Universidad Norbert Wiener

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

Tesis

Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026

Para optar el Título Profesional de

Licenciado en Psicología

Presentado por:

Autor: Sarmiento Aldana, Alberto Santos

Código ORCID: https://orcid.org/0000-0002-7883-4334

Asesora: Mg. Vargas Torres, Ursula Ethel

Código ORCID: https://orcid.org/0000-0003-1289-0349

Lima – Perú

2026

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

Yo, Alberto Santos Sarmiento Aldana egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Programa Académico Profesional de **Psicología** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA METROPOLITANA, 2026." Asesorado por el docente: URSULA ETHEL VARGAS TORRES DNI 80505271 ORCID https://orcid.org/0000-0003-1289-0349 tiene un índice de similitud de **20 (veinte) %** con código 14912:598605470 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

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



…….
Firma de autor 1
Alberto Santos Sarmiento Aldana
DNI: 10147171



Ursula Ethel Vargas Torres
DNI: 80505271

Lima, 15de agosto del 2026

Es obligatorio utilizar adecuadamente los filtros y exclusión del turnitin: excluir las citas, la bibliografía y las fuentes que tengan menos de 1% de palabras. EN caso se utilice cualquier otro ajuste o filtros, debe ser debidamente jutificado en el siguiente recuadro.

__ Justifico que el excedente del 1 % en fuentes primarias, que actualmente alcanza un 5 % frente al máximo permitido de 4 %, se debe a que los términos coincidentes corresponden al marco metodológico propio de una investigación. En ese sentido, se confirma la originalidad de la investigación, sustentando que la fuente identificada (5%) proviene del repositorio uwiener.edu.pe, en el cual los títulos, subtítulos y términos detectados forman parte de la estructura metodológica establecida por la universidad. Asimismo, los demás términos coincidentes corresponden a expresiones de uso común en la redacción de investigaciones académicas.

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mi amada familia y a mis padres y excelentes profesores que con su ejemplo, tesón y perseverancia me inspiraron a superarme a mí mismo con mucho esmero en mi futuro profesional.

Agradecimiento

Agradezco primeramente a Dios por la vida que me sigue brindando y las fuerzas para seguir estudiando, asimismo, a mi amada esposa y mi hijo, que son mi motor, con esa fuerza del amor que me impulsa día a día para sacar mi título y ser un gran profesional.

Índice general

Portada i
Título ii
Dedicatoria iii
Agradecimiento iv
Índice general v
Índice de tablas viii
Resumen ix
Abstract x
Introducción xi
CAPÍTULO I. EL PROBLEMA 1
1.1. Planteamiento del problema 1
1.2. Formulación del problema 4
1.2.1. Problema general 4
1.2.2. Problemas específicos 4
1.3. Objetivos de la investigación 5
1.3.1. Objetivo general 5
1.3.2. Objetivos específicos 5
1.4. Justificación de la investigación 5
1.4.1. Teórica 5
1.4.2. Práctica 6
1.4.3. Social 6
1.4.4. Metodológica 7
1.5. Limitaciones de la investigación 7
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO 8
2.1. Antecedentes de la investigación 8
2.1.1. Antecedentes internacionales 8
2.1.2. Antecedentes nacionales 10
2.2. Bases teóricas 12
2.2.1. Inteligencia emocional 12
2.2.2. Modelo teórico de la inteligencia emocional 13
2.2.3. Dimensiones de la inteligencia emocional 14
2.2.4. Bienestar psicológico 15

2.2.5. Modelo teórico del bienestar psicológico 15
2.2.6. Dimensiones del bienestar psicológico 16
2.3. Formulación de hipótesis 17
2.3.1. Hipótesis general 17
2.3.2. Hipótesis específicas 17
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA 18
3.1. Método de la investigación 18
3.2. Enfoque de investigación 18
3.3. Tipo de estudio 18
3.4. Diseño de investigación 18
3.5. Población, muestra y muestreo 19
3.5.1. Población 19
3.5.2. Criterios de selección 19
3.5.3. Muestra 20
3.5.4. Muestreo 21
3.6. Variables y operacionalización 22
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos 26
3.7.1 Técnica 26
3.7.2 Descripción de instrumentos 26
3.7.3 Validación 27
3.7.4 Confiabilidad 28
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos 29
3.9. Aspectos éticos 30
CAPÍTULO IV. PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS 32
4.1. Resultados 32
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados 32
4.1.2. Prueba de hipótesis 35
4.1.3. Discusión de resultados 37
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 44
5.1. Conclusiones 44
5.2. Recomendaciones 45
REFERENCIAS 47
ANEXOS 54
Anexo 1: Matriz de consistencia 54

Anexos 2: Instrumentos 56
Anexo 3: Confiabilidad del instrumento.....59
Anexo 4: Aprobación del Comité de Ética 60
Anexo 5: Formato de consentimiento informado 61
Anexo 6: Asentimiento informado.....64
Anexo 7: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos.....66
Anexo 8: Informe del asesor de Turnitin 67

Índice de tablas

Tabla 1 Población de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Teresa Gonzales de Fanning 19
Tabla 2 Distribución de estudiantes por grado y sección de VII ciclo de la Educación Básica Regular 21
Tabla 3 Matriz operacional de la variable inteligencia emocional 24
Tabla 4 Matriz de operacionalización de bienestar psicológico 25
Tabla 5 Frecuencia y porcentaje según la edad 32
Tabla 6 Frecuencia y porcentaje según el sexo 32
Tabla 7 Frecuencia y porcentaje según los grados de estudios 33
Tabla 8 Frecuencia y porcentaje según sesión 33
Tabla 9 Prueba de ajuste de normalidad de la variable inteligencia emocional y bienestar psicológico 34
Tabla 10 Correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico 35
Tabla 11 Correlación entre Inteligencia emocional y control 35
Tabla 12 Correlación entre inteligencia emocional y vínculos 36
Tabla 13 Correlación entre inteligencia emocional y proyecto 36
Tabla 14 Correlación entre inteligencia emocional y aceptación 37
Tabla 15 Variable inteligencia emocional 59
Tabla 16 Variable bienestar psicológico 59

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026. La metodología empleada fue de método hipotético-deductivo, de enfoque cuantitativo, tipo básica, diseño no experimental, corte transversal y alcance correlacional. Para la recolección de datos se administraron el Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24, adaptado por Villanueva (2022), y el Cuestionario de Bienestar Psicológico BIEPS-J, adaptado por Niño de Guzmán (2022). La muestra estuvo conformada por 421 estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de educación secundaria de una Institución Educativa Pública Teresa Gonzales de Fanning. Los resultados evidenciaron una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico (Rho = .349; p = .000). En conclusión, los resultados indican que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes.

Palabras clave: inteligencia emocional, bienestar psicológico, estudiantes de secundaria.

Abstract

This study aimed to determine the relationship between emotional intelligence and psychological well-being in secondary school students at an educational institution in Metropolitan Lima, 2026. The methodology employed was hypothetical-deductive, with a quantitative approach, basic research type, non-experimental design, cross-sectional, and correlational scope. Data was collected using the Emotional Intelligence Questionnaire TMMS-24, adapted by Villanueva (2022), and the Psychological Well-being Questionnaire BIEPS-J, adapted by Niño de Guzmán (2022). The sample consisted of 421 students in the 3rd, 4th, and 5th grades of secondary education at the Teresa Gonzales de Fanning Public Educational Institution. The results showed a positive, significant, and low-magnitude correlation between emotional intelligence and psychological well-being (Rho = .349; p = .000). In conclusion, the results indicate that a higher level of emotional intelligence is associated with a higher level of psychological well-being in the students.

Keywords: Emotional intelligence, psychological well-being, high school students.

Introducción

La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer, comprender y regular las propias emociones y la de los demás, siendo un aspecto importante para el desarrollo personal y social de los adolescentes. Sin embargo, su adecuado desarrollo continúa siendo un desafío en la población estudiantil, ya que el estudio de Mamani (2021) encontró que el 39.5% de los escolares de Ayacucho presentaba un nivel bajo de inteligencia emocional. Esta situación puede relacionarse con el bienestar psicológico, entendido como la capacidad de mantener un adecuado equilibrio emocional, afrontar las dificultades y desarrollar una valoración positiva de la propia vida. Al respecto, Quispe (2023) encontró que el 15.2% de los escolares presentaban un nivel bajo de inteligencia emocional y el 15.7% un nivel bajo de bienestar psicológico, lo que evidencia la necesidad de fortalecer ambos aspectos durante la etapa escolar.

En este sentido, la presente investigación se organizó en cinco capítulos que permiten abordar de manera ordenada la problemática planteada. El primer capítulo presenta el planteamiento del problema, los objetivos, la justificación, las bases teóricas y las limitaciones de la investigación. En el segundo capítulo, correspondiente al marco teórico, se desarrollan los antecedentes internacionales y nacionales, las bases teóricas de las variables y las hipótesis planteadas. En el tercer capítulo, se presenta la metodología empleada, junto con el enfoque, diseño, población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos y aspectos éticos. En el cuarto capítulo, se presentan y discuten los resultados obtenidos mediante el análisis descriptivo y correlacional, contrastándolos con los antecedentes y fundamentos teóricos. Finalmente, el quinto capítulo comprende las conclusiones y recomendaciones formuladas a partir de los resultados obtenidos, orientadas a contribuir al fortalecimiento de la inteligencia emocional y el bienestar psicológico de los estudiantes.

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

El bienestar psicológico se refiere a la capacidad que desarrolla una persona para mantener un equilibrio emocional, sentirse satisfecha con su vida y enfrentar de forma apropiada los problemas que se le muestren, lo que, a su vez, contribuye al desarrollo personal y a fortalecer sus relaciones interpersonales (Díaz et al., 2024).

En la actualidad, la falta de bienestar psicológico ha generado una problemática social, debido a la falta de control emocional que provoca problemas como la ansiedad, el estrés y la depresión, las cuales afectan la estabilidad mental de las personas, por ello, se debe mantener un adecuado bienestar psicológico para afrontar de manera positiva las diversas situaciones de la vida y preservar una buena calidad de vida (Navarro et al., 2024).

En este sentido, el bienestar psicológico representa un factor vital para el desarrollo de las personas, especialmente en los adolescentes, ya que en esta etapa se presentan muchas dificultades asociadas con la presión social, el uso de redes sociales y los cambios hormonales, los cuales pueden generar inestabilidad emocional y afectar negativamente la salud mental (Castillo et al., 2024).

De esta forma, el bienestar psicológico adquiere un papel fundamental en el desarrollo de los adolescentes, ya que, tal como evidencia la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025), el 15% de los adolescentes presentan de alguna alteración en su salud mental que afecta su bienestar psicológico debido a la falta de ayuda que reciben.

Asimismo, en América Latina, en Cuba se evidenció que los adolescentes que no mantenían una comunicación abierta con su familia no alcanzaban un nivel alto de bienestar psicológico, ya que predominaban los niveles medios con 40.4% y los niveles bajos con un 21.4% (Rojo et al., 2025).

A su vez, en Colombia, Vizcaíno y Maldonado (2024) compararon el bienestar psicológico en dos instituciones educativas, encontrando que en el colegio con mayores condiciones de vulnerabilidad se observó que el 18.9% de los estudiantes de secundaria presentaron un nivel bajo de bienestar psicológico, mientras que en el colegio con mejores condiciones este porcentaje fue de 2.9%, evidenciándose que en el grupo más vulnerable tenía mayores dificultades en la autorregulación y el control emocional.

En el contexto sudamericano, en Ecuador, se identificó que los escolares presentaban niveles bajos de bienestar psicológico, observándose que el 35.8% poseía niveles bajos, mientras que el 45.0%% se ubicaba en niveles medios, lo cual indica que existen una gran proporción de jóvenes tiene dificultades emocionales que afectan su calidad de vida (Quisintuña y Gaibor, 2024).

