Universidad Continental

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

Relación entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC, Arequipa-2021

Ericka Maribel Miranda Medina

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Arequipa, 2022

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital

Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

Dedicatoria

Dedico esta tesis a Dios por haber iluminado mi camino hasta ahora, a mi familia por apoyarme en todo momento, por motivarme constantemente a alcanzar mis sueños y metas. Y sobre todo a ti, que me ayudaste y estuviste conmigo hasta donde te era posible e incluso más que eso, gracias.

Agradecimientos

Primeramente, agradezco a la Universidad Continental por abrirme sus puertas y permitirme formar parte de ella, por las oportunidades brindadas en todos estos años

Agradezco a mis maestros que con su gran dedicación forjaron en mí a una gran profesional y por los conocimientos transmitidos.

A mi madre Maribel y a mi hermana Erín que fueron las principales promotoras durante todo este proceso.

Al Instituto CIMAC por permitirme realizar mi investigación con su alumnado.

A mi asesora de tesis, la Mag. Maria Laura Herrera Falcón que ha sido mi mano derecha y mi guía en la elaboración del presente trabajo.

Resumen

La presente investigación se planteó como objetivo determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC en la ciudad de Arequipa. La muestra estuvo compuesta por 245 estudiantes de ambos sexos. Se consideraron como variables de estudio la inteligencia emocional y la resiliencia con sus respectivas dimensiones: de inteligencia emocional (intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general) y de resiliencia (confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo). El estudio tuvo un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo correlacional con un diseño no experimental. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de inteligencia emocional Ice de BarOn y la escala de resiliencia de Wagnild y Young. Para obtener los resultados se utilizaron como estadísticos las tablas de contingencia, rho de Spearman y alfa de Cronbach. Entre los resultados se halló un rho de Spearman a 0.105; asimismo, reportó un p valor mayor del 5 %, lo cual indica que existe una correlación positiva escasa o nula entre ambas variables de análisis. De esta manera, se concluye que la inteligencia emocional no se relaciona con la resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC, Arequipa-2021, con un p valor mayor de 0.05.

Palabras clave: inteligencia emocional, resiliencia, emociones, control de impulsos, adversidad, superación, confianza en sí mismo.

Abstract

The objective of this research is to determine the relationship between emotional intelligence and resilience in students of the CIMAC Institute in the city of Arequipa. The sample consisted of 245 students of both sexes. Emotional intelligence and resilience with their respective dimensions of emotional intelligence (intrapersonal, interpersonal, adaptability, stress management and general mood) and the dimensions of the variable resilience (self-confidence, equanimity, perseverance, personal satisfaction and feeling good alone) were considered as study variables. The study had a quantitative approach of a descriptive correlational type with a non-experimental design. The instruments used were BarOn's Ice Emotional Intelligence Inventory and Wagnild and Young's resilience scale. Contingency tables, Spearman's Rho and Cronbach's alpha were used as statistics to obtain the results. Among the results, Spearman's Rho was found to be 0.105, it also reported a p value greater than 5%, which indicates that there is little or no positive correlation between both variables of analysis, thus concluding that emotional intelligence is not related to resilience in students of the CIMAC Institute, Arequipa-2021, with a p value greater than 0.05.

Keywords: Emotional intelligence, resilience, emotions, impulse control, adversity, self-improvement, self-confidence.

Índice

Dedicatoria ii

Agradecimientos iii

Resumen iv

Abstract v

Índice vi

Índice de tablas ix

Índice de figuras x

Introducción xi

Capítulo I Planteamiento del estudio 1

1.1. Planteamiento y formulación del problema 1

1.1.1. Problema general 3

1.1.2. Problemas específicos 3

1.2. Objetivos 4

1.2.1. Objetivo general 4

1.2.2. Objetivos específicos 4

1.3. Justificación 4

1.4. Hipótesis 6

1.4.1. Hipótesis general 6

1.4.2. Hipótesis específicas 6

1.5. Variables 6

Capítulo II Marco teórico 11

2.1 Antecedentes 11

2.1.1 Antecedentes internacionales 11

2.1.2 Antecedentes nacionales 14

2.1.3 Antecedentes regionales 17

2.2. Bases teóricas 17

2.2.1. Inteligencia emocional 17

2.2.2. Inteligencia 18

2.2.3. Las emociones 20

2.2.4. Resiliencia 25

2.2.5. Inteligencia emocional y resiliencia 32

2.3. Definición de términos 33

Capítulo III Diseño metodológico 34

3.1. Método y alcance de la investigación 34

3.2. Tipo de investigación 34

3.3. Diseño de investigación 34

3.4. Población y muestra 34

3.4.1 Población 34

3.4.2. Muestra 34

3.6. Aspectos éticos 35

3.7. Técnica 35

3.8. Instrumentos 36

3.9. Estrategia de análisis de la información 39

Capítulo IV Resultados y discusión 40

Discusión 55

Conclusiones 57

Recomendaciones 58

Referencias 59

ANEXOS 64

ANEXO 1. Matriz de consistencia.....65

ANEXO 2: Consentimiento informado de participación de investigación.....67

ANEXO 3: Solicitud de permiso 68

ANEXO 4: Aceptación de proyecto de investigación 69

ANEXO 5: Aprobación del Comité de Ética.....70

ANEXO 6: Inventario de inteligencia emocional Ice de BarOn.....71

ANEXO 7: Escala de resiliencia de Wagnild y Young 75

ANEXO 8: Alfa de Cronbach aplicada a la muestra de estudio.....76

Índice de tablas

Tabla 1. Operacionalización de la variable inteligencia emocional……...7

Tabla 2. Operacionalización de la variable resiliencia……..9

Tabla 3. Niveles o categorías de la escala resiliencia 38

Tabla 4. Análisis de consistencia de los instrumentos 38

Tabla 5. Evaluación de la normalidad con la prueba de Kolmogorov-Smirnov 40

Tabla 6. Correlación entre la inteligencia emocional y resiliencia 41

Tabla 7. Distribución y porcentajes de inteligencia emocional 42

Tabla 8. Distribución y porcentajes de la resiliencia 43

Tabla 9. Correlación entre la variable inteligencia emocional y las dimensiones de la variable resiliencia 44

Tabla 10. Correlación entre la variable resiliencia y las dimensiones de la variable inteligencia emocional 48

Tabla 11. Distribución y porcentajes de la carrera y sexo según la edad de la muestra de estudio.. 52

Índice de figuras

Figura 1. Dispersión Simple de Resiliencia por Inteligencia emocional en la muestra de estudio. 41

Figura 2. Diagrama de barras de la variable inteligencia emocional en la muestra de estudio 42

Figura 3. Diagrama de barras de la variable resiliencia en la muestra de estudio 43

Figura 4. Dispersión simple de confianza de sí mismo por inteligencia emocional 45

Figura 5. Dispersión simple de ecuanimidad por inteligencia emocional 45

Figura 6. Dispersión simple de perseverancia por inteligencia emocional 46

Figura 7. Dispersión simple de satisfacción personal por inteligencia por inteligencia emocional 46

Figura 8. Dispersión simple de sentirse bien solo por inteligencia emocional 46

Figura 9. Dispersión simple de intrapersonal por resiliencia 49

Figura 10. Dispersión simple de interpersonal por resiliencia 49

Figura 11. Dispersión simple de adaptabilidad por resiliencia 50

Figura 12. Dispersión simple de manejo de estrés por resiliencia 50

Figura 13. Dispersión simple de estado de ánimo general por resiliencia 51

Figura 14. Diagrama de barras de la edad según la carrera en la muestra de estudio 53

Figura 15. Diagrama de barras del sexo según la carrera en la muestra de estudio 53

Figura 16. Diagrama de barras de las carreras profesionales de la muestra de estudio 54

Introducción

El presente estudio tiene como tópicos principales la inteligencia emocional y la resiliencia. La primera se define como la capacidad de tener un reconocimiento y dominio de las propias emociones y las de los demás; y la resiliencia, como la capacidad de sobreponerse ante diferentes dificultades a lo largo de la vida.

