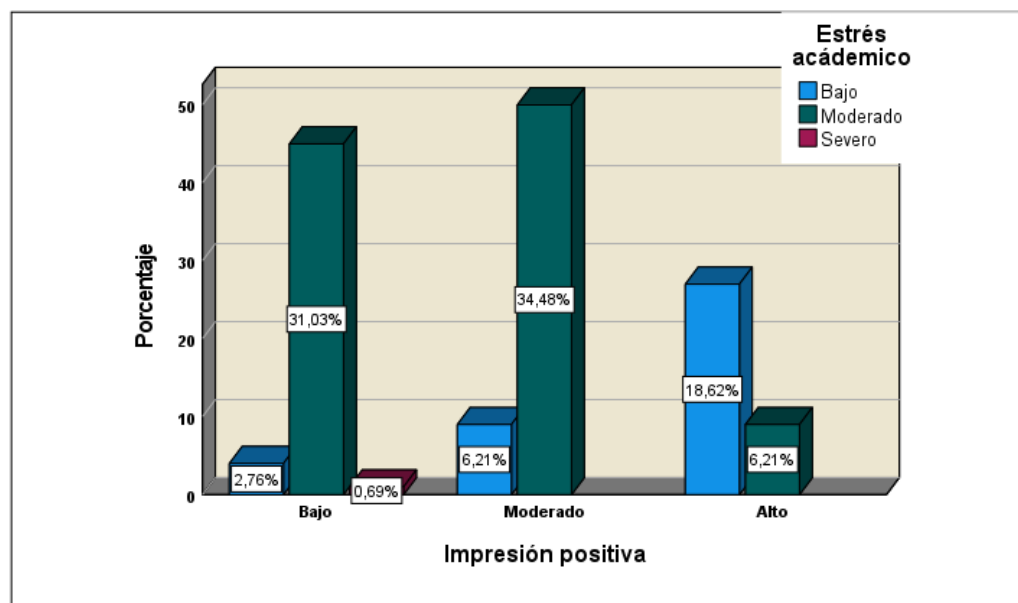
Interpretación: Como se aprecia en la Tabla 15, el cruce entre la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes universitarios revela que, con bajo nivel del manejo del estrés, el 0.69% experimenta un severo nivel de estrés académico, mientras que el 30.34% muestra un nivel moderado de estrés académico y el 3.45% se encuentra con un nivel leve de estrés académico. Por otro lado, aquellos con un nivel de manejo del estrés medio, no presentan niveles severos de estrés académico, con el 35.86% experimentando un nivel moderado de estrés académico y el 4.14% con un nivel leve de estrés académico. Por último, entre los estudiantes con alto manejo del estrés no presentan niveles altos de estrés académico, el 5.52% presentó un nivel medio de estrés académico y el 20.00% demostró nivel leve de estrés académico. Estos resultados sugieren una posible relación entre la regulación del manejo del estrés y el estrés académico, destacando la importancia de desarrollar habilidades que permita al estudiante universitario poder manejar el estrés de manera eficazmente en el ambiente universitario.

Tabla 20 Cruce entre dimensión de la variable 1: Impresión positiva y variable 2: estrés académico

		Estrés académico			Total	
		Nivel leve de estrés	Nivel moderado de estrés	Nivel severo de estrés		
Manejo del estrés	Bajo	Recuento	4	45	1	50
		% del total	2.76%	31.03%	0.69%	34.48%
	Moderado	Recuento	9	50	0	59
		% del total	6.21%	34.48%	0.00%	40.69%
	Alto	Recuento	27	9	0	36
		% del total	18.62%	6.21%	0.00%	24.83%
Total	Recuento	40	40	104	1	
	% del total	27.59%	27.59%	71.72%	0.69%	

Fuente: Elaboración propia. SPSS 27

Figura 16 Cruce entre dimensión de la variable 1: manejo del estrés y variable 2: estrés académico



Fuente: elaboración propia

Interpretación: Como se aprecia en la Tabla 20, el cruce entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes universitarios revela que, con baja impresión positiva, el 0.69% experimenta un severo nivel de estrés académico, mientras que el 31.03% muestra un nivel moderado de estrés académico y el 2.76% se encuentra con un nivel leve de estrés académico. Por otro lado, aquellos con un nivel de medio de impresión positiva, no presentan niveles severos de estrés académico, con el 34.48% experimentando un nivel moderado de estrés académico y el 6.21% con un nivel leve de estrés académico. Por último, entre los estudiantes con alto nivel de impresión positiva no evidencian niveles altos de estrés académico, el 6.21% presentó un nivel medio de estrés académico y el 27.59% presentó nivel leve de estrés académico. Estos resultados sugieren una posible relación entre la impresión positiva de la inteligencia emocional y el estrés académico, destacando la importancia de desarrollar habilidades que permita al estudiante universitario contar con una buena impresión que disminuya el estrés de manera eficazmente en el ambiente universitario.