En otro estudio desarrollado en Ecuador por Zambrano et al. (2025), se reportó que solo el 6.1% de los escolares presentaban un grado bajo de bienestar psicológico, por su parte el 82.0% se ubicaban en un grado medio, lo que sugiere que una proporción importante de estudiantes podría evidenciar afectaciones en su bienestar psicológico.

A nivel nacional, el Ministerio de Salud (MINSA, 2021) informó que un 29.6% de los adolescentes mostraban un mayor riesgo de desarrollar alteraciones en su salud mental o emocional, lo que muestra que una proporción notable de jóvenes entre 12 y 17 años no cuentan con un adecuado nivel de bienestar psicológico.

En el contexto regional, en Apurímac, Guizado (2023) halló que el 37.36% de los alumnos presentaron un grado bajo de bienestar psicológico, evidenciando que una gran parte de los adolescentes experimenta dificultades emocionales y personales que pueden afectar su salud mental.

A su vez, en Huancayo, Carbajal et al. (2022) hallaron que el 51.6% de los adolescentes manifestaban una tendencia baja de bienestar psicológico, seguido del 29.6% que tenían un

nivel muy bajo, lo que muestra la relevancia del desarrollo de una adecuada gestión emocional para optimizar la salud mental.

De esta forma, el bienestar emocional desempeña un papel fundamental en la vida de un adolescente, sobre todo en la inteligencia emocional de los adolescentes, tal como lo evidencia Mamani (2021), quien estudió a escolares de Ayacucho, encontrando que un 39.5% de los escolares tenían un grado bajo de inteligencia emocional, lo que afectaba su bienestar emocional.

Además, en La Libertad, López (2021) evidenció que un 31.8% de los educandos tenían un grado menor de inteligencia emocional, demostrando las dificultades que tienen los adolescentes para gestionar sus habilidades emocionales.

En ese sentido, el bienestar psicológico se convierte en un aspecto relevante en el desarrollo de los adolescentes, especialmente cuando no se presenta en niveles adecuados, al respecto, Quiroz (2025) evidenció que, en la provincia de Cañete, el 15.7% de los alumnos tuvieron un grado bajo de bienestar psicológico, a su vez, un 70.4% se ubicaba en un nivel medio, lo que refleja que la mayoría de los escolares aún requiere fortalecer su bienestar emocional y psicológico.

En Lima Metropolitana, se mostró que un 15.2% de los escolares manifestaban un nivel bajo y un 70.3% un grado medio de inteligencia emocional, en cambio que el 15.7% mostraban un grado bajo y el 60.7% un grado medio de bienestar psicológico, lo que sugiere que ambas variables se encuentran estrechamente relacionadas en la población estudiantil (Quispe, 2023).

A nivel local, se pudo evidenciar que en la Institución Educativa Teresa Gonzales de Fanning, existe una problemática en los estudiantes que requiere ser abordada, ya que un estudio realizado por Núñez (2021) halló que los estudiantes presentaban dificultades familiares que afectaban su capacidad de respuesta mediante conductas inadecuadas,

comprometiendo así su bienestar psicológico, al limitar el adecuado reconocimiento, manejo y regulación de sus emociones, lo que repercute en su estabilidad y equilibrio emocional.

Sumado a ello, se identificó que en la Institución Educativa Teresa Gonzales de Fanning existe preocupación por parte de docentes y padres de familia respecto al bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria, debido a que muchos adolescentes manifiestan estrés, baja autoestima y dificultades en la convivencia familiar y escolar, situaciones que repercuten en su desempeño académico y desarrollo personal, asimismo, aunque la institución cuenta con un profesional de psicología, la demanda de casos supera su capacidad de atención, motivo por el cual se considera necesaria la implementación de intervenciones como charlas, talleres y dinámicas guiadas al fortalecimiento de la inteligencia emocional, con la finalidad de que los escolares logren reconocer, comprender y manejar adecuadamente sus emociones.

Por esta razón, el presente estudio tiene como propósito determinar la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026, debido a la evidencia encontrada que indica que los estudiantes de secundaria presentan niveles insuficientes de bienestar psicológico, lo cual puede afectar diversos aspectos de su vida personal, social y académica, lo que puede ser causado por una falta de inteligencia emocional.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y la dimensión control en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026?

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y la dimensión vínculos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026?

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026?

¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y la dimensión aceptación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

1.3.2. Objetivos específicos

Establecer la relación entre inteligencia emocional y la dimensión control en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

Establecer la relación entre inteligencia emocional y la dimensión vínculos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

Establecer la relación entre inteligencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

Establecer la relación entre inteligencia emocional y la dimensión aceptación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

Este trabajo estuvo enfocado en determinar la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria, donde aportó valor teórico al profundizar en dos constructos psicológicos esenciales para la salud mental y el desarrollo integral de los adolescentes, para ello, se emplearon modelos teóricos que permitieron

comprender ambas variables desde un enfoque científico y explicativo, como fue la Teoría de la Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer (1990), que ayudó a comprender la aptitud que tuvieron los individuos para observar, entender y manejar sus emociones y la de los otros, y también se tomó la Teoría del Bienestar Psicológico de Ryff (1989), la cual estuvo centrada en el desarrollo positivo de la persona por medio de la auto aceptación, las relaciones positivas y el propósito en la vida.

1.4.2. Práctica

El estudio buscó generar información relevante sobre las variables estudiadas, con la finalidad de que los resultados sirvan como base para la implementación de estrategias de intervención orientadas al fortalecimiento de la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, tales como talleres, programas de orientación y fortalecimiento de dinámicas enfocadas en el reconocimiento y manejo de las emociones en la institución educativa donde se desarrollará el estudio, donde se desea que estas intervenciones contribuyan a mejorar el bienestar psicológico y la formación integral de los educandos (Dhakar y Kaur, 2025). Asimismo, los resultados obtenidos no solo beneficiaran a los directores, docentes, tutores, sino también a los padres al crear un ambiente más positivo para generar relaciones familiares más positivas y adecuadas para inculcar la gestión emocional (Martínez, 2024).

1.4.3. Social

La investigación realizada permitirá comprender la importancia de la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en el desarrollo integral de los alumnos de secundaria, demostrando cómo estos constructos influyen en su adaptación emocional, social y académica. Del mismo modo, los hallazgos podrán sensibilizar a la comunidad educativa y a las familias sobre la necesidad de promover entornos saludables que favorezcan el adecuado manejo de las emociones y el fortalecimiento del bienestar psicológico (Martínez, 2024). Finalmente, permitirá contribuir a la toma de conciencia sobre la importancia de la salud mental y

emocional desde edades tempranas y con ello, servir como base para futuros estudios relacionados con estas variables (Gonzales, 2022).

1.4.4. Metodológica

Para la obtención de datos se manejaron dos instrumentos para evaluar ambas variables, el primero fue el Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24 de Salovey y Mayer (1990), el cual estuvo adaptado al contexto peruano por Villanueva (2022), asimismo, se empleó el Instrumento de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) de Ryff (1989) adecuado al Perú por Niño de Guzmán (2022). Ambos instrumentos contaron con adecuados niveles de validez y confiabilidad para ser aplicados a estudiantes de secundaria, permitiendo así analizar la asociación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico.

1.5. Limitaciones de la investigación

Se presentaron las siguientes limitaciones durante el desarrollo de la investigación; en primer lugar, el tiempo destinado al estudio se vio limitado debido al proceso administrativo requerido para obtener los permisos correspondientes, lo que generó un periodo de espera mayor al previsto; en segundo lugar, se presentó una disponibilidad limitada de los estudiantes y de los horarios de la institución educativa para la aplicación de los instrumentos, debido a las actividades académicas y programadas por el centro educativo. Sin embargo, a pesar de estas limitaciones, se logró realizar la recolección de los datos y cumplir satisfactoriamente con el objetivo planteado en la investigación.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Opuda (2026) averiguó la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria en Port Harcourt, Nigeria. El propósito fue examinar la asociación entre dos dimensiones de la inteligencia emocional, autoconciencia y automotivación, con el bienestar psicológico. La muestra estuvo conformada por 385 estudiantes de secundaria. La metodología fue cuantitativa, correlacional y transversal, con muestreo aleatorio estratificado. Los instrumentos utilizados fueron la Emotional Intelligence Scale y la Psychological Wellbeing Scale. Los resultados mostraron relaciones positivas y significativas: autoconciencia con bienestar psicológico ($r = .130$; $t = 2.556$; $p < .05$) y automotivación con bienestar psicológico ($r = .139$; $t = 2.736$; $p < .05$). Concluyó que la inteligencia emocional se relaciona con el bienestar psicológico adolescente, aunque con magnitudes correlacionales bajas.

Flores et al. (2025) desarrollaron una investigación orientada a determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en víctimas del conflicto armado en Colombia. La muestra estuvo conformada por 50 estudiantes de secundaria. La metodología sustentó en el paradigma positivista, enfoque cuantitativo y alcance correlacional. Para la recolección de datos aplicó el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE-NA y la Escala de Bienestar Psicológico BIPSI. Los hallazgos permitieron determinar una correlación positiva significativa entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, evidenciándose relaciones entre adaptabilidad y crecimiento personal ($r = .288$; $p = .042$), adaptabilidad y autonomía ($r = .327$; $p = .020$), así como entre la puntuación global de inteligencia emocional y autodeterminación ($r = .387$; $p = .006$). En conclusión, los participantes evidenciaron dimensiones emocionales y psicológicas favorables para afrontar situaciones adversas, confirmando que la inteligencia emocional puede actuar como recurso psicológico protector.

Dhakar y Kaur (2025) analizaron el papel de la inteligencia emocional en el bienestar psicológico de adolescentes escolarizados. El objetivo fue establecer si la inteligencia emocional se relaciona y predice el bienestar psicológico en estudiantes adolescentes. La muestra fue integrada por 200 estudiantes de 14 a 18 años. La metodología fue cuantitativa, descriptiva y correlacional, con análisis de asociación y predicción estadística. Como instrumentos emplearon la Escala de inteligencia emocional y la Escala de bienestar psicológico. Los hallazgos evidenciaron una relación positiva entre ambos constructos, con una correlación aproximada de r = .61 y capacidad predictiva significativa de la inteligencia emocional sobre el bienestar. Concluyeron que el desarrollo de competencias emocionales favorece el ajuste psicológico adolescente y debe integrarse en programas escolares de promoción de salud mental.

Salazar (2025) realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes de bachillerato de una unidad educativa de Ambato, Ecuador. La muestra fue integrada por 110 escolares de 14 a 16 años. La metodología fue cuantitativa, de alcance descriptivo-correlacional y corte transversal, con muestreo no probabilístico. Los instrumentos manejados fueron la escala TMMS-24 para inteligencia emocional, la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y una ficha sociodemográfica. Los hallazgos apuntaron a que no existe correlación significativa entre las variables; sin embargo, se hallaron correlaciones débiles positivas entre atención emocional y propósito de vida (r = .192), claridad emocional y autoaceptación (r = .214), y reparación emocional y crecimiento personal (r = .239). Concluyó que la inteligencia emocional no siempre se asocia de forma directa con el bienestar psicológico total, aunque sí puede vincularse con dimensiones específicas.