Las emociones desempeñan un papel significativo en la vida de las personas, pero a menudo se pasan por alto. Entender cómo surgen las emociones, entender los sentimientos y comprender cómo se sienten los demás es esencial para interactuar con el mundo; sin embargo, dar inteligencia a las emociones es una tarea difícil. La conciencia, la autogestión, la empatía y la gestión de las relaciones sociales son habilidades personales que deben utilizarse para ser emocionalmente inteligentes (Goleman, 1998).

La gestión emocional requiere la interacción continua de los procesos psicológicos. Una persona con inteligencia emocional elevada es capaz de controlar sus emociones, lo que conlleva una mejor resolución de conflictos y una adecuada adaptación a su entorno. Conocer el funcionamiento de las emociones le ayuda a controlar los impulsos y a tomar acciones que promuevan el bienestar social, familiar y académico.

La resiliencia se define como la capacidad de superar con éxito la adversidad, ayuda a desarrollar las habilidades necesarias para hacer frente a la adversidad en la vida. El ser resiliente aborda los problemas de una manera nueva, con una mente abierta y una voluntad de aprender.

Piaget (1995) mencionó que el ingreso de una persona a la vida adulta es una característica esencial en la etapa de la adolescencia. La conversión de los jóvenes a la adultez supone un proceso amplio que involucra aspectos como la participación laboral, la participación social y el proceso de liberación de la familia (Cobb & Alwell, 2009). Sin

embargo, no todo el mundo tiene esta oportunidad, ya que muchas personas son abandonadas ya sea por uno de los padres o ambos; esto complica la formación de la personalidad de una persona joven, limitando su desarrollo. Algunos jóvenes sin cuidado parental viven en entornos desfavorables, como la pobreza, la marginalización, la desintegración familiar, la muerte de los progenitores, las drogas y la falta de acceso a la educación, la salud y el desarrollo económico, lo que los pone en riesgo; pero si una persona con alguna o muchas de estas condiciones actúa con resiliencia, puede llegar a tener éxito. Todos los aspectos contraproducentes mencionados anteriormente pueden causar conflictos psicológicos y una baja autoestima; los jóvenes podrían experimentar problemas de conducta, agresión, depresión, reacciones psicosomáticas, déficit de atención, problemas académicos, hiperactividad y otras dificultades (Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables [MIMP], 2012).

La falta de acciones de seguimiento en el Perú es evidente durante la transición de los adolescentes sin cuidado parental a la edad adulta, debido a que no cuentan con una red de apoyo social; su manejo de historia de vida personal se verá afectado, por lo que encuentran dificultades para establecer una relación de pareja. Añadido a esto, tienen relaciones interpersonales débiles en los centros de trabajo y en los centros de educación superior.

Por tanto, Salovey et al. (1999, citados en Rey & Extremera, 2012), en su investigación sobre la inteligencia emocional y resiliencia, consideraron que el empleo inteligente de las emociones es primordial para la adaptación física y psicológica. Por otro lado, la segunda variable propuesta en este estudio es la resiliencia, que se considera un factor positivo de la personalidad, la capacidad de destacarse, fortalecerse y transformarse en una mejor persona, aun en situaciones hostiles que puedan afectarlo (Wagnild & Young, 1993). Según Cyrulnik (2007), la resiliencia es construida con base en la interacción con el entorno social, ya que no se logra ser resiliente por sí solo.

En el Capítulo I, se realiza el planteamiento y formulación del problema, especificando el problema general y los problemas específicos. Del mismo modo, se encuentran los objetivos, general y específicos; la justificación, y las hipótesis, tanto general como específicas.

En el Capítulo II, se presenta el marco teórico a partir de los antecedentes, por lo que se toman cuenta investigaciones internacionales, nacionales, locales y regionales; luego, se continúa con las bases teóricas de inteligencia emocional, inteligencia y resiliencia, para posteriormente desarrollar la definición de términos.

En el Capítulo III, se expone el marco metodológico, que incluye el tipo de investigación, diseño, población, muestra, análisis de datos, las técnicas e instrumentos, así como la ficha técnica de los instrumentos utilizados.

En el Capítulo IV, se desarrolla el resultado, discusión, conclusiones y las recomendaciones, de acuerdo con el objetivo planteado en la investigación. Del mismo modo, se prueban las hipótesis, y se finaliza con la interpretación de cada figura y tabla.

En esta investigación se pretende indagar sobre la relación que existe entre inteligencia emocional y resiliencia; el estudio se limita únicamente a la sede principal, mas no a las sucursales del Instituto.

Capítulo I
Planteamiento del estudio

1.1.Planteamiento y formulación del problema

A nivel mundial, la falta de inteligencia emocional hace que se generen infinidad de problemas sociales tales como asesinatos, violaciones, y agresiones tanto físicas como verbales, las cuales se ven en la televisión, los periódicos y las redes sociales, sin distinción de la posición económica. La sociedad, en general, culpa al sistema de la mayoría de estos actos inescrupulosos que se viven día a día, pero no toman en cuenta que estas situaciones son provocadas por la falta de reconocimiento, descontrol emocional y carencia de empatía.

Goleman (1998), el experto en inteligencia emocional, mencionó que la mayoría de veces se deja de lado la inteligencia emocional y solamente se toma en cuenta la inteligencia, es decir, el coeficiente intelectual, lo cual implica que el tema emocional pase a un segundo lugar. Muchas personas piensan que lo más importante es ser inteligente, poder obtener un buen puesto de trabajo y ganar un buen sueldo, pero no es así; las personas que realmente logran alcanzar el éxito poseen un cociente intelectual promedio y niveles elevados de inteligencia emocional por lo que se concluye que ambas son significativas.

Ese énfasis que únicamente se le pone al coeficiente intelectual se remonta a inicios de la vida escolar, donde los padres de familia y los profesores muestran mayor preocupación por las calificaciones, ignorando así las necesidades emocionales de los niños; no comprenden que la falta de control y regulación emocional puede contribuir a futuras conductas desadaptativas durante su desarrollo (BiiA LAB, 2017).

Para poder decir en algún momento que uno es emocionalmente inteligente, se tiene que haber pasado por una serie de pasos, ya que la inteligencia emocional no solamente incluye el tema emocional, sino infinidad de constructos que se van mejorando y adaptando a la vida diaria, desde el autoconocimiento hasta las habilidades sociales.

Se podría decir que los seres humanos son razón y emoción, se tiene la opción de seguir al corazón o de hacer caso a lo que el cerebro racional dice. La relación de ambos determina cómo serán las personas e influye claramente en la forma en la que uno se desenvuelve en el mundo (Nóstica, 2020).

Según Mayer y Salovey (1993, citados en Ugarriza, 2001), la inteligencia emocional es un subconjunto que abarca la habilidad de poder supervisar y orientar la propia emotividad y la de otras personas, incluyendo la capacidad de distinguir entre ellas, de modo que sea beneficioso para uno mismo y para la cultura a la que uno pertenece.

Es por ello que los estudiantes tienen que empezar a ser conscientes de la importancia de la inteligencia emocional, de poseer un reconocimiento de sus emociones y de los demás, desarrollando así empatía y asertividad en algunos casos.

De acuerdo con Villalba (2003), la resiliencia implica afrontar las situaciones difíciles y alcanzar los objetivos a pesar de estar en grave peligro; igualmente, la define como la capacidad de competir bajo presión. Dado el contexto educativo, los estudiantes demuestran defectos significativos en su capacidad para gestionar sus emociones y utilizarlas para enfrentarse a los conflictos personales, lo que demuestra una falta de resiliencia.

Se debe tener en cuenta que ambas variables son relevantes en el contexto actual. En este sentido, la investigación permite a la institución conocer las dificultades y

deficiencias que los estudiantes muestran al momento de gestionar sus emociones y de sobreponerse ante situaciones estresantes.

Por lo tanto, este estudio pretende recopilar datos precisos sobre la capacidad competitiva social y emocional, ya que actualmente uno de los objetivos primordiales de la enseñanza para ayudar a garantizar en los estudiantes un mayor alcance de la competencia individual, un trato entre personas, y que culturalmente sigan desarrollándose para el beneficio de ellos mismos y de la sociedad.