4.1.2. Prueba de hipótesis

Se aplicó una prueba de normalidad, basados en los grados de libertad o muestra, los cuales son superiores a 50; por ello se procede a utilizar los resultados del Kolmogorov-Smirnova; y siguiendo las siguientes indicaciones se estableció el tipo de distribución encontrada:

- Si p-valor es superior a 0.05; la distribución será normal y se utilizaría una prueba paramétrica para la comprobación de hipótesis (R de Pearson)
- Si p-valor es inferior o igual a 0.05; la distribución será no normal, por lo que

se utilizaría una prueba no paramétrica para la comprobación de hipótesis (Rho de Spearman).

- Si existe una coexistencia de p-valor si mayores y menores a 0.05; la distribución será no normal, por lo que se utilizaría una prueba no paramétrica para la comprobación de hipótesis (Rho de Spearman).

Tabla 21 Prueba de normalidad de las dimensiones de cada variable

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Intrapersonal	0.124	145	0.000	0.947	145	0.000
Interpersonal	0.132	145	0.000	0.948	145	0.000
Adaptabilidad	0.158	145	0.000	0.945	145	0.000
Manejo del estrés	0.158	145	0.000	0.930	145	0.000
Impresión positiva	0.153	145	0.000	0.919	145	0.000
Estresores académicos	0.084	145	0.014	0.990	145	0.368
Síntomas	0.088	145	0.008	0.981	145	0.040
Estrategias de afrontamiento	0.145	145	0.000	0.958	145	0.000

Nota: a. Corrección de significación de Lilliefors

Interpretación: Como se observa en la Tabla 21 los resultados arrojaron una coexistencia de p-valor mayores y menores a 0.05 en la data, por lo cual la distribución es normal, y por ello se eligió una prueba no paramétrica como lo es el Rho de Spearman para la resolución de las hipótesis de investigación.

Hipótesis general

Hi: Si Existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del noveno y décimo ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2024.

Ho: No Existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del noveno y décimo ciclo de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2024.

Tabla 22 Prueba de hipótesis general

			Inteligencia emocional	Estrés académico
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coefficiente de correlación	1.000	-,747**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	145	145
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-,747**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	145	145

Fuente: SPSS versión 25

Interpretación: Los resultados obtenidos revelan que el coeficiente de correlación negativa alta entre la inteligencia emocional y el estrés académico es de -0.747^{**} , con un valor de p (significancia bilateral) de 0.000. Además, el tamaño de la muestra utilizado en el estudio fue de 145 alumnos. En base a estos resultados, se rechaza la Ho y se acepta la Hi de que existe una relación estadísticamente significativa entre estas dos variables. Estos hallazgos sugieren que la inteligencia emocional tiene relación con los niveles de estrés académico en los alumnos.

Prueba de hipótesis específica 1

Hi: Si Existe relación entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Ho: No Existe relación entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Tabla 23 Prueba de hipótesis específica 1

			Intrapersonal	Estrés académico
Rho de Spearman	Intrapersonal	Coefficiente de correlación	1.000	-,711**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	145	145
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-,711**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	145	145

Fuente: SPSS versión 25

Interpretación: Los resultados obtenidos revelan que el coeficiente de correlación negativo alto entre inteligencia emocional intrapersonal y el estrés académico es de -0.711**, con un valor de p (significancia bilateral) de 0.000. Además, el tamaño de la muestra utilizado en el estudio fue de 145 estudiantes. En base a estos resultados, se rechaza la Ho y se acepta la Hi de que existe una relación estadísticamente significativa entre estas dos variables. Estos hallazgos sugieren que la inteligencia emocional intrapersonal tiene relación con los niveles de estrés académico en los alumnos.

Prueba de hipótesis específica 2

Hi: Si Existe relación entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Ho: No Existe relación entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Tabla 24 Prueba de hipótesis específica 2

			Interpersonal	Estrés académico
Rho de Spearman	Interpersonal	Coefficiente de correlación	1.000	-,616**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	145	145
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-,616**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	145	145

Fuente: SPSS versión 25

Interpretación: Los resultados obtenidos revelan que el coeficiente de correlación negativo alto entre inteligencia emocional interpersonal y el estrés académico es de -0.616**, con un valor de p (significancia bilateral) de 0.000. Además, el tamaño de la muestra utilizado en el estudio fue de 145 alumnos. En base a estos resultados, se rechaza la Ho y se acepta la Hi de que existe una relación estadísticamente significativa entre estas dos variables. Estos hallazgos sugieren que la inteligencia emocional interpersonal tiene relación con los niveles de estrés académico en los alumnos.

Prueba de hipótesis específica 3

Hi: Si Existe relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Ho: No Existe relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Tabla 25 Prueba de hipótesis específica 3

			Adaptabilidad	Estrés académico
Rho de Spearman	Adaptabilidad	Coefficiente de correlación	1.000	-,650**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	145	145
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-,650**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	145	145

Fuente: SPSS versión 25

Interpretación: Los resultados obtenidos revelan que el coeficiente de correlación negativo alto entre adaptabilidad de la inteligencia emocional y el estrés académico es de -0.650**, con un valor de p (significancia bilateral) de 0.000. Además, el tamaño de la muestra utilizado en el estudio fue de 145 alumnos. En base a estos resultados, se rechaza la Ho y se acepta la Hi de que existe una relación estadísticamente significativa entre estas dos variables. Estos hallazgos sugieren que la adaptabilidad de la inteligencia emocional puede influir en los niveles de estrés académico en los alumnos.