Plascencia et al. (2024) determinaron la relación entre inteligencia emocional percibida y bienestar psicológico en jóvenes mexicanos. La muestra estuvo conformada por 295

estudiantes de México. La metodología fue cuantitativa, no experimental y transversal. Para la medición se aplicó la escala TMMS-24 y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff; posteriormente, ejecutaron análisis descriptivos y no paramétricos para comparar variables según sexo y determinar asociaciones. Los resultados evidenciaron correlaciones positivas y significativas entre bienestar psicológico e inteligencia emocional, así como con sus dimensiones, con significancia estadística $p \leq .01$. Además, no identificaron diferencias significativas por género. Concluyeron que la inteligencia emocional funciona como factor protector del bienestar psicológico, especialmente en población joven expuesta a exigencias académicas y sociales.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Minga y Condeña (2025) establecieron la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de un centro de Arequipa. La muestra estuvo integrada por 73 escolares de secundaria. La metodología fue cuantitativa, transversal, no experimental y correlacional. Para la medición se aplicó el inventario de Inteligencia Emocional de Baron y la EscaIa de Bienestar Psicológico de Ryf. Los hallazgos evidenciaron que la inteligencia emocional obtuvo una correlación de magnitud fuerte, positiva y significativa con el bienestar psicológico (Rho = .772; p = .000). Concluyeron que la relación global entre inteligencia emocional y bienestar psicológico fue significativa en esta muestra escolar, junto con sus dimensiones.

Quiroz (2025) determinó la relación entre bienestar psicológico e inteligencia emocional en escolares de secundaria de un colegio público de Cañete. La muestra estuvo conformada por 115 estudiantes. La metodología fue cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional. Para la medición se aplicó la escala TMMS-24 y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los hallazgos evidenciaron una correlación positiva moderadamente fuerte entre bienestar psicológico e inteligencia emocional (rho = .668; p = .000; N = 115).

También reportaron relaciones significativas entre inteligencia emocional y dimensiones del bienestar psicológico: control de situaciones (rho = .543), aceptación de sí mismo (rho = .503), vínculos psicosociales (rho = .395) y proyectos personales (rho = .437). Concluyó que mayores niveles de bienestar psicológico se asocian con mayor inteligencia emocional.

Quispe (2023) estableció la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en alumnos de secundaria de dos instituciones educativas de Lima Metropolitana. La muestra fue censal y fue integrada por 331 escolares de ambos sexos, pertenecientes a instituciones educativas de la capital. La metodología fue cuantitativa, de diseño no experimental, corte transversal y alcance correlacional. Para la medición se administraron instrumentos psicométricos vinculados a inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes, entre ellos la escala TMMS-24 y la escala BIEPS-J. Los resultados reportaron una correlación positiva moderada y altamente significativa entre ambos constructos (rho = .57; $p < .001$). Asimismo, se informó que el 70 % de adolescentes presentó inteligencia emocional moderada y el 60.7 % bienestar psicológico moderado. Concluyó que se debe fortalecer la inteligencia emocional para favorecer el bienestar psicológico de estudiantes de secundaria en Lima Metropolitana.

Martínez (2024) determinó la relación entre la inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa, Ayacucho 2022. La metodología fue de enfoque cuantitativo, donde el nivel fue correlacional, de diseño no experimental y corte transversal. La muestra integró a 154 alumnos. Los instrumentos manejados fueron el Inventario de inteligencia emocional BarOn ICE y la Escala de bienestar psicológico de Ryff. Los hallazgos mostraron que existe relación entre el bienestar psicológico y la inteligencia emocional de Rho = 0,750. Asimismo, en los resultados descriptivos se evidenció que el 62% de los alumnos se encontraban en un grado adecuado de inteligencia

emocional, mientras que un 55% visualiza un nivel alto de bienestar psicológico. Finalmente, se concluyó que existe una asociación positiva y elevada entre ambos constructos.

Gonzales (2022) investigó la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario de la I. E. Manuel Vivanco Altamirano, ubicada en Andahuaylas. El objetivo fue determinar la asociación entre ambas variables en población adolescente escolar. La población estuvo conformada por 179 estudiantes de secundaria. La metodología fue cuantitativa, básica, de alcance correlacional y diseño no experimental. Como instrumentos utilizaron un cuestionario de inteligencia emocional adaptado de Bar-On y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los hallazgos mostraron una correlación positiva moderada entre ambos constructos (rho = .520). A su vez, identificaron relaciones significativas entre bienestar psicológico y las dimensiones autorregulación (rho = .332), autoconciencia (rho = .402), motivación (rho = .508), empatía (rho = .201) y habilidades sociales (rho = .391), con p = .000 en la mayoría de los contrastes. Concluyó que mayor inteligencia emocional se asocia con mayor bienestar psicológico.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Inteligencia emocional

La inteligencia emocional se entiende como un constructo psicológico vinculado con la competencia personal para percibir, comprender y regular los estados emocionales propios, así como para interpretar adecuadamente las emociones de otras personas. En población adolescente, esta capacidad adquiere valor formativo porque favorece el ajuste social, el afrontamiento de situaciones académicas y la toma de decisiones ante experiencias de presión o estrés (Soriano & Jiménez, 2023).

Desde el enfoque de habilidad autopercibida, la inteligencia emocional no se limita a sentir emociones, sino que implica reconocerlas, darles significado y emplear estrategias para modularlas, por ende, se describe la inteligencia emocional como la capacidad para captar,

entender y gestionar sentimientos personales y de los demás, con implicancia directa en la salud mental, el bienestar subjetivo y la adaptación académica de los estudiantes (Fernández et al., 2025).

La inteligencia emocional se entiende como la capacidad que tiene un individuo para atender, comprender y regular sus propios estados emocionales, esta capacidad se expresa en tres aspectos principales: la atención emocional, referida al nivel en que el sujeto observa y reconoce sus emociones; la claridad emocional, vinculada con la comprensión de lo que siente; y la reparación emocional, relacionada con la habilidad para gestionar estados emocionales negativos y mantener emociones positivas (Villanueva, 2022).

2.2.2. Modelo teórico de la inteligencia emocional

Modelo de la Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer (1990)

El modelo de Salovey y Mayer (1990) sostienen que la inteligencia emocional se basa en la aptitud que desarrolla un individuo para reconocer, entender y controlar de forma adecuada sus emociones y a su vez, la de los demás, lo que permite diferenciar diversos estados emocionales y emplear esa información para tener un mejor manejo emocional, relaciones interpersonales más saludables, toma de decisiones adecuadas y respuestas asertivas ante diversos problemas. Asimismo, la inteligencia emocional favorece la adaptación de los adolescentes por medio de una adecuada gestión emocional que permite que la persona pueda adaptarse a su entorno, superar dificultades y a resolver problemas complejos, por ello, es esencial que los jóvenes cuenten con apoyo social que les enseñen a como autorregular sus emociones con el fin de mejorar su desarrollo personal, académico y social (Bustamante & Guanotasig, 2021).

2.2.3. Dimensiones de la inteligencia emocional

Para este estudio se tomará como referencia el instrumento analizado por Villanueva (2022), quien evaluó las propiedades psicométricas del TMMS-24 en adolescentes, considerando tres dimensiones:

Atención emocional

Se define como el grado en que la persona observa, identifica y presta atención a sus sentimientos y estados emocionales internos. Esta dimensión permite reconocer la presencia de emociones, aunque su interpretación debe ser equilibrada, porque una atención excesiva puede asociarse con hipervigilancia emocional o mayor focalización en estados afectivos negativos; por ello, su valor psicológico depende de que se acompañe de claridad y regulación emocional (Fernández et al., 2025).

Claridad emocional

Hace referencia a la capacidad percibida para comprender, diferenciar y nombrar los propios estados emocionales. Un adolescente con mayor claridad emocional puede distinguir mejor qué siente, por qué lo siente y cómo ese estado afecta su conducta, lo que favorece una respuesta más organizada frente a conflictos personales, académicos o familiares (Fernández et al., 2025).

Regulación de las emociones

Es también denominada como reparación emocional en el TMMS-24, se refiere a la capacidad percibida para disminuir emociones negativas y sostener estados emocionales positivos. Esta dimensión implica utilizar recursos cognitivos y conductuales para recuperar el equilibrio emocional, reinterpretar experiencias adversas y mantener una disposición adaptativa ante situaciones de tensión o frustración (Fernández et al., 2025).

2.2.4. Bienestar psicológico

El bienestar psicológico se comprende como un componente positivo de la salud psicológica que no se reduce a la ausencia de síntomas, sino que incluye estados psicológicos favorables, sentido de propósito, crecimiento personal y funcionamiento adaptativo. En jóvenes, su evaluación es relevante porque se relaciona con la calidad de vida, el desempeño académico y la calidad de las relaciones sociales (Arslan, 2023).

Asimismo, el bienestar psicológico implica el desarrollo de capacidades personales, crecimiento personal y funcionamiento adecuado en la relación consigo mismo y con los demás. También se vincula con recursos de afrontamiento, relaciones interpersonales y factores físicos, psíquicos y sociales que influyen en la forma en que el estudiante interpreta y enfrenta las demandas de su entorno (Quisintuña & Gaibor, 2024).

Según Niño de Guzmán (2022), el bienestar psicológico puede entenderse como el estado de funcionamiento positivo que permite al adolescente desenvolverse de manera adecuada frente a las exigencias personales, familiares, escolares y sociales. No se limita únicamente a sentirse bien, sino que implica contar con recursos internos para afrontar situaciones cotidianas, tomar decisiones, mantener relaciones saludables, orientar la vida hacia metas futuras y desarrollar una valoración favorable de sí mismo.

2.2.5. Modelo teórico del bienestar psicológico

Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico de Ryff (1989)

Este modelo desarrollado por Ryff (1989) sostiene que el bienestar psicológico es la habilidad que tiene un sujeto para desarrollarse de manera positiva en distintos contextos de su vida, manteniendo un adecuado funcionamiento emocional y personal, a su vez, también implica un conjunto de factores personales, sociales y culturales que permiten fortalecer la identidad, establecer metas claras y mantener el equilibrio emocional frente a las exigencias del entorno. Además, este enfoque es esencial en el crecimiento personal, la autonomía, las

relaciones positivas y la visión de los adolescentes sobre como manejan su vida con la finalidad de favorecer a una mejor comprensión de sí mismos (De Juanas et al., 2022).

2.2.6. Dimensiones del bienestar psicológico

Para el presente estudio se tomará como referencia el instrumento analizado por Niño de Guzmán (2022), quien evaluó las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Casullo en adolescentes, considerando cuatro dimensiones:

Control

Se refiere a la capacidad del adolescente para manejar las demandas del entorno, tomar decisiones, organizar respuestas frente a problemas y percibirse con recursos para influir en su vida cotidiana. Esta dimensión expresa dominio personal sobre situaciones académicas, familiares o sociales, por lo que puntajes adecuados reflejan mayor sensación de competencia y adaptación ante los cambios del contexto (Quisintuña & Gaibor, 2024).

Vínculos

Comprenden la capacidad para establecer relaciones significativas, mantener lazos de confianza y percibir apoyo en la interacción con otras personas. Esta dimensión evalúa la calidad del contacto interpersonal y la posibilidad de integrarse socialmente, aspecto clave en la adolescencia porque el bienestar no se construye de forma aislada, sino dentro de redes familiares, escolares y comunitarias (Cuba et al., 2023).

Proyecto

Esta dimensión se relaciona con la presencia de metas, expectativas y orientación hacia el futuro. En adolescentes, contar con un proyecto personal permite organizar esfuerzos, asignar sentido a las actividades académicas y proyectar decisiones vinculadas con el desarrollo personal; por ello, esta dimensión expresa dirección vital y motivación para alcanzar objetivos relevantes (Cuba et al., 2023).

Aceptación

Alude al grado en que el adolescente reconoce y valora sus características personales, físicas y psicológicas. Esta dimensión implica conformidad básica con la propia forma de ser, autoevaluación favorable y menor rechazo personal; cuando se encuentra debilitada, puede expresarse en insatisfacción con el cuerpo, baja simpatía percibida o dificultad para integrar una imagen positiva de sí mismo (Cuba et al., 2023).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Existe relación significativa entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

2.3.2. Hipótesis específicas

Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión control en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión vínculos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión aceptación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

La presente indagación se desarrolló bajo el método hipotético-deductivo, debido a que este permitió comprender y explicar el funcionamiento de distintos fenómenos a partir de la formulación de hipótesis y su posterior comprobación mediante la deducción, contribuyendo así a ampliar y fortalecer el conocimiento científico (Arbulu, 2023).