1.1.1. Problema general

- ¿Cuál es la relación que existe entre inteligencia emocional y resiliencia, en estudiantes del Instituto CIMAC?

1.1.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del Instituto CIMAC?
- ¿Cuál es el nivel de resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC?
- ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones confianza de sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo, de la variable resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC?
- ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general, de la variable inteligencia emocional en estudiantes del Instituto CIMAC?

1.2.Objetivos

1.2.1. Objetivo general

- Determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC.

1.2.2. Objetivos específicos

- Establecer el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del Instituto CIMAC.
- Establecer el nivel de resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC.
- Describir la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones confianza de sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo, de la variable resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC.
- Describir la relación entre resiliencia y las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general, de la variable inteligencia emocional en estudiantes del Instituto CIMAC.

1.3. Justificación

En la actualidad, el término inteligencia emocional ha cobrado mayor importancia en el área organizacional y educativa, lo que permite que se tome en consideración para su estudio en otras áreas. Goleman (1998) lo definió como la capacidad de reconocer los sentimientos propios y de los demás, de poder motivarnos y de manejar apropiadamente las relaciones.

Desde que los niños empiezan a crecer y asisten a la escuela, lo único que se enfatiza es el aprendizaje de las asignaturas según el grado en el que se encuentren, pero no se les enseña lo importante que es exteriorizar lo que sienten de una manera adecuada (Goleman, 1998).

Shapiro (citado en Hervas y Panduro, 1998), en su investigación titulada *La inteligencia emocional de los niños*, indicó que las personas desarrollan con frecuencia características emocionales y habilidades sociales necesarias para desenvolverse, generando personas responsables, valiosas y alegres.

En consecuencia, la investigación justifica que es necesario indagar los indicadores y aspectos que contribuyen al desarrollo de la inteligencia emocional, permitiendo a los individuos desenvolverse eficazmente en su trabajo cotidiano y poder tomar inteligentemente decisiones de vida. Además, es preciso determinar la importancia de la resiliencia en los estudiantes corroborando mediante pruebas empíricas la relación de la inteligencia emocional y resiliencia.

La investigación es significativa debido al contexto actual y el respaldo del marco teórico utilizado y la metodología empleada sobre la resiliencia y la inteligencia emocional de los estudiantes. Además, los resultados permitirán a futuros investigadores especializados en psicología y educación desarrollar nuevos estudios que relacionen la inteligencia emocional y resiliencia.

En la investigación, se utilizan técnicas e instrumentos que son válidos y confiables, y permiten tomar en consideración esta investigación como antecedente para nuevos estudios.

A nivel práctico, en el contexto de la Institución CIMAC, se recabó la información a través de instrumentos sobre la inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes, con el propósito de desarrollar en un futuro programas que permitan ayudar a los estudiantes a aumentar estos niveles, a través de la educación de sí mismos y de sus profesores sobre la importancia de estas capacidades, contribuyendo así al éxito y al desarrollo de individuos capaces de enfrentarse a las dificultades y superar la adversidad.

1.4.Hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

- Existirá una relación estadísticamente significativa entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC.

1.4.2. Hipótesis específicas

- El nivel de inteligencia emocional se encontrará por debajo del promedio en los estudiantes del Instituto CIMAC.
- El nivel de resiliencia se encontrará por debajo del promedio en los estudiantes del Instituto CIMAC.
- Existirá una relación significativa entre inteligencia emocional y las dimensiones confianza de sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo, de la variable resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC.
- Existirá una relación significativa entre resiliencia y las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general, de la variable inteligencia emocional en estudiantes del Instituto CIMAC.

1.5.Variables

En las Tablas 1 y 2 se aprecia la operacionalización de la variable inteligencia emocional y resiliencia.

Tabla 1
Operacionalización de la variable inteligencia emocional.

Dimensiones	Indicadores	N.º de ítem	Escala de medición	Niveles y rangos
Intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismo Asertividad Autoconcepto Autorregulación Independencia	7, 9, 23, 35, 52, 63, 88, 116	Escala	Capacidades emocionales y sociales muy bien desarrolladas: 16-17 Capacidades emocionales bien desarrolladas: 14-15 Capacidades emocionales y sociales adecuadas: 11-13 Requiere mejorar considerablemente: 9-10 Niveles de progreso intensamente bajos: 6-8
Interpersonal	Empatía Relaciones interpersonales Responsabilidad social	22, 37, 67, 82, 96, 111 126	Ordinal	Capacidades emocionales y sociales muy bien desarrolladas: 12 Capacidades emocionales bien desarrolladas: 10-11 Capacidades emocionales y sociales adecuadas: 8-9 Requiere mejorar considerablemente: 6-7 Niveles de progreso intensamente bajo: 4-5
Adaptabilidad	Solución a problemas La prueba de realidad	11, 24, 40, 56, 70, 85 100, 114, 129	Nivel	Capacidades emocionales y sociales muy bien desarrolladas: 19-20

	Flexibilidad			Capacidades emocionales bien desarrolladas: 17-18 Capacidades emocionales y sociales adecuadas: 14-16 Requiere mejorar considerablemente: 12-13 Niveles de progreso intensamente bajo: 9-11
Manejo de Estrés	Tolera al estrés	6, 21, 36, 51, 66, 81, 95	Politómica	Capacidades emocionales y sociales muy bien desarrolladas: 24-25
	Control de impulso	110, 125		Capacidades emocionales bien desarrolladas: 21-23 Capacidades emocionales y sociales adecuadas: 18-20 Requiere mejorar considerablemente: 15-17 Niveles de progreso intensamente bajo: 12-14
Estado de ánimo general	Felicidad	3, 19, 32, 48, 92, 107		Capacidades emocionales y sociales muy bien desarrolladas: 26-28
	Optimismo	121		Capacidades emocionales bien desarrolladas: 23-25 Capacidades emocionales y sociales adecuadas: 20-22 Requiere mejorar considerablemente: 17-19 Niveles de progreso intensamente bajo: 13-16

Tabla 2
Operacionalización de la variable resiliencia

Dimensiones	Indicadores	N.º de ítem	Escala e índice	Niveles y rangos
Confianza de sí mismo	Destreza para creer en sí mismo	6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24	Escala: Ordinal	Alta: 71-100 Tendencia alta: 55-70 Media: 37-54 Tendencia intermedia: 26-36 Baja: 3-25
Ecuanimidad	Perspectiva de balanceamiento sobre la vida y experiencia	7, 8, 11 y 12		Alta: 71-100 Tendencia alta: 55-70 Media: 37-54 Tendencia intermedia: 26-36 Mínima: 3-25
Perseverancia	Persistencia ante la adversidad Deseo enérgico de autodisciplina y logro	1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23	Niveles: Politómica	Alta: 71-100 Tendencia alta: 55-70 Media: 37-54 Tendencia intermedia: 26-36

			Mínima: 3-25
Satisfacción personal	Comprensión sobre el significado de la vida	16, 21, 22 y 25	Alta: 71-100 Tendencia alta: 55-70 Media: 37-54 Tendencia intermedia: 26-36 Mínima: 3-25
Sentirse bien solo	Significado sobre la libertad y que somos únicos, importantes.	3,5 y 19	Alta: 71-100 Tendencia alta: 55-70 Media: 37-54 Tendencia intermedia: 26-36 Mínima: 3-25

Capítulo II
Marco teórico

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes internacionales

Céspedes (2021), en su investigacion *La resiliencia y la inteligencia emocional en los estudiantes de tercer año de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Joaquín Arias del cantón San Pedro de Pelileo*, tuvo como objetivo principal examinar la correlación de la resiliencia y la inteligencia emocional en los alumnos de tercer año de bachillerato general. El enfoque de dicho estudio fue cuanti-cualitativo y de nivel descriptivo correlacional; la técnica aplicada fue un test a los alumnos y encuesta a los docentes. Los resultados estipularon fortificar la resiliencia e inteligencia emocional de los estudiantes, con diferentes tácticas para poder así llegar a tener un bienestar personal, concentrándose en el entendimiento de sus habilidades y el uso adecuado de su tiempo; en cuanto a emociones, fomentar las dimensiones de atención y claridad emocional.