Prueba de hipótesis específica 4

Hi: Si Existe relación entre la dimensión manejo del estrés y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Ho: No Existe relación entre la dimensión manejo del estrés y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Tabla 26 Prueba de hipótesis específica 4

			Manejo del estrés	Estrés académico
Rho de Spearman	Manejo del estrés	Coefficiente de correlación	1.000	-,727**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	145	145
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	-,727**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	145	145

Fuente: SPSS versión 25

Interpretación: Los resultados obtenidos revelan que el coeficiente de correlación negativo alto entre el manejo del estrés y el estrés académico es de -0.727^{**} , con un valor de p (significancia bilateral) de 0.000. Además, el tamaño de la muestra utilizado en el estudio fue de 145 alumnos. En base a estos resultados, se rechaza la Ho y se acepta la Hi de que existe una relación estadísticamente significativa entre estas dos variables. Estos hallazgos sugieren que el manejo del estrés tiene relación con los niveles de estrés académico en los alumnos.

Prueba de hipótesis específica 5

Hi: Si Existe relación entre la dimensión impresión positiva y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Ho: No Existe relación entre la dimensión impresión positiva y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.

Tabla 27 Prueba de hipótesis específica 5

			Impresión positiva	Estrés académico
Rho de Spearman	Impresión positiva	Coefficiente de correlación	1.000	-,739**
		Sig. (bilateral)		0.000
	Estrés académico	N	145	145
		Coefficiente de correlación	-,739**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	145	145

Fuente: SPSS versión 25

Interpretación: Los resultados obtenidos revelan que el coeficiente de correlación negativo alto entre la impresión positiva y el estrés académico es de -0.739^{**} , con un valor de p (significancia bilateral) de 0.000. Además, el tamaño de la muestra utilizado en el estudio fue de 145 alumnos. En base a estos resultados, se rechaza la Ho y se acepta la Hi de que existe una relación estadísticamente significativa entre estas dos variables. Estos hallazgos sugieren que la impresión positiva puede influir en los niveles de estrés académico en los alumnos.

4.1.3. Discusión de resultados

En relación al objetivo general, se pudo verificar mediante la aplicación de la prueba estadística Rho de Spearman la prevalencia de un coeficiente $Rho = -0.747$, así como una significancia de $p < 0.001$, lo que indica que hay una correlación negativa y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024; tales resultados se asemejan a los encontrados

por Dahshan et al. (11), cuyos resultados señalaron que el 73,4% de los estudiantes experimentó niveles de estrés de moderados a altos, en cuanto a los niveles de inteligencia emocional resaltó que los estudiantes presentan niveles medios, por lo que tienden a utilizar estrategias de afrontamiento de compromiso que desconectan, mientras que los estudiantes con niveles de inteligencia emocional debajo de la media suelen utilizar estrategias de afrontamiento y desconexión. Llegando a la conclusión de que la inteligencia emocional fue más alta entre estudiantes mayores que en los más jóvenes y más entre mujeres que en hombres.

En relación al objetivo específico 1, se pudo verificar mediante la aplicación de la prueba estadística Rho de Spearman la prevalencia de un coeficiente $Rho = -0.711$, así como una significancia de $p < 0.001$, lo que indica que hay una correlación negativa y significativa entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico en los estudiantes del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024; tales resultados se asemejan a los encontrados por Llego & Corpus (12), cuyos resultados establecieron que la mayoría de los encuestados presentaron nivel medio en de inteligencia emocional con una puntuación de 20,59, indicando que están experimentando un nivel moderado de estrés, el R Pearson arrojó una puntuación de ($r = -0.32$ $N = 34$, $p = 0.70$), es decir, no existe una relación significativa entre las variables de estudio. En conclusión, las personas de estudio pueden evaluar la emoción propia y de los demás con un nivel de control emocional aceptable, por tanto, tienen la capacidad de interactuar satisfactoriamente con otras personas, por ende, usan sus emociones con una visión positiva de la vida, se adaptan al estrés que experimentan y la inteligencia emocional no se relaciona con su nivel de estrés.

En cuanto al segundo objetivo específico, se pudo confirmar un valor $Rho = -0.616$ y $p < 0.001$. Esto sugiere que existe una relación negativa y significativa entre la dimensión interpersonal y el estrés académico. Tales resultados se asemejan a los encontrados por Sánchez & Zavala (15), cuyos resultados establecieron que en la variable inteligencia emocional 52.5% presentaron un nivel bajo, 36.4% nivel medio y solo el 11.1% nivel alto. Mientras que en la variable estrés académico 60.2% de los estudiantes presentó un nivel medio, 27.9% nivel alto y 11.9% nivel bajo. Se concluyó que existe una correlación negativa entre la inteligencia emocional y el grado de estrés académico, con un Tau b de Kendall de -0.130 y un valor p de 0.039, que es estadísticamente significativo ($p < 0.05$).