3.2. Enfoque de investigación

Se utilizó el enfoque cuantitativo, ya que permitió analizar datos numéricos y obtener resultados medibles, facilitando de esta manera la recolección y el procesamiento de la información, lo cual ayudó a un entendimiento más preciso y objetivo de los constructos de indagación (Hernández y Mendoza, 2023).

3.3. Tipo de estudio

El tipo de estudio fue básico, según Haro et al. (2024) permite una mejor comprensión de las variables de estudio mediante el uso de modelos teóricos que fortalecen el análisis, por lo que en la presente investigación se adoptó este tipo de método con la finalidad de ampliar el conocimiento teórico sobre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, así como generar aportes que sirvan de base para futuras investigaciones.

3.4. Diseño de investigación

Para el diseño del estudio se basó en el no experimental, dado a que no se alteró ni se modificó los constructos estudiados, por el contrario, estas fueron estudiadas y analizadas bajo su estado real, lo que ayudó a obtener resultados reales sin intervenir en el comportamiento de los participantes (Arias, 2021).

A su vez, fue de corte transversal, puesto que Manterola et al. (2023) señalan que, en la recolección de datos, los estudios pueden desarrollarse en distintos momentos del tiempo,

siendo el diseño transversal aquel que permite obtener información en un único momento, con la finalidad de estudiar los constructos tal como se presentan en la realidad.

Igualmente, fue de alcance correlacional, dado a que se buscó establecer la asociación entre dos constructos para hallar una posible relación estadística y responder a las hipótesis planteadas (Salomão, 2024).

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

La población según Chero (2024) se basa en la integración de todos los individuos que pertenecen a un contexto social y culturas similares, los cuales son seleccionados para llevar a cabo una investigación orientado al análisis de una problemática específica. Por esta razón, la presente indagación estuvo constituida por 1417 estudiantes de secundaria de la Institución Educativa pública Teresa Gonzales de Fanning ubicada en el distrito de Jesús María.

Tabla 1

Población de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Teresa Gonzales de Fanning

Grado de secundaria	Número de estudiantes
1.°	261
2.°	313
3.°	253
4.°	297
5.°	293
Total	1417

Nota: Elaboración propia

3.5.2. Criterios de selección

Criterios de inclusión:

- Estudiantes matriculados en el año académico 2026 modalidad Educación Básica Regular.

- Estudiantes que tuvieran el consentimiento informado aprobado por sus padres o apoderado legal.
- Estudiantes que pertenezcan a los grados de 3ro, 4to y 5to de secundaria.
- Estudiantes que desearon formar parte del estudio por medio del asentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no asistieron el día que se apliquen los cuestionarios.
- Estudiantes que no completaron los cuestionarios en su totalidad.
- Estudiantes que llevaron terapia psicología privada o externa.

3.5.3. Muestra

Según Álvarez et al. (2021), la muestra se refiere a la selección específica de la población, donde se determina una cantidad representativa que será objeto de estudio, lo que permitirá evaluar a un grupo pequeño que tengan las mismas características y luego poder generalizar los resultados hacia toda la población. Por lo tanto, la muestra del presente estudio estuvo conformada por 421 estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de educación secundaria, pertenecientes al VII ciclo de la Educación Básica Regular.

Tabla 2

Distribución de estudiantes por grado y sección de VII ciclo de la Educación Básica Regular

Grado	Sección	Número de estudiantes
3.° secundaria	A	26
	B	25
	C	23
	D	25
	E	25
	F	26
4.° secundaria	A	25
	B	25
	C	25
	D	26
	E	25
	F	25
5.° secundaria	A	23
	B	26
	C	23
	D	21
	E	26
	F	25
Total		421

Nota: Elaboración propia

3.5.4. Muestreo

El muestreo que se manejó fue el no probabilístico por conveniencia, debido a que los participantes fueron seleccionados según el criterio del investigador, considerando su disponibilidad y accesibilidad, lo que permitió trabajar con estudiantes que presenten características similares y que puedan ser incorporados de manera práctica al estudio (Hernández, 2021).

3.6. Variables y operacionalización

Variable 1: Inteligencia emocional

Definición conceptual

Es un constructo psicológico que une la inteligencia con la emoción generando la capacidad de percibir los sentimientos que pueda sentir tanto el individuo como el de las personas de su entorno (Villanueva, 2022).

Definición operacional

Para evaluar esta variable se usó el Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24 creado por Salovey y Mayer (1990), los cuales tuvieron como objetivo medir las capacidades que desarrollan las personas para gestionar sus emociones. Este instrumento fue adaptado por Villanueva (2022), el cual está compuesto por 24 ítems distribuidos en 3 dimensiones que evalúan la capacidad del individuo para comprender y manejar sus emociones, los cuales son: Atención emocional (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8), Claridad emocional (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16) y Regulación de las emociones (17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 y 24), cada ítem se evalúa mediante una escala Likert de 5 niveles, donde 1 representa “Nada de acuerdo” hasta 5 que representa “Totalmente de acuerdo”. El puntaje total del cuestionario puede oscilar entre 24 (nivel bajo) y 120 (nivel alto), y será empleado como indicador del grado de inteligencia emocional del individuo, permitiendo obtener una comprensión más detallada de su capacidad para percibir, entender y manejar sus emociones.

Variable 2: Bienestar psicológico

Definición conceptual

Se define como la capacidad que posee un individuo para establecer relaciones optimas, manejo del ambiente, tener metas y aceptarse a sí mismo, lo cual se logra por medio del control de las emociones agradables y desagradables (Niño de Guzmán, 2022).

Definición operacional

Para evaluar esta variable se empleó el Cuestionario de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) creado por Ryff (1989), para medir la perspectiva que tienen las personas en relación a su satisfacción con la vida. Este instrumento fue adaptado por Niño de Guzmán (2022), el cual está compuesto por 13 ítems distribuidos en 4 dimensiones que evalúan el nivel de bienestar psicológico en adolescentes, tales como: Control (1, 5, 10 y 13), Vínculos (2, 8 y 11), Proyecto (3, 6 y 12) y Aceptación (4, 7 y 9), donde cada ítem se medirá por medio una escala Likert de 3 niveles, donde 1 representa "Ni de acuerdo", 2 representa "Ni de acuerdo ni en desacuerdo" y 3 representa "De acuerdo". El puntaje total del instrumento puede oscilar entre 13 (nivel bajo) y 39 (nivel alto), lo que permitirá identificar el nivel de bienestar psicológico del estudiante, permitiendo obtener una comprensión integrada de su capacidad para establecer relaciones apropiadas, manejar su entorno, desarrollar metas personales y aceptarse a sí mismo.

Tabla 3

Matriz operacional de la variable inteligencia emocional

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Inteligencia emocional	Es un constructo psicológico que une la inteligencia con la emoción generando la capacidad de percibir los sentimientos que pueda sentir tanto el individuo como el de las personas de su entorno (Villanueva, 2022).	Para el presente estudio se empleó el Cuestionario de Bienestar psicológico adaptado al Perú por Villanueva (2022).	Atención emocional Claridad emocional Regulación de las emociones	1,2,3,4,5,6,7,8 9,10,11,12,13 14,15,16 17,18,19,20,21 22,23,24	Nada de Acuerdo = 1 Algo de Acuerdo =2 Bastante de Acuerdo =3 Muy de acuerdo = 4 Totalmente de Acuerdo = 5	Alto = 89-120 Medio = 57-88 Bajo = 24-56

Tabla 4

Matriz de operacionalización de bienestar psicológico

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	dimensiones	indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Bienestar psicológico	Se define como la capacidad que posee una persona para establecer relaciones optimas, manejo del ambiente, tener metas y aceptarse a sí mismo, lo cual se logra por medio del control de las emociones agradables y desagradables (Niño de Guzmán, 2022).	Este instrumento consta de 13 ítems y evalúa el bienestar psicológico en adolescentes a través de cuatro dimensiones, lo que permite clasificar el nivel de bienestar psicológico en alto, medio o bajo.	Control	13, 5, 10 y 1	1 = Ni de acuerdo 2 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo 3 = De acuerdo	Alto = 31- 39 Medio = 22 - 30 Bajo = 13 - 21
			Vínculos	8, 2 y 11		
			Proyecto	12, 6 y 3		
			Aceptación	9, 4 y 7		

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

Para la técnica se empleó la encuesta, ya que permitió facilitar la recopilación de información de manera directa y sistemática por medio del uso de instrumentos estandarizados con el fin de obtener datos relevantes y manejables a nivel numérico (Campos, 2021).

En este sentido, se administraron como instrumentos de medición el Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24 de Salovey y Mayer (1990) y el Cuestionario de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) de Ryff (1989).

3.7.2 Descripción de instrumentos

Variable 1: Inteligencia emocional

- **Nombre:** Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24
- **Autor original:** Salovey y Mayer
- **Año de desarrollo:** 1990
- **Autor de adaptación:** Villanueva (2022)
- **Administración**: Individual
- **Duración:** de 5 a 10 minutos
- **Aplicación:** 12 a 17 años

Variable 2: Bienestar psicológico

- **Nombre:** Cuestionario de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)
- **Autor original:** Ryff
- **Año de desarrollo:** 1989
- **Autor de adaptación:** Niño de Guzmán (2022)
- **Administración**: Individual
- **Duración:** de 5 a 10 minutos
- **Aplicación:** 13 a 17 años

3.7.3 Validación

Variable 1: Inteligencia emocional

Se empleó la validación del Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24 adaptado al contexto peruano por Villanueva (2022), donde se realizó la validez de contenido por medio del juicio de expertos, contando con la participación de 7 jueces que evaluaron la relevancia, pertinencia y claridad de los 24 ítems del instrumento. Los resultados evidenciaron coeficientes V de Aiken mayores a 0.75 en todos los ítems, considerándose válidos y aceptables. Asimismo, se aplicó la validez de constructo por medio Análisis Factorial Exploratorio y Confirmatorio.

En el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) se obtuvo un índice Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) de 0.917 y una prueba de esfericidad de Bartlett significativa ($\chi^2 = 3285.348$; gl = 210; p = 0.00), lo que evidenció una adecuada adecuación muestral y correlación entre los ítems. Posteriormente, mediante el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) se evaluó un modelo final, obteniéndose índices de ajuste aceptables: $\chi^2 = 448$; gl = 186; RMSEA = 0.0595; SRMR = 0.0578; CFI = 0.917 y TLI = 0.906. Estos resultados confirman que el instrumento presenta una estructura factorial adecuada y estable para medir la inteligencia emocional.

Variable 2: Bienestar psicológico

Se empleó la validación de la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J adaptada al contexto peruano por Niño de Guzmán (2022), donde se ejecutó la validez de contenido mediante juicio de expertos, teniendo con la participación de 10 especialistas que evaluaron la pertinencia, claridad y relevancia de los 13 ítems del instrumento. Los hallazgos obtenidos mediante el coeficiente V de Aiken evidenciaron valores entre 0.80 y 1.00, con niveles de significancia menores o iguales a .05, confirmando que todos los ítems fueron considerados válidos.

Asimismo, se evaluó la validez de constructo mediante el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) y el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC). En el AFE se obtuvo un índice Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) de .754 y una prueba de esfericidad de Bartlett significativa ($\chi^2 = 2431.986$; gl = 78; $p < .001$), evidenciando condiciones adecuadas para realizar el análisis factorial. Los resultados identificaron una estructura de cuatro factores, correspondientes a las dimensiones Control, Aceptación, Proyectos y Vínculos, en la cual los 13 ítems presentaron cargas factoriales aceptables y se ubicaron en sus respectivas dimensiones.