Díaz y Rendos (2019), en su estudio "Rendimiento académico y la inteligencia emocional en jóvenes que oscilaban entre los 16 y 18 años", se planteó como propósito conocer la conexión actual entre las variables descritas y las diferencias según el sexo en estudiantes que pertenencen a escuelas privadas y públicas en la ciudad de Panamá, con una muestra de 156 estudiantes: 50 hombres y 106 mujeres. El instrumento empleado fue el Tmms-24 para evaluar todo lo referente a inteligencia emocional; observando, a su vez, los rendimientos acádemicos utilizados en los registros generales de promedios. El resultado indica que no se encontró una correlación reveladora sobre las variables identificadas,

en lo que refiere a la diferencia de sexo; se descubrió que los varones presentaron un mejor conocimiento emocional y que las mujeres tienen más avanzada la percepción emotiva.

Caicedo y Mosquera (2019), en su investigacion *Fortalecimiento de la inteligencia emocional con el fin de optimizar la conducta resiliente en las familias y estudiantes del grado sexto D, pertenecientes a la Institución Educativa Don Bosco, del municipio de Popayán*, se plantearon como objetivo mejorar los niveles de inteligencia emocional mediante tácticas de percepción, expresión emocional, regulación emocional y empatía, con el propósito de mejorar las conductas resilientes en los estudiantes y sus familias. El tipo de investigación fue interventivo descriptivo, lo cual permitió dar a conocer las insuficiencias afectivas de los estudiantes y sus padres.

Sánchez (2019) realizó la investigacion titulada "Análisis de la inteligencia emocional y la resiliencia como motor para su desarrollo", en la cual tuvo como objetivo analizar el avance del constructo de inteligencia emocional, resiliencia y sus alcances en el ámbito corporativo. Concluyó que ser emocionalmente inteligente se considera como una destreza básica para un progreso exitoso en el trabajo; sin embargo, no poseer esta capacidad de manera innata no representa que sea definitivo, ya que es posible acrecentarla si se trabaja en ello. La inteligencia emocional no es la única que tiene notabilidad en este ámbito; la resiliencia tiene un papel primordial en el ambiente organizacional. El vínculo que preexiste entre las dos variables es brindado por el papel alentador que despliega la resiliencia en la inteligencia emocional.

Friere (2017), en su investigación *La resiliencia y las relaciones interpersonales en los estudiantes de décimo año de educación general básica de la Unidad Educativa "Rumiñahui" de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua*, se planteó como objetivo principal analizar la resiliencia y su influencia en las relaciones interpersonales. La metodología empleada fue el enfoque cualitativo, exploratorio, descriptivo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes del décimo año y 15 docentes. Se concluyó que no se tiene desarrollada la resiliencia en los alumnos; del mismo modo, no se tomó en cuenta el tema de la resiliencia, ya que todo docente se limitó a dar lección sobre el contenido académico en general, sin dar relevancia a cómo potenciar de manera individual y general a un estudiante que ejerce un aprendizaje, pues esto genera que cualquier adolescente no desarrolle relaciones intrapersonales adecuadas, observando una impropia relación entre los docentes y estudiantes. Finalmente, se determinó que los estudiantes materia de ensayo tienen un nivel bajo de resiliencia, que fue demostrado por el 69 % de alumnos, de lo que se deduce que todos los estudiantes tienen una baja capacidad para poder enfrentar situaciones adversas y superarlas; ejemplo de ello son los graves traumas familiares, la muerte, la desunión de los padres, la pérdida de años, el embarazo no deseado, entre otros.

Rodríguez (2014), en su investigación *Resiliencia e inteligencia emocional y su influencia en la calidad de vida de mujeres con cáncer de mama integrantes de la organización ASOLCCAN, Estelí, marzo-septiembre, 2013*, se planteó como objetivo general conocer la influencia de la resiliencia e inteligencia emocional en la calidad de vida y la percepción de mujeres con cáncer de mama.

Se utilizó el enfoque cuantitativo. Se halló como conclusión que ambas variables tienen influencia sobre la calidad de vida de las mujeres con cáncer.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Roque (2020), en su investigación *Relación entre resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de un centro preuniversitario privado de Lima Metropolitana-2020*, tuvo como objetivo establecer la relación entre resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes. Se manejó el diseño descriptivo-correlacional, ya que midió la relación entre la resiliencia mediante la Escala de Resiliencia (ER) y la inteligencia emocional, a través del Trait Made Mood Scale. La muestra estuvo compuesta por 152 estudiantes preuniversitarios: 79 mujeres y 73 varones. Se concluyó que entre ambas variables existe una correlación significativa moderada y positiva. Del mismo modo, entre resiliencia y las dos dimensiones de la inteligencia emocional se encontraron correlaciones significativas moderadas negativas; sin embargo, con la dimensión de atención emocional se consiguió una correlación significativa débil y positiva.

Estrada (2020), en su investigacion titulada “Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado”, se planteó como objetivo implantar la correlación que hay entre inteligencia emocional y resiliencia. El enfoque del estudio fue cuantitativo, con un diseño no experimental y de tipo correlacional. La muestra estuvo conformada por 93 estudiantes del quinto grado de educación secundaria, a quienes se les aplicó dos instrumentos: el Inventario de Inteligencia Emocional y el Inventario de Factores Personales

de Resiliencia. Los resultados mostraron que el 55,9 % de los alumnos posee una inteligencia emocional parcialmente desarrollada, el 43 % muestra niveles moderados de desarrollo de resiliencia, y se halló estadísticamente que existe una relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia. El estudio concluyó que mientras más elevados sean lo niveles de desarrollo de inteligencia emocional, sus niveles de resiliencia serán considerables.

Yslado et al. (2019), en la investigación titulada "Vivencias en el proceso de institucionalización e inteligencia emocional en niños y adolescentes: diferencias según variables sociodemográficas", se plantearon como objetivo describir y conocer los contrastes de los puntajes obtenidos en inteligencia emocional (IE) y sus dimensiones de los niños, niñas y adolescentes de 7 a 18 años, según tiempo de permanencia, edad y sexo. El estudio fue descriptivo-comparativo y transversal. Los instrumentos utilizados fueron un cuestionario, la guía de grupo focal y el inventario de inteligencia emocional Bar-On ICE: NA. En los resultados se encontraron que la mayoría de los niños, niñas y adolescentes obtuvieron puntajes inferiores en inteligencia emocional.

Benites (2019), en su investigacion *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de 5º de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Chorrillos en el año 2017*, se planteó como objetivo establecer la correlación entre las variables inteligencia emocional y resiliencia. El diseño de investigación fue correlacional. La muestra constó de 66 estudiantes; se emplearon como instrumentos de investigación el Inventario Emocional Bar On ICE: NA - Completo y la Escala de

Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados mostraron que sí existe relación significativa-moderada entre las variables resiliencia e inteligencia emocional.

Zúñiga (2018), en su estudio *El nivel de inteligencia emocional de las estudiantes del "Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Naciones Unidas". Lima, 2018*, se planteó como objetivo descubrir los niveles de inteligencia emocional de los alumnos. La muestra estuvo compuesta por 66 estudiantes. El instrumento aplicado fue el ICE de BarOn. Se determinó un nivel ascendente a 74,2 % en cuanto a la inteligencia emocional, encontrándose por debajo de lo normal la adaptación y el estrés.

Alvarado (2015), en su estudio “Efecto de un programa basado en la inteligencia emocional para la mejora de la resiliencia en alumnos del quinto grado de secundaria en situación de pobreza”, tuvo como propósito principal evaluar el efecto de un programa asentado en la inteligencia emocional para mejorar la resiliencia en los estudiantes. Su investigación fue experimental. Se empleó un test dirigido hacia 84 alumnos de dos secciones, una compuesta por 45 alumnos y otra por 39 alumnos. El resultado mostró una mejora en cuanto a los niveles de resiliencia en los estudiantes. El primer análisis logró demostrar que los varones tenían un nivel de 91 % bajo de resiliencia; por otro lado, las mujeres contaban con un 79 % en cuanto a los niveles inferiores de resiliencia. En el segundo análisis, se logró ver que la población de 74 % de varores y 93 % de mujeres tuvo un índice elevado de resiliencia. Finalmente, se encontraron las diferencias estadísticamente significativas entre los resultados del pretest y postest hallados.