En relación al objetivo específico 3, se pudo confirmar a través de la aplicación la aplicación de la prueba estadística Rho de Spearman la prevalencia de un coeficiente $Rho = -0.650$ y $p < 0.001$. Esto sugiere que existe una correlación negativa y significativa entre la dimensión adaptabilidad y el estrés académico. Tales resultados no guardan a los encontrados por Quiliano & Quiliano (14), cuyos resultados resaltaron que los estudiantes carecen de inteligencia emocional según las dimensiones intrapersonal y adaptabilidad; además las cinco dimensiones de la inteligencia emocional se relacionan con eventos de estrés en discentes que en algún momento presentaron esta situación. Concluyeron que entre la inteligencia emocional y la frecuencia de estrés no se halló asociación, motivo por el cual se debe procurar la optimización de la calidad educativa y tomar en cuenta el factor emocional para que haya un proceso enseñanza-aprendizaje integral. En referencia a las bases teóricas, la adaptabilidad se enfoca en una evaluación de la realidad, en la que se trata de la probabilidad de aceptar objetivamente los propios sentimientos basándose en la realidad del entorno, valorando lo que sucede y lo que se experimenta (21).

En relación al objetivo específico 4, se pudo confirmar un valor $Rho = -0.727$, con una significancia de $p < 0.001$. Esto sugiere que existe una correlación negativa y significativa entre el manejo del estrés y el estrés académico en los estudiantes del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024; tales resultados se asemejan a los encontrados por Orozco et al. (13), cuyos hallazgos destacaron una baja relación entre las variables de estudio, aunque respecto al estrés se hallaron diferencias por sexo, quienes presentaron mayores niveles fueron las mujeres, confirmando una falta de estrategia de afrontamiento del estrés en relación a la inteligencia emocional lo que incide de forma negativa en el rendimiento académico.

En relación al objetivo específico 5, se pudo verificar un valor de $Rho = -0.739$, así como una significancia de $p < 0.001$, indicando que hay una correlación negativa y significativa entre la impresión positiva y el estrés académico. Tales resultados no guardan a los encontrados por Rosas (16), cuyos resultados señalaron que no hay relación significativa entre las variables de estudio. No obstante, se concluyó que existe una relación significativa y positiva entre las dimensiones interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés con la variable estrés académico.

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera: En relación con el objetivo principal, se pudo verificar mediante el uso del Rho de Spearman, obteniendo un coeficiente de $r = -0.747$ y $p < 0.001$, lo que sugiere una relación negativa y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico.

Segunda: Con respecto al primer objetivo específico, se pudo verificar utilizando el Rho de Spearman, obteniendo un coeficiente de $r = -0.711$ y $p < 0.001$, lo que señala una relación negativa y significativa entre la dimensión intrapersonal y el estrés académico.

Tercera: En relación con el segundo objetivo específico, se confirmó mediante el uso del Rho de Spearman, obteniendo un coeficiente de $r = -0.616$ y $p < 0.001$, lo que sugiere una correlación negativa y significativa entre la dimensión interpersonal y el estrés académico.

Cuarta: Con respecto al tercer objetivo específico, se verificó utilizando el Rho de Spearman, obteniendo un coeficiente de $r = -0.650$ y $p < 0.001$, lo que indica una relación negativa y significativa entre la adaptabilidad y el estrés académico.

Quinta: En relación con el cuarto objetivo específico, se verificó utilizando el Rho de Spearman, obteniendo un coeficiente de $r = -0.727$ y $p < 0.001$, lo que sugiere una relación negativa y significativa entre la gestión del estrés y el estrés académico en los alumnos.

Sexta: Con respecto al quinto objetivo específico, se validó por medio del uso del Rho de Spearman, obteniendo un coeficiente de $r = -0.739$ y $p < 0.001$, lo que señala una relación negativa y significativa entre la percepción positiva y el estrés académico.

5.2. Recomendaciones

Primera: Diseñar seminarios y sesiones de formación específicos para ayudar a los estudiantes a desarrollar su inteligencia emocional. En estos seminarios podrían abordarse actividades de autoconocimiento, gestión de emociones, empatía y formación en habilidades de comunicación.

Segunda: Incorporar módulos relacionados con la inteligencia emocional en el plan de estudios de la carrera. Esto permitiría a los alumnos aprender y aplicar estas habilidades de manera continuada durante su formación.

Tercera: Ofrecer servicios de asesoramiento haciendo hincapié en la mejora de la inteligencia emocional y las técnicas de gestión del estrés. Los participantes disponían de sesiones individuales con especialistas cualificados.

Cuarta: Llevar a cabo estudios complementarios o sondeos para determinar las tácticas de afrontamiento más eficaces específicamente para los estudiantes de enfermería.

Quinta: Trabajar en colaboración con profesionales de la psicología educativa o la salud mental para diseñar intervenciones y programas que sean respaldados por la teoría y la práctica en el campo de la psicología.

Sexta: Realizar un seguimiento de los resultados de las intervenciones implementadas. Evaluar regularmente si los estudiantes han experimentado una mejora en su inteligencia emocional y una reducción en el estrés académico.