3.7.4 Confiabilidad

Variable 1: Inteligencia emocional

Para la confiabilidad, se midió la consistencia interna empleando el Alfa de Cronbach (α) y el coeficiente Omega de McDonald (ω), obteniéndose una confiabilidad general de α = 0.90 y ω = 0.901. Asimismo, las dimensiones atención emocional (α = 0.852; ω = 0.853), claridad emocional (α = 0.854; ω = 0.856) y regulación de las emociones (α = 0.803; ω = 0.805) evidenciaron coeficientes superiores a 0.80, demostrando una excelente confiabilidad para la escala total y sus dimensiones.

Variable 2: Bienestar psicológico

Para la confiabilidad, se evaluó la consistencia interna por medio del Alfa de Cronbach y el coeficiente Omega de McDonald, donde la escala total obtuvo índices aceptables de confiabilidad (α = .716; ω = .724). Asimismo, las dimensiones control (α = .609; ω = .623), vínculos (α = .630; ω = .645), proyectos (α = .645; ω = .651) y aceptación (α = .568; ω = .569) mostraron niveles aceptables de consistencia interna, lo que evidencian que el instrumento muestra adecuados niveles de confiabilidad para la evaluación del bienestar psicológico.

Para el presente estudio se realizó el análisis de confiabilidad de los instrumentos empleados para la recolección de datos, por medio del coeficiente alfa de Cronbach (α). En la Tabla 15 se observa que el Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24, conformado

por 24 ítems, presentó un coeficiente de α = .894 para la escala total, con respecto a sus dimensiones, Atención emocional alcanzó un coeficiente de α = .803,V mientras que Claridad emocional y Regulación de las emociones obtuvieron un valor de α = .852 en ambos casos, evidenciando en conjunto una adecuada consistencia interna del instrumento.

Por otro lado, la Tabla 16 muestra que el Cuestionario de Bienestar Psicológico BIEPS-J, conformado por 13 ítems, presentó un coeficiente de α = .843 para la escala total, en cuanto a sus dimensiones, Control obtuvo un coeficiente de α = .685, Vínculos alcanzó α = .691, Proyecto tuvo α = .728 y Aceptación fue un α = .743, evidenciando niveles aceptables de consistencia interna en sus dimensiones. En conjunto, los resultados permiten señalar que ambos instrumentos presentan adecuados índices de confiabilidad para su aplicación en la población de estudiantes de secundaria (Anexo 3).

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Para el actual trabajo de indagación, se obtuvo la aprobación de la Institución Educativa Teresa Gonzales de Fanning, sin embargo, el estudio se inició una vez que se consiguió la aprobación del Comité de Ética, posterior a ello, se coordinaron una reunión programada para determinar los horarios de aplicación de los cuestionarios, para ello se solicitó el apoyo de los tutores para gestionar los consentimientos informados de los padres o apoderados con el fin de realizar una investigación adecuada a las normas éticas. De esta forma, luego de efectuar los permisos necesarios, se empezó a preparar los materiales correspondientes a aplicar, tales como los asentimientos informados, los cuestionarios, fichas sociodemográficas, lapiceros y dulces de agradecimiento. Iniciado el día de la administración de los instrumentos, se comenzó explicando a los estudiantes el propósito de la investigación, las variables que se estudiaron, los beneficios y riesgos del estudio y la confidencialidad.

Finalizado la recolección de todos los instrumentos y revisado que estuvieron completados en su totalidad, se procedió a registrar la información en la base de datos Microsoft

Excel, asignando puntajes de acuerdo a los criterios establecidos por cada instrumento. Además, los datos fueron procesados mediante el software estadístico SPSS versión 29 para realizar el análisis correspondiente, donde se aplicó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov (K-S), dado a que la muestra fue más de 50 participantes, considerando un nivel de significancia de 0.05. De acuerdo con los hallazgos obtenidos, se determinó que la distribución de los datos fue no normal, permitiendo seleccionar el coeficiente de correlación más adecuado, el cual fue Rho de Spearman, con el fin de presentar los resultados por medio de tablas que facilitaron su comprensión de los hallazgos.

3.9. Aspectos éticos

Este estudio estuvo regido por diversos principios éticos que permitieron que no se vulneraran los derechos humanos, por ello, la investigación fue revisada y aprobada por el Comité Institucional de Ética de la Universidad Norbert Wiener (2025), el cual verificó el acatamiento de las normas éticas correspondientes y aseguró que el proceso de cosecha de datos se realizara de manera tangible, responsable y libre. Asimismo, se siguieron los principios de la Declaración de Helsinki (AMM, 2025), el cual declaró la obligación de obtener el consentimiento informado, donde se indicó cada detalle de las implicancias, beneficios y riesgos que pudieron envolver a los participantes, a su vez, se protegió la privacidad y confidencialidad de los menores asegurando el anonimato de la información recolectada y el uso exclusivo de los datos con fines académicos y científicos.

Durante el desarrollo de la investigación se respetaron los 4 principios fundamentales de la ética:

Autonomía: se respetó la capacidad de los participantes y sus representantes legales para tomar decisiones informadas respecto a su participación, asegurando la comprensión adecuada de los objetivos y procedimientos del estudio.

Beneficencia: se procuró proteger el bienestar de los participantes, minimizando cualquier posible riesgo y promoviendo beneficios derivados de la investigación.

No maleficencia: se evitó cualquier daño físico o psicológico durante el proceso investigativo, resguardando la integridad de los participantes en todo momento.

Justicia: se garantizó una selección equitativa de los participantes, sin discriminación ni desigualdad de oportunidades.

Del mismo modo, se tomaron en consideración los principios establecidos en el artículo 28° del Código de Ética y Deontología Profesional del Colegio de Psicólogos del Perú (CPSP, 2017), el cual señaló que toda persona involucrada en una investigación debía recibir un trato respetuoso, equitativo, honesto y confidencial.

.

CAPÍTULO IV. PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Tabla 5

Frecuencia y porcentaje según la edad

	F	%
13	1	0.2%
14	103	24.5%
15	177	42.0%
16	97	23.0%
17	41	9.7%
18	2	0.5%
Total	421	100%

Nota: f = frecuencia; % = porcentaje

La Tabla 5 muestra que el 42.0% de los estudiantes tienen 15 años, seguido del 24.5% que tienen 14 años, el 23.0% tienen 16 años, el 9.7% tienen 17 años, el 0.5% tienen 18 años y el 0.2% tienen 13 años.

Tabla 6

Frecuencia y porcentaje según el sexo

	f	%
Femenino	421	100%
Total	421	100%

Nota: f = frecuencia; % = porcentaje

En la Tabla 6 indica que el 100% de las estudiantes son de sexo femenino.

Tabla 7

Frecuencia y porcentaje según los grados de estudios

	f	%
3ro secundaria	142	33.7%
4to secundaria	194	46.1%
5to secundaria	85	20.2
Total	421	100%

Nota: f = frecuencia; % = porcentaje

La Tabla 7 muestra que el 46.1% de los estudiantes pertenecen a 4to de secundaria, seguido del 33.7% que pertenecen a 3ro de secundaria y el 20.2% a 5to de secundaria.

Tabla 8

Frecuencia y porcentaje según sesión

	f	%
A	64	15.2%
B	64	15.2%
C	67	15.9%
D	53	12.6%
E	41	9.7%
F	66	15.7%
G	23	5.5%
H	21	5.0%
I	22	5.2%
Total	421	100%

Nota: f = frecuencia; % = porcentaje

La Tabla 8 indica que el 15.9% de los estudiantes pertenecen a la sesión C, seguido del 15.7% que pertenecen a la sesión F, el 15.2% a las sesiones A y B, el 12.6% a la sesión D, el 9.7% a la sesión E, el 5.5% a la sesión G, el 5.2% a la sesión I y el 5.0% a la sesión H.

Tabla 9

Prueba de ajuste de normalidad de la variable inteligencia emocional y bienestar psicológico

	Kolmogorov-Smirnov[a]		
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia emocional	.031	421	.200
D1: Atención emocional	.066	421	.000
D2: Claridad emocional	.061	421	.001
D3: Regulación de las emociones	.068	421	.000
Bienestar psicológico	.095	421	.000
D1. Control	.144	421	.000
D2. Vínculos	.194	421	.000
D3. Proyecto	.193	421	.000
D4. Aceptación	.148	421	.000

La Tabla 9 expone que la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para la variable inteligencia emocional presenta un *p* valor de .200, mientras que las demás dimensiones y la variable bienestar psicológico presentan valores menores a 0.05, evidenciando que la gran mayoría de los datos no se ajustan a una distribución normal. Por ello, se determina el empleo de la estadística no paramétrica, utilizándose el coeficiente de correlación Rho de Spearman para el análisis de las hipótesis del estudio.

4.1.2. Prueba de hipótesis

Tabla 10

Correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Inteligencia emocional	Rho	.349
	Sig.	.000

Nota. Rho= Coeficiente de Rho de Spearman, p= probabilidad de significancia

La Tabla 10 demuestra que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico (*Rho* = .349; *p* = .000). Por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes.

Contrastación de hipótesis especifica 1:

Tabla 11

Correlación entre Inteligencia emocional y control

		Control
Inteligencia emocional	Rho	.254
	Sig.	.000

Nota. Rho= Coeficiente de Rho de Spearman, p= probabilidad de significancia

La Tabla 11 muestra que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y el control (*Rho* = .254; *p* = .000). Por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de control en los estudiantes.

Contrastación de hipótesis especifica 2:

Tabla 12

Correlación entre inteligencia emocional y vínculos

		Vínculos
Inteligencia emocional	Rho	.214
	Sig.	.000

Nota. Rho= Coeficiente de Rho de Spearman, p= probabilidad de significancia

La Tabla 12 identifica que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y los vínculos (*Rho* = .214; *p* = .000). Por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de vínculos en los estudiantes.

Contrastación de hipótesis especifica 3:

Tabla 13

Correlación entre inteligencia emocional y proyecto

		Proyecto
Inteligencia emocional	Rho	.205
	Sig.	.000

Nota. Rho= Coeficiente de Rho de Spearman, p= probabilidad de significancia

La Tabla 13 establece que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y el proyecto (*Rho* = .205; *p* = .000). Por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de proyecto en los estudiantes.

Contrastación de hipótesis especifica 4:

Tabla 14

Correlación entre inteligencia emocional y aceptación

		Aceptación
Inteligencia emocional	Rho	.323
	Sig.	.000

Nota. Rho= Coeficiente de Rho de Spearman, p= probabilidad de significancia

La Tabla 14 demuestra que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y la aceptación (*Rho* = .323; *p* = .000). Por ello, se contradice la hipótesis nula y se admite la hipótesis alterna, lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de aceptación en los estudiantes.

4.1.3. Discusión de resultados

Respecto al objetivo general, fue determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa, por medio de la aplicación del estadístico Rho de Spearman, se pudo comprobar que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre ambos constructos (Rho = .349; *p* = .000), lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes. Este hallazgo se contrasta con el estudio de Quispe (2023), quien estableció la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas de Lima Metropolitana, encontrando una correlación positiva y de magnitud moderada entre ambos constructos (Rho = .57; *p* < .001), indicando que mayores niveles de inteligencia emocional se relacionan con un mayor bienestar psicológico en los estudiantes.

Del mismo modo, Gonzales (2022) aportó evidencia sobre la relación entre ambas variables, encontrando una correlación positiva y moderada (Rho = .520; *p* = .000), lo que evidencia que ambos constructos se encuentran vinculados en la población adolescente,

sugiriendo que el fortalecimiento de las capacidades emocionales puede favorecer una percepción más positiva del bienestar psicológico en los estudiantes.