2.1.3 Antecedentes regionales

Mamani y Valle (2018), en su investigación *Inteligencia emocional, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del quinto año de secundaria en el distrito de Arequipa*, se plantearon como objetivo determinar la relación existente entre inteligencia emocional y los hábitos de estudio con el rendimiento académico. El enfoque fue cuantitativo y de tipo descriptivo correlacional; la investigación es de diseño no experimental. La muestra, no probabilística, estuvo compuesta por 240 estudiantes. El instrumento empleado fue el ICE de BarOn y los hábitos de estudio fueron evaluados con el Casm – 85. Por último, el rendimiento academico fue evaluado por las notas. En el resultado obtenido se identificó que sí existe una relación directa en cuanto a las tres variables.

En cuanto a investigaciones regionales sobre la resiliencia, no se encontraron antecedentes.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Inteligencia emocional

Daniel Goleman (1998) definió la inteligencia emocional como la habilidad de poder tener un reconocimiento de las propias emociones y sentimientos, así como la capacidad de automotivarse y mantener relaciones sociales adecuadas.

Las funciones que los primeros seres humanos poseían de supervivencia eran realmente primitivas, y se encontraban basadas en respuestas sencillas y elementales para poder mantenerse con vida. Es por eso que el tallo encefálico se ocupa de controlar la función básica de los cuerpos humanos (Pradas, 2018).

Según Díaz (2014), Reuven BarOn, creador del Inventario de inteligencia emocional, señaló que la inteligencia emocional es hacer mención de la capacidad de controlar cualquier emoción, permitiendo que toda persona sea más eficaz y eficiente al tener éxito en las diversas fases de la vida.

El término inteligencia emocional preexiste como una correlación inmediata sobre el sistema inmunológico y los estados de ánimo que dejan comprender la gran importancia que tiene el tema emocional en cuanto a la salud física (Guevara, 2011).

De acuerdo con Dueñas (2002), el hecho de poseer un adecuado autocontrol de las emociones está relacionado con el autocontrol de las personas para no dejarse llevar por sus impulsos.

2.2.2. Inteligencia

Ardila (2011) indicó que los seres humanos evolucionaron a lo largo de la historia; llamó inteligencia al hecho de poder solucionar problemas, de poseer un ajuste a las demandas del ambiente, y a razonar.

Charles Spearman (citado en Vergara, 2020) acuñó el término de factor de inteligencia general. Este autor describe con sus investigaciones que las inteligencias pueden medirse y expresarse númericamente como la capacidad cognitiva en general (Vergara, 2020).

La inteligencia es uno de los constructos con mayor controversia en el campo de la psicología; algunos autores la definen como aquella habilidad que es notable y única, mientras que otros sugieren un concepto más amplio como aquella que cubre una variedad de habilidades e inclusive talentos en mucho de los casos. Es entonces donde se la puede definir como aquellas destrezas

cognitivas en general, es decir, se hace referencia a la resolución de conflictos y problemas, el razonamiento y también a la manera de pensar abstracta; incluye el hecho de entender ideas complicadas, lograr conocimiento, aprender e instruirse a través de la experiencia, el hecho de poder adaptarse a un nuevo y cambiante entorno. Del mismo modo, implica variedad de procesos, yendo desde el razonamiento hasta la destreza espacial y matemática (Vergara, 2020).

El concepto de inteligencia a lo largo de los años ha ido cambiando considerablemente, puesto que, primero, Franz Joseph Gall, conocido frenólogo, hizo investigaciones sobre determinar algunas características psicológicas por la forma de la cabeza; es por ello que se creía que el tamaño de la cabeza era proporcional al cerebro y, por ende, a la inteligencia. Entonces, mientras más grande era el tamaño de la cabeza, más grande el cerebro y mayor inteligencia; dicha teoría fue descartada con el pasar de los años.

Por su parte, Spearman acuñó el término de factor g o inteligencia general, según el cual la inteligencia es aquella capacidad mental que numéricamente se puede medir y expresar (Vergara, 2020).

Howard Gardner no se enfocó en los puntajes de las pruebas de inteligencia; sotuvo que aquellas “expresiones numéricas de la inteligencia humana” no representaban completamente las habilidades de las personas; es por ello que propone la teoría de las ocho inteligencias múltiples (Vergara, 2020).

2.2.3. Las emociones

Las emociones son consideradas como reacciones que se producen de manera natural y que ayudan a poder adaptarse a diferentes circunstancias del ambiente; automáticas e involuntarias, son respuestas a ciertos sucesos que impulsan a actuar de forma inconsciente y poco racional muchas veces.

Se tiene en cuenta que la palabra emoción deriva del verbo en latín *movere*, que significa "movimiento", lo que da a entender que la emoción es aquella que impulsa, mueve a realizar alguna acción o a decir algo en distintos contextos y con diferentes personas.

2.2.3.1. Tipos de emociones. Las emociones básicas descritas por la mayoría de los autores son: alegría, tristeza, miedo y enojo. Es necesario mencionar que otros autores agregan a estas emociones básicas la sorpresa y el asco. La mayoría de la gente cree que solo por estar tristes o enfadados significa que es negativo para su bienestar, que no deben sentirse así porque todas las emociones tienen una razón. Se entiende que hay emociones positivas y negativas, estas últimas denominadas así por el malestar que causan cuando aparecen.

A continuación, se describen las seis emociones básicas descritas por (Goleman, 1998).

a) **El miedo**: Cuando una persona presenta esta emoción lo que sucede a nivel fisiológico es la palidez del rostro, esto producido por la ausencia de sangre en esa parte del cuerpo, "fluye la musculatura esquelética larga como las piernas por ejemplo favoreciendo así la huida (…), la atención se fija en la amenaza con el fin de evaluar la

respuesta más apropiada" (Goleman, 1998, p. 17).

b) **El enojo:** Prepara para el ataque y la defensa, muchas de las personas atraviesan situaciones que les generan bastante frustración; cuando esto sucede, la primera emoción que hace su aparición es el enojo, de lo que existe una infinidad de manifestaciones, mucha gente no sabe cómo es que debe de actuar cuando aparece y en aquellos que no presentan una inteligencia emocional elevada no sabrán cómo resolver aquellos problemas y actuarán de manera impulsiva, generando discusiones con las personas de su entorno; por lo contrario, las personas que tienen un nivel de inteligencia emocional elevada en circunstancias donde el enojo hace su aparición lo que harán será respirar, tranquilizarse y emplear una técnica de autocontrol adecuada. Las reacciones físicas que surgen cuando aparece esta emoción tienen que ver primero con el flujo sanguíneo, este aumenta en las manos, "haciendo más fácil empuñar un arma o golpear a un enemigo", el ritmo cardiaco al igual que la adrenalina aumentan, generando así "la energía necesaria para cometer acciones vigorosas" (Goleman, 1998, p. 16).

c) **La tristeza:** Su propósito es preparar a una persona para superar alguna ausencia. Como bien se sabe, esta emoción desagradable suele aparecer, por ejemplo, con la pérdida de un trabajo, pareja o familiar. Las personas creen que llorar es negativo para su bienestar; sin embargo, cuando esta se hace presente, lo más recomendable es llorar todo lo que sea necesario, el cuerpo necesita desahogarse. Probablemente, si una persona ha tenido una pérdida y no completa

su periodo de duelo, reprimiendo su tristeza, a futuro tendrá complicaciones en cuanto a su salud física. Esta emoción tiene un periodo de duración dependiente de cada persona. Lo que provoca la tristeza a nivel físico es "la disminución de la energía y del entusiasmo especialmente de las diversiones y los placeres" (Goleman, p. 11). Cuando esta tristeza se empieza a volver más profunda, por un periodo de tiempo más extenso y prolongado, se estaría acercando a una depresión (Goleman, 1998, p. 10).