REFERENCIAS

1. Gutiérrez A. Cómo afecta el estrés en la educación. [Internet] México: UMM 2021 [Consultado 2023 feb 1]. Disponible en: https://sibus.usmp.edu.pe/descargas/guia_vancouver.pdf
2. Berrío N., Mazo R. Estrés académico. Revista psicología Universidad [Internet] 2011 [Consultado 2023 feb 1]; 25 (7): 31 – 40. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006
3. Arce E., Azofeita C., Morera M., Rojas D. Asociación entre estrés académico, composición corporal, actividad física y habilidad emocional en mujeres universitarias. MHSalud [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 1]: 17 (2). Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/mhs/v17n2/1659-097X-mhs-17-02-72.pdf>
4. Espinosa J, Rodríguez J, Chacín M, Bermúdez V. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. Archivos Venezolanos de Farmacología Clínica y Terapéutica [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 1]; 39 (1): 63 – 69. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/559/55969798011/html/>
5. Montenegro J. La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. Revista Tzhoecoen [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 1]; 12 (4): 449 – 461. Disponible en: <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/view/1395/1929>
6. Ascue, R., Loa, E. Estrés académico en los estudiantes de las universidades públicas de

- la Región. Apurímac en tiempos de pandemia Covid-19. [Internet] Revista Multidisciplinar [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 1]; 5(1): 365 - 376. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/238>
7. Edosomwan H, Nwanzu C. Emotional Intelligence and Clinical Empathy among Medical Students: The Conditional Effects of Spirituality and Gender. *Spiritual Psychology and Counseling* [Internet] 2024 [Consultado 2023 feb 1]; 9(3): 259 – 282. Disponible en: <http://doi.org/10.37898/spiritualpc.1485578>
 8. Garavito E, Valero V, Roque J, Atencio N, Cariapaza G, Coapaza M. Socio-Emotional Competencies and Academic Performance in Latin American University Students: An Approach to Sustainable Development. *Journal of Lifestyle and SDGs Review* [Internet] 2024 [Consultado 2023 feb 1]; 5(1): 1 – 26. Disponible en: <https://doi.org/10.47172/2965-730X.SDGsReview.v5.n01.pe02935>
 9. Cazorla E, Zegarra J, Soto F, Castillo R. Prevalencia de problemas de salud mental en estudiantes universitarios del sur del Perú. *Cuadernos de Neuropsicología*. *Panamerican Journal of Neuropsychology* [Internet] 2023 [Consultado 2024 feb 1]. Disponible en: <https://www.cnps.cl/index.php/cnps/article/view/521>
 10. Pro, Z. (2021). Relación entre estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Lima] Repositorio Institucional Universidad de Lima. [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 1]; 1 - 28 Disponible en: https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13299/Pro_Gomez_Zenaida_Luisa.pdf?Sequence=1&isallowed=y

11. El Dahshan M, Elshall S, El-Kholy S, Dorgham L. The Relationship among Emotional Intelligence, Stress and Coping Strategies for Nursing Students. Jour of Educat Resear Review [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 1]; 8 (4): 45 – 56. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/342942379_The_Relationship_among_Emotional_Intelligence_Stress_and_Coping_Strategies_for_Nursing_Students
12. Gusqui K, Galárraga A. Relación entre inteligencia emocional y el manejo del estrés académico en los estudiantes universitarios. REVISTA U-Mores [Internet] 2023 [Consultado 2023 feb 1]; 2 (2): 9 – 23. Disponible en: <https://doi.org/10.35290/ru.v2n2.2023.873>
13. Orozco J, Ramírez V, Saavedra M, Yépez J. Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes universitarios. Carta de psicología [Internet] 2021 [Consultado 2022 ago 20]; 31(53), 35 – 36. Disponible en: https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/25598/4/Carta%20de%20psicolog%C3%ADa%2053_FINAL_03-03-21.pdf#page=35
14. Quiliano M, Quiliano M. Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. Ciencia y enfermería [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 1]; 26: 1 - 9. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95532020000100203&script=sci_arttext
15. Sánchez N, Zavala E. Inteligencia emocional relacionada al nivel de estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Privada Antenor Orrego - Trujillo, 2021. [Tesis de licenciatura]; Repositorio Institucional Universidad Privada Antenor Orrego, [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 1]; 1 – 61. Disponible en:

[https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8409/1/REP_NICOLE.S%
81NCHEZ_EVELYN.ZAVALA_INTELIGENCIA.EMOCIONAL.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8409/1/REP_NICOLE.S%c3%81NCHEZ_EVELYN.ZAVALA_INTELIGENCIA.EMOCIONAL.pdf)