Los hallazgos obtenidos pueden ser comprendidos desde el Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico de Ryff (1989), dado que este enfoque permite explicar cómo determinados recursos emocionales pueden asociarse con un funcionamiento psicológico más favorable, donde el bienestar psicológico involucra diferentes componentes relacionados con el adecuado funcionamiento personal. Estos componentes pueden vincularse con la capacidad de la persona para reconocer, comprender y regular sus emociones, aspectos relacionados con un mayor desarrollo de la inteligencia emocional, ya que cuando las personas desarrollan capacidades para gestionar sus emociones, establecer relaciones positivas, afrontar dificultades y adaptarse a las demandas de su entorno, pueden presentar también mayores niveles de bienestar psicológico (Gonzales, 2022).

Respecto al primer objetivo específico, se comprobó que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y el control (Rho = .254; p = .000), lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de control en los estudiantes. Este resultado se contrasta con el estudio de Quispe (2023), quien estableció la relación entre inteligencia emocional y la dimensión control de situaciones en estudiantes de secundaria, encontrando una correlación positiva, significativa y de magnitud moderada (Rho = .46; $p < .001$), indicando que mayores niveles de inteligencia emocional se relacionan con un mayor desarrollo del control de situaciones en los estudiantes.

Del mismo modo, Quiroz (2025) aportó evidencia sobre la relación entre ambos constructos en estudiantes de secundaria de un colegio público de Cañete, encontrando una correlación positiva, significativa y de magnitud moderada (Rho = .543; $p = .000$). Esto evidencia que la inteligencia emocional se encuentra vinculada con la capacidad de los estudiantes para ejercer un mayor control de las situaciones.

Asimismo, Minga y Condeña (2025) encontraron una correlación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y la dimensión domino del entorno (rho = .746; p = .000), esta dimensión es conceptualmente similar a la dimensión control, ya que ambas se fundamentan en el modelo teórico de Ryff, y se basan en la capacidad de la persona para desenvolverse, manejar y responder positivamente ante las situaciones de su entorno.

Estos hallazgos pueden ser entendidos desde el Modelo de la Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer (1990), debido a que dichos autores explican que, por medio del reconocimiento, comprensión y regulaciones de las emociones, se puede obtener una mayor capacidad para emplear esas emociones como base para la toma de decisiones y la adaptación conductual. De esta forma, los estudiantes que poseen mayores capacidades para identificar y comprender sus estados emociones pueden regular de forma óptima sus respuestas ante las demandas del entorno, teniendo un mayor control al responder de manera más adaptativa frente a las situaciones que se presentan (Flores et al., 2025).

Como aporte, los resultados obtenidos permiten evidenciar que el desarrollo de la inteligencia emocional puede favorecer la capacidad de los estudiantes para controlar y gestionar de forma adecuada las situaciones que enfrentan, resaltando la importancia de fortalecer estas habilidades en el contexto educativo.

Respecto al segundo objetivo específico, se comprobó que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y los vínculos (Rho = .214; p = .000), lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de vínculos en los estudiantes. Este resultado guarda relación con lo encontrado por Quispe (2023), quien analizó la relación entre inteligencia emocional y vínculos sociales en estudiantes de secundaria, identificando una correlación positiva y significativa de magnitud baja (Rho = .38; $p < .001$), evidenciando que el desarrollo de la inteligencia emocional favorece la capacidad de los estudiantes para establecer y mantener vínculos sociales adecuados.

De manera similar, Quiroz (2025) encontró una relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y los vínculos psicosociales, con una correlación de magnitud baja (Rho = .395; p = .000). En este sentido, los resultados de ambos antecedentes respaldan la existencia de una asociación entre la inteligencia emocional y la capacidad de los estudiantes para establecer relaciones interpersonales y vínculos adecuados.

Por otro lado, Dhakar y Kaur (2025) encontraron una correlación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y la dimensión relaciones sociales (r = .52; p < .05), esta dimensión presenta una relación conceptual con la dimensión vínculos, debido a que ambas se basan en la capacidad para establecer, mantener y desarrollar relaciones adecuadas con otras personas, lo que permite comparar estos resultados con los hallados en el presente estudio.

Desde el Modelo de la Inteligencia Emocional de Goleman (1997), se puede entender que como el desarrollo emocional no solo implica el manejo de las propias emociones, sino también la capacidad de reconocer las emociones de los demás y establecer relaciones interpersonales adecuadas. En este contexto, los estudiantes que presentan mayores niveles de inteligencia emocional pueden comprender mejor tanto sus estados emocionales como de los demás, favoreciendo a una comunicación más efectiva y estableciendo vínculos adecuados con los demás (Salazar, 2025).

Como aporte, los hallazgos presentados permiten reconocer que el desarrollo de la inteligencia emocional favorece la capacidad de los adolescentes para establecer y mantener vínculos adecuados, lo que también ayuda a destacar la importancia de fortalecer las habilidades emocionales para promover relaciones interpersonales positivas dentro del contexto educativo.

Respecto al tercer objetivo específico, se comprobó que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y el proyecto (Rho = .205; p =

.000), lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de proyecto en los estudiantes. Este hallazgo coincide con lo reportado por Quispe (2023), quien encontró una relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y los proyectos personales, con una correlación de magnitud baja (Rho = .40; $p < .001$), lo que permite señalar que el desarrollo de la inteligencia emocional se encuentra relacionado con una mayor capacidad de los estudiantes para plantearse y orientar sus proyectos personales.

Asimismo, Quiroz (2025) identificó una correlación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y los proyectos, obteniendo una magnitud baja (Rho = .437; $p = .000$). De este modo, estos antecedentes respaldan los resultados obtenidos en el presente estudio, evidenciando que la inteligencia emocional mantiene una relación favorable con la capacidad de los estudiantes para establecer y desarrollar sus proyectos.

A su vez, Minga y Condeña (2025) encontraron una relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y el propósito de la vida (rho = .763; p = .000), si bien esta dimensión es diferente a la dimensión de proyectos, ambas poseen una asociación conceptual dado a que ambas involucran la capacidad de la persona para orientar su vida hacia objetivos y aspiraciones futuras, por lo que permite establecer una semejanza con lo hallado en este estudio.

El Modelo de Bar-On et al. (1997), proporciona una mayor comprensión sobre la relación hallada, dado a que la inteligencia emocional comprende un conjunto de competencias personales y sociales que permite a la persona a comprender sus emociones, adaptarse y afrontar las exigencias que se puedan presentar. Desde esta perspectiva, los adolescentes que presentan un mayor desarrollo de la inteligencia emocional pueden contar con mayores recursos para establecer metas y proyectarse hacia el futuro, definiendo objetivos y proyectos personales orientados a aquello que desean alcanzar (Ocupa, 2026).

Como aporte, los resultados revisados permiten evidenciar que la inteligencia emocional se relaciona favorablemente con la capacidad de los estudiantes para orientar y desarrollar sus proyectos personales, por lo que es fundamental fortalecer las habilidades emocionales como parte de su desarrollo y proyección futura.

Respecto al cuarto objetivo específico, se comprobó que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y la aceptación (Rho = .323; p = .000), lo que indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor es el nivel de aceptación en los estudiantes. Este resultado posee relación con lo encontrado por Quiroz (2025), quien identificó una correlación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y la aceptación, de una magnitud moderada (Rho = .503; *p* = .000), evidenciando que la inteligencia emocional favorece una mayor capacidad de aceptación en los estudiantes.

De manera similar, Martínez (2024) encontró una relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y la dimensión autoaceptación, con una correlación de magnitud moderada (Rho = .635; *p* = .000). Como complemento, Flores et al. (2025) también encontraron una relación entre la inteligencia emocional y la autoaceptacion (r = .387; p < .006) concluyendo que los estudiantes cuando poseen altos niveles de inteligencia emocional pueden desarrollar una mejor capacidad para aceptarse y reconocer sus propias características. De esta forma, estos antecedentes respaldan los resultados obtenidos, evidenciando que la inteligencia emocional se relaciona favorablemente con la capacidad de los estudiantes para aceptarse a sí mismos.

Los hallazgos obtenidos pueden ser comprendidos desde el Modelo de Bienestar Psicológico de Sánchez (2013), dado a que este enfoque considera el bienestar desde una visión subjetiva relaciona con la satisfacción que la persona desarrollo respecto a diferentes ámbitos de su vida. Por ello, la forma en que los adolescentes valoran sus experiencias y perciben su

propia vida pueden relacionarse con la manera en que se aceptan y afrontar las diferentes situaciones de su entorno (Dhakar y Kaur, 2025).

Como aporte, los resultados obtenidos brindan una visión favorable sobre cómo el desarrollo de la inteligencia emocional puede favorecer la capacidad de los adolescentes para aceptarse y reconocer sus propias características, aspecto especialmente importante en esta etapa, en la que atraviesan diversos cambios y pueden presentar una mayor necesidad de aceptación y validación externa.

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera. Se demostró que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026 (*Rho* = .349; *p* = .000).

Segunda. Se evidenció que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y el control en estudiantes de secundaria (*Rho* = .254; *p* = .000).

Tercera. Se comprobó que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y los vínculos en estudiantes de secundaria (*Rho* = .214; *p* = .000).

Cuarta. Se determinó que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y el proyecto en estudiantes de secundaria (*Rho* = .205; *p* = .000).

Quinta. Se demostró que existe una correlación positiva, significativa y de magnitud baja entre la inteligencia emocional y la aceptación en estudiantes de secundaria (*Rho* = .323; *p* = .000).

5.2. Recomendaciones

1. Se recomienda a la dirección de la I.E autorizar la implementación de protocolos institucionales de intervención, donde se establezca lineamientos claros sobre actividades, sesiones y estrategias a desarrollar relacionadas con la inteligencia emocional y el bienestar psicológico de los estudiantes, donde se promueva el reconocimiento, comprensión y regulación de las emociones, así como el desarrollo de habilidades para afrontar dificultades y fortalecer el bienestar psicológico de los estudiantes.

2. Se recomienda al área de psicología implementar talleres de regulación emocional y manejo de situaciones dirigidos a los estudiantes, incorporando actividades prácticas que fortalezcan el reconocimiento, comprensión y expresión adecuada de sus emociones, con el fin de potenciar la inteligencia emocional de los estudiantes, especialmente a que tengan un mejor control de sus respuestas ante situaciones de estrés o conflicto en el entorno escolar, contribuyendo a un mejor manejo conductual y a la mejora de su bienestar psicológico.

3. Se recomienda a los docentes, promover actividades o tareas grupales donde los estudiantes puedan relacionarse con sus compañeros, donde hagan uso de la comunicación asertiva, así como la resolución de conflictos junto con la empatía, reconocimiento y gestión de emociones, con el propósito de contribuir al fortalecimiento de la inteligencia emocional y fortalecer los vínculos interpersonales y una adecuada interacción dentro del entorno educativo.

4. Se recomienda al área de tutoría implementar actividades de orientación vocacional que permitan a los estudiantes a identificar sus intereses, capacidades y metas personales, incorporando estrategias de inteligencia emocional que les ayude a afrontar las dificultades y mantener la motivación necesaria para afrontar y desarrollar sus proyectos personales.

5. Se recomienda al área de psicología desarrollar talleres orientados al fortalecimiento de la aceptación de sí mismos, por medio de actividades de autoconocimiento, reconocimiento

de fortaleza personales y manejo de emociones, con la finalidad de favorecer una percepción positiva de los estudiantes sobre su propia identidad y aceptación personal.