d) **La alegría:** La emoción más agradable que todos siempre quieren tener y sentir es esta, ya que motiva a repetir experiencias que generaron dicha sensación. Como es evidente, el ser humano busca momentos donde se siente cada vez más alegre, queriendo estar así cada vez más. Por eso se dice que cuando uno está alegre, muchas veces habla más e inclusive hace promesas que después no va a poder cumplir. Los cambios que surgen en el cuerpo cuando hace su aparición son "cambios biológicos que consisten en el aumento en la actividad de un centro cerebral que se encarga de inhibir los sentimientos negativos" (Goleman, 1998, p. 10).

e) **La sorpresa:** Al igual que las cuatro emociones ya mencionadas, esta emoción también tiene un propósito, proporciona una respuesta anticipada frente a situaciones nuevas. A nivel físico, una persona con esta emoción presenta "el arqueo de las cejas, aumenta el campo visual y permite que penetre más luz en la retina", con lo que obtiene más información del suceso inesperado, "facilitando así el descubrimiento de lo que realmente sucede" (Goleman, 1998, p. 16).

f) **El asco:** Esta emoción tiene como objetivo poder alejar aquello que causa cierto grado de hastío. La manera como una persona manifiesta su desagrado por algo o alguien parece que se observa en varias personas del todo el mundo, volviéndose así gestos universales: "ladeando el labio superior y frunciendo ligeramente la nariz, sugiere como observaba Darwin un intento primordial de cerrar las fosas nasales para evitar un olor nauseabundo o para expulsar un alimento tóxico" (Goleman, 1998, p. 17).

2.2.3.2. Origen de una emoción

Muchos no comprenden cómo es el inicio de una emoción, pues como ya se había mencionado, tiene su inicio en un estímulo externo (lo que se piensa, lo que se sabe con los sentidos); una vez que se presentó el estímulo aparece la emoción (aquella sensación que provoca un estímulo); cuando esta hace su aparición es donde las personas actúan (la forma de reaccionar ante una situación). Hay diferentes maneras de actuar, cada persona reacciona distinto frente al mismo estímulo; es por ello que no se deben generalizar las reacciones.

Cabe resaltar que la estructura a nivel cerebral que se encuentra ligada a las emociones es el sistema límbico; dentro de ella se encuentran estructuras encargadas de la regulación emocional y la memoria, así como de las necesidades básicas como el hambre y los instintos sexuales.

La manera en la que una emoción nace es a partir de las señales sensoriales que proceden de los sentidos, las cuales serán recibidas por el tálamo y que son reenviadas a dos posibles vías: un camino más largo que lleva hacia

el neocórtex, denominado la parte racional, y el otro camino que es más corto y que llega a tomar la denominación de “atajo”, que es la amígdala.

Cuando estas señales sensoriales son reenviadas a la amígdala pueden emitir una respuesta antes que los centros corticales comprendan lo que está sucediendo, lo cual trae como consecuencia el denominado “secuestro emocional”. Como la respuesta emocional que da una persona está siendo controlada por la amígdala, surge un “fracaso en activar los procesos neocorticales que suelen mantener equilibradas nuestras respuestas emocionales” (Goleman, p. 22), generando así que el sujeto dé una respuesta más rápida, sin un previo análisis y evaluación sobre su significado a fin de emitir una respuesta adecuada y racional.

Para que una respuesta emocional se dé adecuadamente, lo que debería suceder a nivel cerebral es que, una vez recibido el estímulo sensorial en el tálamo, este debe tomar la vía más larga hacia el neocórtex; una vez ahí para poder identificar lo que viene a ser cada objeto y darle un significado a su presencia, las señales se tienen que interpretar. Luego de ello, estas se envían al sistema límbico, posterior a las vías eferentes que esparcen las respuestas adecuadas al cuerpo. Una estructura importante que proporciona la memoria del contexto es el hipocampo, esta memoria es “vital para el significado emocional”; esta estructura reconoce el significado que tiene un mismo objeto, pero en un distinto contexto. La amígdala se ocupa de registrar el clima a nivel emocional que va de la mano con estos hechos; por ejemplo: una persona que sufre un accidente automovilístico en carretera asociará autocarretera con accidente (hipocampo) y el clima emocional sería lo que ella sintió como ansiedad y miedo que desencadenó dicho accidente (amígdala). LeDoux señaló que el hipocampo

es una estructura “fundamental para reconocer un rostro como el de su prima, pero es la amígdala la que le agrega el clima emocional de que no parece tenerle mucho cariño” (Goleman, 1998, pág. 16).

La impronta llega a ser más intensa cuando la activación de la amígdala lo es también. Del mismo modo, es más profundo el vestigio que deja en las personas; por ejemplo, aquellos sucesos que han generado miedo o sorpresa. Esto da por entendido que el cerebro presenta dos vías de registro, la primera para aquellos hechos comunes y la segunda para los sucesos que poseen una fuerte intensidad emocional. Cuando una persona empieza a sentirse enojada, por ejemplo, el córtex prefrontal se pone en acción controlando la emoción, para que así se pueda afrontar de una manera más eficiente la situación, lo que vendría a ser una “modulación de las respuestas proporcionadas por la amígdala (…) permitiendo la emisión de una respuesta más analítica y proporcionada” (Goleman, 1998, pág. 36).

2.2.4. Resiliencia

El tema de la resiliencia no es hoy algo desconocido, pues en diversos estudios se pudo recopilar información al respecto.

Manciaux (2003) realizó durante los años de 1970 una introducción sobre la vulnerabilidad, en la que consideró que todos los sujetos no tienen igualdad ante un riesgo, porque todos son vulnerables en dinstintos grados. Esta idea sobre la vulnerabilidad generó diversos planteamientos de hipótesis, que relacionan el término de peligro sobre una situación compleja que refleja la diferencia de todos los sujetos sobre la relación que tenga con otras personas;

por lo que surgieron diversos estudios sobre menores que se encontraban en riesgo, planteándose la invulnerabilidad.

La definición sobre la invulnerabilidad y vulnerabilidad consideró la existencia de cuatro tipos de personas. Primero, las no vulnerables, que eran personas recias desde muy pequeñas y en la medida de su crecimiento se desarrollaban de manera armónica; segundo, los pseudo invulnerables, que eran aquellos que radicaron en un lugar de mucha protección y ante cualquier problema se dominaban rápidamente; los hipervulnerables, que eran los que se rendían ante cualquier situación común situada en la vida diaria; y, finalmente, las invulnerables, que debido a las experiencias vividas por hechos producto de traumas, tienen una rápida recuperación sobre el estrés. Sin embargo, Manciaux al referirse a invulnerabilidad, esto era producto de crítica, puesto que no contaba lo que realizaba un sujeto (Manciaux, 2003).

Rutter (citado en Uriarte, 2005) confrontó el término de resiliencia, puesto que su planteamiento era que al hablar de la resiliencia se hacía un enfoque sobre un resistir absoluto que causaba daño. De esta manera es que se dejó de lado el tema de la vulnerabilidad y brotó una nueva idea sobre el factor de protección y la resiliencia.

Forés y Grané (2012) expresaron que la resiliencia es un tema no reconocido en el idioma español; por tal razón, su primera publicación tenía una denominación como la superación de adversidades. Al inicio era ideado como resistir, pero debido a la falta de presión y de hacer una transmisión de la resiliencia, esta no fue aprobada. En estudios sociales se pudo identificar que no todos los sujetos sometidos a riesgos padecían de problemas o de alguna enfermedad. Empero, había personas que plasmaban una posición de superación

a cualquier situación observando un fortalecimiento, a lo cual se denominó la resiliencia absoluta.

Por su parte, Grotberg (citado en Melillo, 2002) definió a la resiliencia como aquella capacidad que tiene todo sujeto para tener un actitud especial frente a situaciones de la vida, aprendiendo, superando y transformando estas situaciones. Ahora, al hablar de resiliencia, esta no solo sirve para hacer un enfrentamiento sobre la adversidad que existe, sino sobre la promoción del estado mental de toda persona y las emociones. De aquí se puede comprender que todo sujeto que se encuentre frente a situaciones inesperadas, si logra superarlas, estaría ante una contingencia especial para salir más fuertes ante cualquier suceso.