16. Rosas, J. Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de la academia preuniversitaria Bryce, Arequipa, 2020. [Tesis de licenciatura]; Repositorio Institucional Universidad Autónoma de Ica [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 1]; 1 – 86. Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/1156/3/Jenny%20Fabola%20Rosas%20Supo.pdf>
17. Ghazali A, Ashari Z, Hardman J, Arif N. Emotional intelligence and personality traits in high school students: a survey study. International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE) [Internet] 2024 [Consultado 2023 abr 25]; 14(4): 2345 - 2356. Disponible en: <http://doi.org/10.11591/ijere.v13i4.27624>
18. Tolentino K, Salomón J, Puig A. Emotional intelligence and burnout in medical students. Educación Médica [Internet] 2024 [Consultado 2023 feb 1]; 25: 1 – 6. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2024.100920>
19. Fragoso R. Inteligencia Emocional en las aulas universitarias: prácticas docentes que promueven su desarrollo. Zona Próxima [Internet] 2022 [Consultado 2023 abr 25]; 36: 49 – 75. Disponible en: <https://doi.org/10.14482/zp.36.152.4>
20. Zahoor H, Hayat K, Hayat T. Correlational study of Emotional Intelligence and Academic Performance of undergraduate medical students [Internet] 2024 [Consultado 2023 feb 6]; 32(1): 99 – 104. Disponible en: <https://doi.org/10.52764/jms.24.32.1.19>

21. McCrimmon A, Bernier A, McLeod J, Pagaling R, Montgomery J, Kingston S, Nordstokke D. Factor Structure of the Bar-On Emotional Quotient Inventory in Youth on the Autism Spectrum. *Journal of Psychoeducational Assessment* [Internet] 2023 [Consultado 2024 feb 6]; 41(6): 657 – 670. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/07342829231177109>
22. Valverde M. Inteligencia emocional y estrés académico de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chíncha año 2022. [Tesis de Maestría]; Repositorio Institucional Universidad César Vallejo [Internet] 2022 [Consultado 2023 feb 1]; 1 – 81. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/97632/Valverde_VMI-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
23. Goleman D. La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el coeficiente intelectual. Ediciones B [Internet] 2022 [Consultado 2023 feb 1]; 1 – 400 Disponible en: https://books.google.com.pe/books?id=mIJaEAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
24. Ortiz M, Núñez A. Inteligencia emocional: evaluación y estrategias en tiempos de pandemia. *Revista Científica Retos De La Ciencia* [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 6]; 5(11): 57 – 68. Disponible en: <https://doi.org/10.53877/rc.5.11.20210701.06>
25. García E. ¿Qué papel tiene la Inteligencia Emocional en el contexto clínico, laboral y educativo? *Escritos de Psicología – Psychological Writings* [Internet] 2022 [Consultado 2023 feb 6]; 15(2): 148 - 158. Disponible en: <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v15i2.14752>

26. Vásquez S, Vásquez V, Calsin L, Cayo C, Capia R, Cosi L. Inteligencia intrapersonal: sus estrategias de desarrollo. *Paidagogo* [Internet] 2022 [Consultado 2023 feb 6]; 4(11): 35 – 47. Disponible en: <https://doi.org/10.52936/p.v4i1.100>
27. Sandí A. La inteligencia emocional y la adaptabilidad como aliadas en situaciones de adversidad. *Delfino* [Internet] 2023 [Consultado 2023 feb 6]. Disponible en: <https://delfino.cr/2023/01/la-inteligencia-emocional-y-la-adaptabilidad-como-aliadas-en-situaciones-de-adversidad>
28. Ros A, Coronel M, Filella G. Study of emotional skills in a sample of students and workers. *Intangible Capital* [Internet] 2022 [Consultado 2023 feb 6]; 18(3); 430 - 441. Disponible en: <https://doi.org/10.3926/ic.1626>
29. Hernández C. Inteligencia emocional adaptativa, manejo de estrés y estado de ánimo en habitantes de la ciudad de Bucaramanga [Tesis de pregrado]; Repositorio Institucional Universidad Cooperativa de Colombia [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 6]; 1 - 41. Disponible en: https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/36317/1/2021_inteligencia_emosional_adaptativa.pdf
30. Silva M, López J, Columba M. Estrés académico en universitarios. *Investigación y Ciencia*. [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 4]; 28 (79): 75 – 83. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
31. Luque S, Tacuri C. Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de la institución educativa privada “Antonio Raymondi” de Juliaca, 2021. *Ciencia Latina*

- Revista Científica Multidisciplinar [Internet] 2022 [Consultado 2023 feb 2]; 6(5): 5261 - 5281. Disponible en: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3496
32. Machado Y. Origen y evolución de la educación emocional. Alternancia - Revista De Educación E Investigación [Internet] 2022 [Consultado 2023 feb 2]; 4(5): 35 - 47. Disponible en: <https://doi.org/10.33996/alternancia.v4i6.819>
33. García E, Cusme N. Aplicación del modelo de Callista Roy como herramienta de adaptación al estrés. Brazilian Journal of Health Review [Internet] 2023 [Consultado 2024 feb 2]; 6(1): 1832 – 1854. Disponible en: <https://doi.org/10.34119/bjhrv6n1-145>
34. Silva M, López J, Meza M. Estrés académico en estudiantes universitarios. Investigación y Ciencia [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 2]; 28 (79): 75 – 83. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf>
35. Emiro J, Amador O, Castañeda T. Estrés académico en estudiantes universitarios. Revista Psicoespacios [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 2]; 14 (24): 23 – 47. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/341741548_Estres_academico_en_estudiantes_universitarios
36. Jurado L, Montero C, Carlosama D, Tabares Y. Estrés académico en estudiantes universitarios de Iberoamérica: una revisión sistemática. Cuadernos Hispanoamericanos De Psicología [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 2]; 21(2): 1 – 18. Disponible en: <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/CHP/article/view/3917>
37. Moreno E, Naranjo T, Poveda S, Izurieta D. Estrés académico en universitarios durante