6. Se recomienda a futuras investigaciones ampliar la muestra a diferentes instituciones educativas y contextos socioculturales, con el fin de comparar los resultados obtenidos, asimismo, se sugiere considerar otras variables psicológicas y sociales relacionadas con el bienestar psicológico, que permitan comprender con mayor profundidad su relación con la inteligencia emocional y fortalecer la evidencia sobre ambas variables.

REFERENCIAS

Álvarez, A., Guzmán, E., Higuera, J., & López, J. (2021). *Metodología de la investigación en enfermería: Elementos para elaborar un proyecto de investigación* (1.ª ed.). Ediciones La Biblioteca. https://doi.org/10.59760/8733385.09

Arbulu, C. (2023). *Definición de método hipotético-deductivo.* ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/374898591_Definicion_de_metodo_hipotetico-deductivo

Arias, J. (2021). *Diseño y metodología de la investigación* (1a ed.). Enfoques Consulting EIRL. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf

Arslan, G. (2023). Psychological well-being and mental health in youth: Technical adequacy of the Comprehensive Inventory of Thriving. *Children, 10*(7), Article 1269. https://doi.org/10.3390/children10071269

Asociación Médica Mundial (AMM, 2024, diciembre*) Declaración de Helsinki de la AMM – Principios éticos para las investigaciones médicas con participantes humanos.* https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/

Bardales, A. V., & Tirado, D. C. (2024). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de Casma - Ancash, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio UPAO. https://hdl.handle.net/20.500.12759/45652

Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence*. Multi-Health Systems. https://web.teaediciones.com/ejemplos/baron_extracto-web.pdf

Bustamante, L. y Guanotasig, F. (2021). *Estudio del modelo teórico de Peter Salovey y John Mayer sobre la inteligencia emocional en estudiantes de básica y bachillerato* [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio de la Universidad Central

del Ecuador. https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/ff7c313d-1e91-4f11-965b-94c0a7e7a5e1/content

Campos, Y. (2021). Técnicas de investigación. *Revista Académica Institucional RAI. Escritos Especializados: Educación, 4*, 1–8. https://rai.usam.ac.cr/index.php/raiusam/article/view/40

Carbajal, O., Vivar, J., Fernández, Y., Matta, C., Mera, G., Vasquez, O., & Quiza, C. (2022). Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT, Huancayo. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, 6*(22), 147-162. https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i22.323

Castillo, R., Mija, Y., & Rivas, G. (2024). Redes sociales y salud mental en adolescentes. *Horizonte Empresarial, 11*(2), 13-22. https://doi.org/10.26495/tpxe8716

Chero, V. (2024). Población y muestra. *International Journal of Interdisciplinary Dentistry, 17*(2), 66. https://doi.org/10.4067/S2452-55882024000200066

Colegio de Psicólogos del Perú (CPP, 2017). *Código de ética y deontología. Colegio de Psicólogos del Perú*. https://www.cpsp.pe/codigo-de-etica-y-deontologia

Cuba, J. M., Huamán, N., Vivas, T., & Córdova, N. (2023). Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública de Lima, Perú. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 13*(26), e436. https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1380

De Juanas, A., Díaz, J., García, F., & Goig, R. (2022). La influencia de la preparación para las relaciones socioafectivas en el bienestar psicológico y la autonomía de los jóvenes en el sistema de protección. *Pedagogia Social Revista Interuniversitaria, 1*(40), 51-66. https://doi.org/10.7179/PSRI_2022.40.03

Dhakar, V., & Kaur, I. (2025). The role of emotional intelligence in psychological well-being among adolescents. International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology.

Díaz, P., Rosario, F., & Estrada, E. (2024). Evidencias psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) en una muestra de adultos mayores peruanos. *Acta Colombiana de Psicología, 27*(1), 97-115. https://doi.org/10.14718/acp.2024.27.1.5

Fernández, P., Vilca, V., Rojas, M. E., Hillpa, M. E., Yana, V. R., & Cabello, R. (2025). Psychometric properties of the TMMS-24 emotional intelligence scale in Peruvian university students. *Frontiers in Psychology, 16,* Article 1611923. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1611923

Flores, C. D., Meza-Cueto, L., Navarro, J., & Lhoeste, Á. (2025). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en niños y niñas víctimas de conflicto armado. SOCIAL REVIEW. *International Social Sciences Review / Revista Internacional de Ciencias Sociales, 13*(2), 167–182. https://doi.org/10.62701/revsocial.v13.5468

Goleman, D. (1997). Emotional Intelligence. New York: Bantam. https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1497901

Gonzales, W. E. (2022). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario I. E. Manuel Vivanco Altamirano, Andahuaylas 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Universidad Autónoma de Ica. https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/2332

Haro, A., Chisag, E., Ruiz, J. y Cicedo, J. (2024). Tipos y clasificación de las investigaciones. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, Asunción, Paraguay, 5*(2), 956-966. https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.1927

Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral, 37*(3), 1-3. https://doi.org/10.5281/zenodo.5169043

Hernández, R., & Mendoza, C. (2023). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (2.ª ed.). McGraw Hill.

López, K. (2021). *Inteligencia emocional y depresión en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de varones de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego. https://repositorio.upao.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/2a8707cc-8a07-42d3-8e31-a7647cbcd3b5/content

Mamani, W. (2021). *Relación de la inteligencia emocional con el bienestar psicológico y el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria en una institución educativa de Ayacucho* [Tesis de posgrado, Universidad Privada Norbert Wiener]. Repositorio de la Universidad Privada Norbert Wiener. https://repositorio.uwiener.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4309e92f-201d-4a6b-a083-161655c34af4/content

Manterola, C. (2023). Estudios de Corte Transversal. Un Diseño de Investigación a Considerar en Ciencias Morfológicas. *International Journal of Morphology, 41*(1), 146-155. http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022023000100146

Martínez, M. (2024). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Ayacucho 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio ULADECH Católica. https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/39102

Ministerio de Salud. (MINSA, 2021, setiembre). *El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*.

https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional

Minga, M. y Condeña, Y. (2025). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria en una institución educativa del distrito de Mariano Melgar, Arequipa* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f4c28880-03bb-4543-9859-88aed10e724f/content

Navarro, J., Mercado, A., Oviedo, D., Nagles, C., & Martínez, I. (2024). Salud mental positiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Multidisciplinaria, 9,* 1-13. https://doi.org/10.62580/ipsc.2024.9.172

Niño de Guzmán, K. C. (2022). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Casullo en adolescentes de dos instituciones educativas de Villa María del Triunfo* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. https://repositorio.autonoma.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/7edb54ef-6292-4ec8-bf3d-c0e964dcb8c0/content

Opuda, A. (2026). Emotional intelligence and psychological wellbeing of adolescent students in Port Harcourt Metropolis. *International Journal of Advanced Research and Learning, 5*(1). https://doi.org/10.5281/zenodo.18298148

Plascencia De la Torre, J. C., De la Torre, C., Medina, M. G., Méndez M. L., & Gómez, C. S. (2024). Inteligencia emocional como factor protector del bienestar psicológico en jóvenes mexicanos. *Revista Ecuatoriana de Psicología, 7*(19), 404–414. https://doi.org/10.33996/repsi.v7i19.131

Quiroz, B. (2025). *Bienestar psicológico y la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de un colegio público, Cañete, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio de la Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/f30fdfa1-9e4c-42d1-aaec-2cd13a1243f8/content

Quisintuña, S., & Gaibor, I. (2024). Bienestar psicológico y autoeficacia académica en adolescentes. *Revista Científica de Salud BIOSANA, 4*(5), 235–245. https://doi.org/10.62305/biosana.v4i5.327

Quisintuña, B., & Gaibor, I. (2024). Bienestar psicológico y autoeficacia académica en adolescentes. *Revista Científica De Salud BIOSANA, 4*(5), 235-245. https://doi.org/10.62305/biosana.v4i5.327

Quispe, J. A. (2023). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas pertenecientes a Lima Metropolitana, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Universidad Autónoma del Perú. https://hdl.handle.net/20.500.13067/3152

Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(6), 1069-1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Sánchez, J. (2013). *EBP: Escala de Bienestar Psicológico* (3ª ed.). Madrid: TEA Ediciones. https://compress-pdf.emapnet.com/

Salazar, C. (2021). *Población, muestra y muestreo*. https://repositorio.usam.ac.cr/xmlui/bitstream/handle/11506/2634/LEC%20MET%200020%202021.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Salazar, P. N. (2025). *Inteligencia emocional y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes de bachillerato* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUCE. https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/45303

Salomão, A. (2024). *El alcance de la investigación: Definición de límites y objetivos*. https://mindthegraph.com/blog/es/scope-in-research/

Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG

Soriano, J. G., & Jiménez, D. (2023). Benefits of emotional intelligence in school adolescents: A systematic review. *Revista de Psicología y Educación, 18*(2), 83–95. https://doi.org/10.23923/rpye2023.02.237

Universidad Norbert Wiener. (1 de abril, 2025). *Manual de procedimientos del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica*. https://www.uwiener.edu.pe/wp-content/uploads/2025/09/Manual-de-procedimientos-del-Comite-Institucional-de-etica-e-integridad-cientifica.pdf

Villanueva, A. (2022). *Análisis psicométrico del TMMS-24 en adolescentes de Trujillo en tiempos de COVID-19* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/104324/Villanueva_SAA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vizcaíno, M., & Maldonado, E. (2024). Relación entre el bienestar psicológico y la ideación suicida en adolescentes escolarizados. *Revista UNIMAR, 42*(2)., 1-12. https://doi.org/10.31948/ru.v42i2.3579

Zambrano, D., León, E., & Criollo, M. (2025). Relación entre la exposición a la violencia y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria. *Fides et Ratio, 30*(30), 21-45. https://doi.org/10.55739/fer.v29i29.172

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
Problema general ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026? Problemas específicos ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y la dimensión control en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026? ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y la dimensión vínculos en	Objetivo general Determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026. Objetivos específicos Establecer la relación entre inteligencia emocional y la dimensión control en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026. Establecer la relación entre inteligencia emocional y la dimensión vínculos en	Hipótesis general Existe relación significativa entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026. Hipótesis específicas Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión control en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026. Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión vínculos en	Inteligencia emocional Dimensiones: -Atención emocional -Claridad emocional -Regulación de las emociones Bienestar psicológico Dimensiones: -Control -Vínculos -Proyectos -Aceptación	Método: Hipotético-deductivo Enfoque: Cuantitativo Tipo: Básica Diseño: No experimental Alcance: Correlacional Corte: Transversal Población: 1417 estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Teresa Gonzales de Fanning. Muestra: 421 estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de educación secundaria, pertenecientes al VII ciclo de la Educación Básica Regular.

estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026? ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026? ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y la dimensión aceptación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026?	estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026. Establecer la relación entre inteligencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026. Establecer la relación entre inteligencia emocional y la dimensión aceptación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.	estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026. Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026. Existe relación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión aceptación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.	Técnica: Encuesta Instrumentos: Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24 de Salovey y Mayer (1990) y Cuestionario de Bienestar Psicológico BIEPS-J de Ryff (1989)

Anexos 2: Instrumentos

CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (TMMS-24)

A continuación, detectará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Por favor, lea atentamente cada expresión y luego indique el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Del mismo modo, señale con un círculo el número que más se aproxime a su respuesta. Tenga en cuenta que no hay respuestas incorrectas o correctas y trate de no emplear mucho tiempo en cada respuesta.

Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

N°	**ITEMS**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
1	Presto mucha atención a los sentimientos.					
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.					
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.					
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.					
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.					
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.					
7	A menudo pienso en mis sentimientos.					
8	Presto mucha atención a cómo me siento.					
9	Tengo claro mis sentimientos.					
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.					
11	Casi siempre sé cómo me siento.					
12	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.					
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.					
14	Siempre puedo decir cómo me siento.					
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.					
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.					
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.					