Villalba (2003) expresó que la resiliencia, también llamada en latín como *resilium*, es un punto importante para identificar qué sujetos, a pesar de situaciones adversas, pueden enfrentar y superar situaciones graves, desarollando de esta manera un ideario que les permita actuar de manera oportuna y tranquila, intentando mejorar cada día como persona, a pesar de que la condición de vida pueda que no sea la más adecuada.

La pareja Wolin refirió que luego de investigar a niños en Hawai se pudo ver que al hablar de resiliencia es como hablar de una mándala, pues esto constituye un medio de imperio curativo; se trata de un dibujo con diversas formas que, según los antepasados, tiene una energía positiva. De aquí se parte en que cada autor hace una comparación con la mándala mencionada, que también es el centro de cuerpo, y cada círculo se identifica como una etapa en la vida. En tal sentido, ante un contexto grave, la mente de las personas es incoporada como una experiencia vivida sobre aquella que permita la superación

de cualquier dificultad. También se pudo observar que el centro de la mándala es aquella resiliencia donde se encuentra una persona, que busca las fuerzas que resulten necesarias para superar cualquier adversidad, aprende de cada una de estas y se fortalece más ante cada suceso (Puerta, 2007).

Puerta (2007) enfatizó que para notar que una persona tiene una actitud resiliente, es necesario observar tres características. Primero, que cualquier infortunio que suceda solo lo identifica la persona y el grupo con quien se relaciona, y estos son quienes lo perciben; segundo, que el logro alcanzado por una persona posterior a ganar a la adversidad es considerado como algo normal; y, finalmente, se identificó que cada persona y grupo familiar logre un adecuado grado de interacción y desarrollo.

La resiliencia no es aquello con lo que se identifica si un sujeto es enérgico o no; se refiere a si una persona puede enfrentar situaciones de estrés. Se distingue por dos matices: el resistimiento frente a una destrucción, es decir, la potestad para poder brindar protección a lo que se encuentra bajo presión; y aquella facultad de poder conservar una cualidad efectiva necesaria frente a ocasiones graves. Resiliencia es aquel factor de protección y reduce la debilidad ante una o varias situaciones de inseguridad. Ahora, es importante considerar que no siempre cualquier ocasión será considerada como una situación de gravedad, esta puede variar de acuerdo con el momento y lugar, tomando en cuenta el soporte que le brinden las personas, contribuyendo a mantener una respuesta positiva frente a un problema grave.

De acuerdo con Pagliarulo (citado en Britto, 2021), la resiliencia es la potestad que tiene el sujeto para superar situaciones graves, que lo convierte en ganador y con lo que logra una actitud positiva por la experiencia pasada. Este

autor identifica dos puntos en esta capacidad: la conciencia sobre autogestión y la fuerza en la identidad. Estos términos se realizan en todo aspecto sobre la relación colectiva que fortalecerá la actitud personal. Estas investigaciones fijan que la resiliencia no es un problema de la población, sino que, por el contrario, se observa la necesidad de hacer una implementación del tema en la educación, tanto para los que estudian como para los que trabajan, que demuestra el interés de resiliencia que debe haber sobre cada docente y alumno.

2.2.4.1. Factores de la resiliencia. Según Salgado (2005), entre los componentes personales de la resiliencia, se toma en cuenta primero a la autoestima, que va a ser definida como la valoración que una persona tiene sobre sí misma; esto a raíz de sentimientos e ideas que han emanado de su propio conocimiento, así como de la influencia de las personas de su entono sociocultural.

Una de las variables claves de la resiliencia es la autoestima; cuando esta se encuentra en un nivel adecuado, las dificultades se afrontarán de la mejor manera posible, y será posible una recuperación adecuada.

La empatía ha sido definida por Hoffman (1987) como "la experiencia afectiva vicaria de los sentimientos de otra persona. Se considera el resultado de un proceso interactivo entre componentes cognitivos y afectivos que van evolucionando a medida que avanza el desarrollo" (p. 33).

2.2.4.2. Características de las personas resilientes. Según Ungar (citado en Villalba, 2011), las personas resilientes tienen las siguientes características:

- **Características propias resilientes:** Aquí se van a encontrar las aptitudes tanto físicas como intelectuales, la eficacia, la autoestima, la

introspección, ambiciones o los deseos, el hecho de preservar, ser empáticos, poseer iniciativa, independencia, ser creativos y morales.

- **Características interpersonales**: Relaciones importantes con otras personas, conservar la red de amistades, "restablecer la autoestima y asertividad" (p. 13).
- **Características familiares**: El tipo y calidad de crianza y formación educativa, flexibilidad, mínimo nivel de problemas y la cooperación.
- **Características del ambiente sociocultural:** Lugares seguros, poder acceder a instituciones comunitarias educativas y de entretenimiento, apoyo social. Para la mejora de la resiliencia, entra a tallar "el ámbito personal y la interrelación con el entorno social que le sirve de apoyo" (p. 13).

2.2.4.3. Importancia y ubicación de la resiliencia en la psicología. Según Sosa y Salas (2020), la resiliencia es significativa para la adecuación de las personas en las fases del desarrollo como son niñez, adolescencia y juventud; hace hincapié en la juventud, desde los 16 años a los 18 años. En esta etapa, existen factores de riesgo que pueden perjudicar el éxito en su desarrollo, por lo que es necesario intervenir en el área de la salud mental mediante la prevención y la educación, que resulta una táctica poderosa para aminorar las conductas de riesgo; de esta manera, al desarrollar las habilidades resilientes va a favorecer la adaptación, lo que va a permitir que los jóvenes se sientan preparados para poder integrarse a la vida adulta.

2.2.4.4. Tipos de resiliencia

- **Resiliencia espiritual:** Capacidad de tener una respuesta frente a contextos traumáticos, sin manifestar sintomatologías de alguna enfermedad, o sin afectar las capacidades de vital importancia como el espíritu, refiriéndose a la aptitud de amar, perdonar o ayudar (Páez, 2018).
- **Persistencia, tenacidad autoeficacia**: La constancia como destreza para combatir y enfrentar la desgracia, ser obstinado a raíz de una gran osadía de seguir a pesar del contexto; la autoeficacia interviene en la forma de pensar, actuar y sentir, y conforme con el nivel en el que se encuentre puede crecer o disminuir el hecho de motivarse (Páez, 2018).
- **Adaptabilidad y redes de apoyo:** Hace mención a la maleabilidad para enfrentar los cambios que brotan a lo largo de la vida (Páez, 2018).
- **Control bajo presión:** El control emocional y de los impulsos destructivos, autodominio al tolerar las alteraciones emocionales, el talento para gestionar la ansiedad, para tranquilizarse y tener autocontrol (Páez, 2018).
- **Control y propósito:** Hace referencia a la autonomía, junto con la confianza de que uno puede conservar el

control en el ambiente, permitiendo crear un enfoque claro del futuro (Páez, 2018).

2.2.5. Inteligencia emocional y resiliencia

En México se realizó un estudio sobre resiliencia y sus componentes como indicadores de la inteligencia emocional en menores de 11 y 13 años. La hipótesis que se trazó fue que la resiliencia y sus componentes tenían alguna relación con la inteligencia emocional y sus componentes. La correlación hallada es significativa; por lo tanto, dicha relación es fuerte y se demostró que al mejorar una de las variables, la otra también lo hacía de manera positiva. En este estudio, la asertividad y el humor fueron los que obtuvieron una menor correlación. Del mismo modo, en lo que corresponde al género, se halló que las mujeres desarrollan niveles mayores de resiliencia en comparación con los varones (De la Vega, 2011).

Otra investigación realizada en España, titulada *Resiliencia en adolescentes y su relación con la inteligencia emocional*, tuvo como muestra a 147 participantes adolescentes de entre 15 y 18 años; la hipótesis planteada fue que se halla una correlación positiva significativa entre la resiliencia y dos de los componentes de la inteligencia emocional: la comprensión y la regulación emocional (Morán, 2015).