- la pandemia de COVID-19. Revista Médica Electrónica [Internet] 2022 [Consultado 2023 feb 2]; 44(3): 468 - 482. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rme/v44n3/1684-1824-rme-44-03-468.pdf>
38. Estrada E, Ayay G, Cruz E, Paricahua J. Estresores académicos y los estilos de vida de los estudiantes universitarios: Un estudio predictivo en una universidad pública (Academic stressors and the lifestyles of university students: A predictive study at a public university). Retos [Internet] 2024 [Consultado 2024 dic 4]; 59: 1132 – 1139. Disponible en: <https://doi.org/10.47197/retos.v59.109410>
39. Vargas D. Estrés académico en estudiantes de 3er ciclo de la Escuela profesional de Enfermería de UNW, 2020. [Tesis de licenciatura]; Repositorio Institucional Universidad Norbert Wiener [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 4]; 1- 73. Disponible en:
http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/4746/T061_47152219_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
40. Jabeen A, Shazad A, Khan M. Development and validation of scale on academic stressors in college students: A Factor analytical approach. Journal of Postgraduate Medical Institute [Internet] 2024 [Consultado 2024 dic 4]; 38(1): 34 – 41. Disponible en: <http://doi.org/10.54079/jpmi.38.1.3288>
41. Ochoa M, Saldarriaga F. Academic stress in Health Sciences university students and its influence on academic performance. Salud, Ciencia y Tecnología [Internet] 2024 [Consultado 2024 dic 4]; 4: 1 – 9. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15312957/>

42. Gíl J, Fernández C. El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral. Edumecentro [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 4]; 13 (1): 16 – 31. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000100016
43. Zambrano W, Tomalá M. Diagnóstico de Estrés Académico en Estudiantes Universitarios. Revista Docentes 2.0 [Internet] 2022 [Consultado 2023 feb 4]; 14(2): 42 – 47. Disponible en: <https://ojs.docentes20.com/index.php/revista-docentes20/article/view/330>
44. Angel J, Muentes A, Choez J, Valero N. Estrés académico y salud mental en estudiantes universitarios del área de salud. Polo del Conocimiento [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 4]; 5 (6): 750 – 761. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/1994>
45. Zambrano R, Londoño K, Bolaños W, Arocmena K, Estrada C. Estrés académico en estudiantes universitarios en situaciones de crisis y emergencias. Enfermería Investiga [Internet] 2023 [Consultado 2024 feb 4]; 8(3): 77 – 85. Disponible en: <https://doi.org/10.31243/ei.uta.v8i3.2123.2023>
46. Ortiz O, Fuentes M. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en el servicio de Hospitalización de una Clínica Privada, Lima – Perú. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar [Internet] 2023 [Consultado 2024 feb 4]; 7(2): 3879 - 3895. Disponible en: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.5616
47. Olivas L, Morales S, Solano M. Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21

- para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Propósitos Y Representaciones* [Internet] 2021 [Consultado 2023 feb 4]; 9(2): 647 - 656. Disponible en: <https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>
48. Carrasco S. Metodología de la investigación científica. San Marcos [Internet] 2015 [Consultado 2023 feb 4]; 1 – 456. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/575484795/CARRASCO-DIAZ-S-Metodologia-de-La-Investigacion-Cientifica-OCR-Por-Ganz1912>
49. Vizcaíno P, Cedeño R, Maldonado I. Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar* [Internet] 2023 [Consultado 2024 feb 4]; 9723 – 9762. Disponible en: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658
50. Cabellos, A. Análisis psicométrico del Inventario SISCO del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Piura, 2020 [Tesis de Licenciatura]; Repositorio Institucional Universidad César Vallejo [Internet] 2020 [Consultado 2023 feb 4]; 1 – 67. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56963/Cabellos_CAE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema General</p> <p>¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?</p> <p>Problemas Específicos</p> <p>¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional en su dimensión intrapersonal con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?</p> <p>¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional en su dimensión adaptabilidad</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Analizar la relación de la inteligencia emocional con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>Determinar la relación de la inteligencia emocional en su dimensión intrapersonal con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024.</p> <p>Determinar la relación de la inteligencia emocional en su dimensión</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p> <p>H0: No existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p> <p>Hipótesis Específica</p>	<p>Variable 1: Inteligencia emocional</p> <p>Dimensiones: Intrapersonal Interpersonal Adaptabilidad Manejo del estrés Impresión positiva</p> <p>Variable 2: Estrés académico.</p> <p>Dimensiones: Estresores académicos. Síntomas (reacciones). Estrategias de afrontamiento.</p>	<p>Tipo de Investigación Aplicada</p> <p>Método y diseño de la investigación</p> <p>Método Hipotético deductivo No experimental, de corte transversal. Y de alcance correlacional</p> <p>Población Muestra</p> <p>La población estuvo conformada por 230 estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener.</p> <p>La muestra se constituyó por 145 estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener.</p> <p>Técnica: encuesta</p>