18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.					
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.					
20	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.					
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.					
22	Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.					
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.					
24	Cuando estoy enfadado intento que se me pase.					

INSTRUMENTO DE BIENESTAR PSICOLOICO (BIEPS-J)

Instrucciones:

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes y marque su respuesta. Las alternativas de respuesta son: De acuerdo / Ni de acuerdo ni en desacuerdo / Estoy en desacuerdo. IMPORTANTE: No hay respuestas buenas o malas, todas sirven. No deje preguntas sin responder. Escriba su respuesta con una cruz "+" o con un aspa "x" en uno de los tres espacios por frase.

Ni De acuerdo	**Ni de acuerdo ni en desacuerdo**	**De acuerdo**
1	2	3

N°	Ítems	**1**	**2**	**3**
1	Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.			
2	Tengo amigos(as) en quienes confiar.			
3	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
4	En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
5	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6	Me importa pensar que haré en el futuro.			
7	Generalmente le caigo bien a la gente.			
8	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9	Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10	Si estoy molesto(a) por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo			
11	Creo que en general me llevo bien con la gente.			
12	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			

Anexo 3: Confiabilidad del instrumento

Tabla 15

Variable inteligencia emocional

Variable/ Dimensiones	α	N
Atención emocional	.803	8
Claridad emocional	.852	8
Regulación de las emociones	.852	8
Inteligencia emocional	.894	24

Tabla 16

Variable bienestar psicológico

Variable/ Dimensiones	α	N
Control	.685	4
Vínculos	.691	3
Proyecto	.728	3
Aceptación	.743	3
Bienestar psicológico	.843	13

Anexo 4: Aprobación del Comité de Ética

Universidad Norbert Wiener

COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 19 de junio del 2026

Autor o autores:
ALBERTO SANTOS SARMIENTO ALDANA

Exp. Nº: 1909-2026

De mi consideración:
Es grato dirigirme a usted para informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica (CIEIC) de la Universidad Privada Norbert Wiener, luego de la evaluación correspondiente, **APRUEBA** el siguiente proyecto de investigación:

Título del proyecto: **Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima metropolitana, 2026**
Versión Nro. 1, aprobada por el asesor en fecha 11/06/2026.

La **APROBACIÓN** otorgada por el CIEIC comprende la verificación del cumplimiento de las buenas prácticas éticas, la adecuada evaluación del balance riesgo/beneficio, la idoneidad del equipo de investigación y la protección de la confidencialidad y manejo de los datos, entre otros aspectos éticos y metodológicos pertinentes.

El autor o autores deberán considerar lo siguiente:

a) La aprobación tiene una vigencia de veinticuatro (24) meses contados desde la fecha de emisión de la presente constancia. Esta vigencia es exclusiva para los procedimientos éticos evaluados y no sustituye ni aplica a trámites administrativos ante otras áreas institucionales, como la Jefatura de Grados y Títulos.
b) Cualquier modificación al proyecto aprobado deberá ser presentada como enmienda ante el CIEIC y no podrá ejecutarse sin aprobación previa.
c) La presente constancia no garantiza la aceptación del estudio por parte de las instituciones donde se proyecte realizar la investigación.
d) Antes de iniciar la ejecución del proyecto, el autor o autores deberán contar, de corresponder, con la carta o constancia de autorización institucional del lugar donde se realizará el estudio y con la validación del instrumento, conforme a la naturaleza y características del proyecto.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta
Presidente
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

Anexo 5: Formato de consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Institución(es):

Universidad Privada Norbert Wiener

Investigador:

Sarmiento Aldana, Alberto Santos

Título de proyecto de investigación:

Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026.

Propósito del estudio:

Un cordial saludo padre, madre o apoderado(a), lo invitamos a que su hijo(a) participe en un estudio llamado "Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026". Este es un trabajo de investigación desarrollado con fines académicos para conocer la problemática emocional y psicológica de los estudiantes y contribuir al fortalecimiento de su bienestar psicológico.

Procedimientos

Si usted decide firmar este consentimiento para que su hijo(a) forme parte de este estudio, se le realizará lo siguiente:

- Se asistirá a las aulas de los estudiantes para informar acerca del propósito de la investigación y las variables estudiadas.
- Posteriormente, se entregará un asentimiento informado para que los estudiantes decidan voluntariamente si desean participar en el estudio.
- A quienes acepten participar se les entregarán los instrumentos de evaluación los cuales son: el Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24 y el Instrumento de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)
- Finalizada la aplicación de los instrumentos, se agradecerá a los estudiantes por su participación y posteriormente el investigador se retirará del aula.

La aplicación de los instrumentos puede demorar aproximadamente unos 10 a 15 minutos. Los resultados de las evaluaciones se almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato de los participantes.

Riesgos:

No se estima ningún riesgo para su hijo(a), sin embargo, algunas preguntas de los instrumentos implican que respondan de acuerdo a su forma de pensar, sentir y actuar, lo que puede generar cierto malestar o incomodad, pero nada de gravedad. De todas formas, es importante especificarle que usted puede negarse a dar su consentimiento o en caso acepte, su hijo(a) es libre de contestar a esas preguntas o no, así como tiene libertad para decidir si desea continuar participando del estudio o no.

Beneficios:

La participación de su hijo(a) representará un importante aporte a la investigación científica, ya que permitirá determinar la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria. Asimismo, contribuirá a una mejor comprensión de las necesidades emocionales de los adolescentes, y los resultados obtenidos podrán servir para promover estrategias de apoyo y fortalecimiento del bienestar psicológico en beneficio de los estudiantes.

Costos e incentivos:

Usted no deberá pagar nada por la participación de su hijo(a), ya que es completamente gratis y sin fines de lucro. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni nada a cambio de su participación.

Confidencialidad:

La investigación se llevará a cabo respetando los derechos humanos de cada estudiante, donde guardaremos la información con códigos numéricos de cada participante. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de usted y de su hijo(a), además, los cuestionarios recolectados no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

Derechos del paciente:

Si su hijo(a) se siente incómodo(a) durante la evaluación, podrá dejar de responder los cuestionarios o retirarse del estudio en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Asimismo, si usted o su hijo(a) tienen alguna inquietud y/o molestia, podrán comunicarse con el investigador Alberto Santos Sarmiento Aldana al número 970 403 001.

Asimismo, si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o si cree que su hijo(a) ha sido tratado(a) injustamente, puede contactar al Comité de Ética para la Investigación de la Universidad Norbert Wiener, presidido por la Mg. Yenny Marisol Bellido Fuentes, al teléfono +51 924 569 790 o al correo electrónico comite.etica@uwiener.edu.pe.

II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente que mi hijo(a) participe en este estudio, asimismo, comprendo la información relacionada con el desarrollo del proyecto y las posibles implicancias de su participación. Entiendo que la decisión de firmar o no el presente consentimiento es totalmente voluntario, y que, aun habiéndolo aceptado inicialmente, puedo retirar a mi hijo(a) del estudio en cualquier momento, sin ningún perjuicio. Finalmente, declaro que recibiré una copia firmada de este consentimiento.



Firma de padres o apoderado	Firma de investigador
Nombres:	Nombres: Alberto Santos Sarmiento Aldana
DNI:	DNI: 10147171

Anexo 6: Asentimiento informado

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA ADOLESCENTES

Estimado(a) estudiante:

Mi nombre es Alberto Santos Sarmiento Aldana, y soy investigador de la Universidad Norbert Wiener. Estoy realizando una investigación titulada: "Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2026", y me gustaría invitarte formar parte de este trabajo de investigación.

¿En qué consiste la investigación?

El estudio tiene como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria. Para ello, se te pedirá que completes dos cuestionarios: el Cuestionario de Inteligencia Emocional TMMS-24 y el Instrumento de Bienestar Psicológico (BIEPS-J). Cada cuestionario tomará aproximadamente 10 a 15 minutos y será completamente confidencial, es decir que tu participación será anónima.

¿Por qué te estamos invitando a participar?

Queremos conocer tu experiencia y percepción sobre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, ya que tu participación nos ayudará a obtener información importante para comprender estas variables y contribuir al desarrollo de estrategias de apoyo en el contexto escolar.

¿Existen riesgos o molestias?

Aunque no se anticipan riesgos graves, puede existir cierta incomodidad o molestia debido a la naturaleza de algunas preguntas, sin embargo, podrás suspender tu participación en cualquier momento sin que esto afecte tu situación académica ni tu relación con los investigadores o la institución.

¿Cuáles son los beneficios de participar?

Tu participación permitirá reflexionar sobre tus propias emociones y bienestar, y contribuirás a generar información que podrá ser útil para el desarrollo de estrategias de mejora del bienestar psicológico en estudiantes.

Confidencialidad:

Tu información será completamente confidencial, donde tus respuestas serán codificadas y no se utilizará tu nombre en ningún informe o publicación. Además, toda la información será almacenada de manera segura y solo será usada para fines académicos.

Voluntariedad:

Es importante resaltar que tu participación es totalmente voluntaria. Puedes decidir no participar o retirarte de la investigación en cualquier momento sin ninguna consecuencia.

Si tienes dudas o preguntas:

Si tienes alguna pregunta sobre la investigación, puedes consultarme en cualquier momento.

Consentimiento:

Si decides participar, completa la información a continuación:

Anexo 7: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

Yo , **Dr. Honorio López Reyna**, identificado(a) con D.N.I. N° **06191791,** en mi calidad de Representante Legal de la empresa: **Institución Educativa Teresa González de Fanning secundaria**,con R.U.C. N°**20331304736** , ubicado en Av. Francisco Javier Mariátegui 1063, distrito de; **Jesús María** provincia y departamento de Lima.

Otorgo la AUTORIZACIÓN, al **Sr. ALBERTO SANTOS SARMNIENTO ALDANA** , identificado(a) con D.N.I. N **10147171**, de la Facultad de ciencias de la salud, del Programa Académico de psicología humana de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A, para que ejecute su investigación titulada "**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA METROPOLITANA 2026**,", dentro de las instalaciones o utilice la información de nuestra empresa; **Institución Educativa Teresa González de Fanning secundaria**,
Asimismo, autorizo expresamente el uso de la información con fines académicos, contribuyendo con la comunidad educativa.

Finalmente, respecto al uso del nombre y/o cualquier distintivo de la **Institución Educativa Teresa González de Fanning secundaria**, se determina:

( ) Mantener en reserva el nombre y/o información sensible y/o cualquier distintivo de la **Institución Educativa Teresa González de Fanning secundaria**
(✓) Autorizo mencionar el nombre y/o información y/o cualquier distintivo de la **Institución Educativa Teresa González de Fanning secundaria**

Lima, 27 de Agosto de 2026

Dr. Honorio López Reyna

Institución Educativa Teresa González de Fanning secundaria
D.N.I.: 06191791

Domicilio Legal: Av. Francisco Javier Mariátegui 1063, Jesús María.
(01) 265-0209 - mesadepartes@tgdefanning.edu.pe

20% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

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

Fuentes principales

16% Fuentes de Internet
6% Publicaciones
15% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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

Fuentes principales

16% Fuentes de Internet
6% Publicaciones
15% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

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

1 Internet
repositorio.uwiener.edu.pe 5%

2 Internet
repositorio.uladech.edu.pe 2%

3 Internet
repositorio.unfv.edu.pe 2%

4 Trabajos entregados
POSGRADO on 2025-11-15 <1%

5 Internet
repositorio.ucv.edu.pe <1%

6 Internet
hdl.handle.net <1%

7 Internet
repositorio.autonoma.edu.pe <1%

8 Internet
repsi.org <1%

9 Internet
repositorio.ucss.edu.pe <1%

10 Internet
repositorio.puce.edu.ec <1%

11 Trabajos entregados
Universidad Católica San Pablo on 2024-05-03 <1%