<p>con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?</p> <p>¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional en su dimensión manejo de estrés con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?</p> <p>¿Cuál es la relación de la inteligencia emocional en su dimensión impresión positiva con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024?</p>	<p>adaptabilidad con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024.</p> <p>Determinar la relación de la inteligencia emocional en su dimensión manejo de estrés con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024.</p> <p>Determinar la relación de la inteligencia emocional en su dimensión impresión positiva con el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima 2024.</p>	<p>H1: Existe relación entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p> <p>H0: No existe relación entre la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p> <p>H1: Existe relación entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p>		<p>Instrumento: para medir la variable inteligencia emocional se empleará el Test de Bar – On.</p> <p>En el caso de la variable estrés académico se empleará el cuestionario de SISCO.</p>
---	---	---	--	--

		<p>H0: No existe relación entre la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p> <p>H1: Existe relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p> <p>H0: No existe relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p>		
--	--	--	--	--

		<p>H1: Existe relación entre la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p> <p>H0: No existe relación entre la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p> <p>H1: Existe relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad</p>		
--	--	--	--	--

		<p>Privada Norbert Wiener, 2024.</p> <p>H0: No H1: Existe relación entre la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024.</p>		
--	--	---	--	--

Anexo 2. Modelos de instrumentos

Inventario emocional de BarOn ICE: NA – Abreviada

PRESENTACIÓN

Estimado (a) estudiante de enfermería, mi nombre es Sonia Delgado, actualmente soy estudiante de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener y me encuentro llevando a cabo una investigación titulada “inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada Norbert Wiener, 2024” por lo que necesito de su especial colaboración para su elaboración y con ello poder responder a las preguntas del estudio y alcanzar los objetivos de la investigación.

INTRUCCIONES

Se solicita responder con veracidad.

Contestar todas las preguntas.

Responder las preguntas marcando con una “X” la alternativa elegida.

CONSENTIMIENTO:

Después de leer los párrafos anteriores, comprender y conocer el propósito del estudio, ¿da su consentimiento para participar en este estudio?

Sí, estoy de acuerdo () No, estoy de acuerdo ()

DATOS SOCIODEMOGRAFICOS:

Edad:

Sexo. M () F ()

Ciclo al que pertenece: IX X

Estado civil: _____

Solo estudia Trabaja y estudia

INSTRUCCIONES:

A continuación, se presenta un cuestionario con en el que se presentan algunos ítems con varias opciones de respuesta, lee con atención elige la que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

No hay respuestas correctas o incorrectas

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

	Ítem	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1.	Me importa lo que les sucede a las personas.				
2.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.				
3.	Me gustan todas las personas que conozco.				
4.	Soy capaz de respetar a los demás.				
5.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.				
6.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.				
7.	Pienso bien de todas las personas.				
8.	Peleo con la gente.				
9.	Tengo mal genio.				
10.	Puedo comprender preguntas difíciles.				
11.	Nada me molesta.				
12.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.				
13.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.				
14.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.				
15.	Debo decir siempre la verdad.				
16.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero				
17.	Me molesto fácilmente.				
18.	Me agrada hacer cosas para los demás.				

19.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas				
20.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago				
21.	Para mí es fácil decirles a las personas cómo me siento.				
22.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.				
23.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos				
24.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.				
25.	No tengo días malos.				
26.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.				
27.	Me disgusto fácilmente.				
28.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.				
29.	Cuando me molesto actúo sin pensar.				
30.	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada				

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

Sí No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “Si “, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2.- con la idea obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. Instrucción: A continuación, se presenta una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responda, señalando con una X, ¿con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? Toma en consideración la siguiente escala de valor:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

Dimensión estresores	NN	CCN	RRV	AAV	CCS	SS
¿con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? Toma en consideración la siguiente escala de valor y marca con una x.						
La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases.						
La forma de evaluar de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en						

internet, etc.						
El nivel de exigencia de mis profesores/as.						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajos, ensayos, mapas conceptuales, etc.).						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargaron los/as profesores/as.						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as.						
Dimensiones síntomas: ¿Con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estas estresado? Tomando en consideración la misma escala de valor del apartado anterior	NN	CCN	RRV	AAV	CCS	SS
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						

Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores escolares						
Dimensión estrategias de afrontamiento: ¿Con que frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? Tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.	N	CN	RV	AV	CS	S
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me						

preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

● 19% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 17% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 17% Base de datos de trabajos entregados
- 5% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

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

1	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	4%
2	uwiener on 2023-10-11 Submitted works	3%
3	uwiener on 2023-11-16 Submitted works	3%
4	uwiener on 2024-01-03 Submitted works	2%
5	hdl.handle.net Internet	<1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Internet	<1%
7	Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga on 2024-09-13 Submitted works	<1%
8	uwiener on 2023-10-09 Submitted works	<1%