Las investigaciones ya mencionadas demuestran la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional y su vínculo con el fortalecimiento de la resiliencia. Por este motivo, se actúa desde etapas prematuras para desarrollar dichas capacidades como distinguir, comprender, controlar y tolerar emociones,

así como también la habilidad de recuperarse de los infortunios que se muestren en la adolescencia y adultez.

2.3. Definición de términos

***Inteligencia*:** Habilidad que todo individuo tiene para poder solucionar dificultades que surgen en la vida cotidiana, con la capacidad de analizar y resolver cada uno de ellos de una manera analítica y eficaz.

Emoción: Es aquel impulso que lleva a actuar a las personas; es una reacción involuntaria y automática que aparece frente a cualquier estimulación y se manifiesta a nivel fisiológico igual en todas las personas; sin embargo, la manera en la que se exterioriza será distinta.

Inteligencia emocional: La habilidad de admitir y controlar la reacción que se tiene cuando una emoción hace su aparición. Esta capacidad, que pocas personas suelen poseer en un nivel promedio, se encuentra ligada a otros constructos psicológicos como: asertividad, empatía, autocontrol, motivación y habilidades sociales.

***Resiliencia*:** Según Grotberg (citado en Melillo, 2002), la resiliencia es la facultad que tiene una persona para enfrentarse a cualquier situación de dificultad durante toda la vida; aprende de ella, la supera e incluso transforma estas situaciones.

***Estudiantes*:** Es aquella persona que es un aprendiz dentro del ámbito educativo-académico; esta última es su ocupación única en algunos casos, y en otras la principal.

Capítulo III
Diseño metodológico

3.1. Método y alcance de la investigación

El estudio es de enfoque cuantitativo; dado que se determinaron los objetivos, se formularon preguntas investigativas y se revisó la documentación. Después se realizó un marco teórico y se obtuvieron datos estadísticos. De este modo, se establecieron hipótesis, variables, las cuales fueron medidas, y se extrajeron conclusiones (Hernández et al., 2014).

3.2. Tipo de investigación

El estudio fue descriptivo correlacional, porque se pretende evaluar o recabar datos sobre conceptos o variables de forma independiente o colaborativa; su objetivo fue hallar la relación que existe entre las variables (Hernández et al., 2014).

3.3. Diseño de investigación

Se utilizó el diseño no experimental correlacional, teniendo en cuenta que la variable no fue manipulada; el corte fue transversal, puesto que la pesquisa fue obtenida durante un rango de tiempo.

3.4. Población y muestra

3.4.1 Población

Esta se encontró integrada por un total de 400 estudiantes del Instituto CIMAC, ubicado en la ciudad de Arequipa, tanto varones como damas de 18 años a más.

3.4.2. Muestra

La muestra del presente estudio fue no probabilística por conveniencia, es decir, los elementos se eligieron no sobre la base de la probabilidad, sino sobre la base de factores relacionados con las características por estudiar (Hernández, 2014).

Estuvo compuesta por 245 estudiantes del Instituto CIMAC, ubicado en la ciudad de Arequipa, de ambos sexos.

Criterios de inclusión y exclusión

- ***Inclusión:*** Estudiantes que tengan una edad mayor de 18 años, de cualquier género, que estudien en la sede de Arequipa, de todas las carreras y turnos.
- ***Exclusión:*** No se les enviará el formulario a estudiantes menores de 17 años, que no estudien en el Instituto CIMAC, a los estudiantes que pertenecen a la sede de Juliaca o Abancay, y a los que no deseen participar.

3.6. Aspectos éticos

La presente fue una investigación que se dio con mayores de 18 años. Ningún participante sufrió un maltrato, no se divulgó información alguna sobre ellos. Se pidió consentimiento a cada uno para que llenen el cuestionario con todas las indicaciones debidas, para que no exista dificultad ni confusión alguna. Los cuestionarios se aplicaron de manera virtual, se consignaron las iniciales de los nombres por si algunos de los participantes solicitasen algún tipo de información sobre los resultados al terminar la investigación; de este modo, se cuidaron los datos personales de los participantes.

3.7. Técnica

La técnica empleada fue la encuesta, se usó el cuestionario como instrumento. A su vez se aplicaron dos cuestionarios, los cuales estuvieron compuestos por una serie de preguntas, tomándolas como única técnica debido a su beneficiosa y rápida recaudación de elementos.

3.8. Instrumentos

La encuesta fue utilizada para el estudio. Se recabó la información mediante el cuestionario o inventario, generalmente escrito, dirigido a una población específica. Se usó el Inventario de inteligencia emocional Ice de BarOn, administrado para realizar la medición de la inteligencia emocional. Nombre originado y procedente de Toronto, Canadá, hoy en día se ha adaptado para su respectivo uso en Perú, y para medir la resiliencia se utilizó la Escala de resiliencia de Wagnild y Young, que fue adaptada en Perú en el 2002 por Novella (citado en Gómez, 2019).

3.8.1 Ficha técnica del Inventario de inteligencia emocional de Ice de BarOn

Sobre el Inventario de inteligencia emocional Ice de BarOn, este se encuentra compuesto por 133 ítems, los mismos que están divididos en cinco componentes, haciendo un total de 15 factores que componen la "inteligencia emocional".

Se utilizó así la escala de Likert de 1-5 empleando diversas opciones como: "extraña vez o nunca", "con frecuencia", "en ocasiones", "muchas veces" y "muy frecuentemente o siempre".

Se tuvo como puntaje más elevado los valores de 116 a más, lo cual se interpreta como "Capacidad emocional muy desarrollada"; los puntajes de 85-115 se interpretan como "Capacidad emocional adecuada: buena" y, por último, los puntajes de 84 a menos se interpretan como "Capacidad emocional por mejorar".

El nombre original del test en inglés es EQ-I Baron Emotional Quotient Inventory. Fue desarrollado en Canadá, puede administrarse de manera individual o colectiva, no hay límite de tiempo, pero se estima un aproximado de media hora. Se puede aplicar a personas mayores de 15 años, su calificación es computarizada. Los materiales que se utilizan son el cuestionario, que contiene las afirmaciones, hoja de las respuestas

y CD de calificación; y el uso que se le da puede ser en el contexto educativo, clínico, legal, laboral o de salud, así como en el estudio (Ugarriza, 2001).

Validez. En Perú se desarrolló la validez de la convergencia. Al respecto, Ugarriza (2001, citado en Contreras & Dextre, 2016) señaló que, en una muestra de 114 personas de Lima Metropolitana, el 41,2 % eran hombres y el 58 % eran mujeres; las edades oscilaban entre los 15 años a más. La muestra constaba de 114 estudiantes clasificados según su nivel de instrucción. El coeficiente de correlación fue de 0.70, siendo la correlación moderada.

Confiabilidad. De acuerdo con Ugarriza (2001), las consistencias internas para los inventarios como totalidad fue de 0,93 utilizando el método del coeficiente Alfa de Cronbach.

Mediante el muestreo sobre 30 estudiantes, se hizo uso del ICE BarOn, muestra que tuvo una confiabilidad de 0,875 con características semejantes por medio del coeficiente Alfa de Cronbach con cualidades semejantes (Contreras & Dextre, 2016).

3.8.2 Ficha técnica de la escala de resiliencia

La escala de resiliencia fue desarrollada en EE. UU. por Wagnild y Young (1993), y adaptada por Novella (citado en Gómez, 2019).

Contiene 25 ítems, se administra individual y colectivamente, y dura aproximadamente entre 25 y 30 minutos; puede ser utilizada por adultos y jóvenes. Su calificación se realiza manual o automáticamente.

En términos de su importancia, la escala mide dimensiones como la ecuanimidad, la satisfacción individual, la confianza, la perseverancia y el sentimiento de estar solo.

Tabla 3

Niveles o categorías de la escala resiliencia

Niveles Diagnóstico	Puntajes
Alta	71-100
Tendencia alta	55-70
Media	37-54
Tendencia intermedia	26-36
Mínima	3-25

Nota: Adaptado de Wagnild, 2009

3.8.3 Validez y confiabilidad de los instrumentos

Sobre el instrumento, fue construido teniendo en cuenta los criterios de los juicios de expertos.

Se aplicó la coeficiencia de consistencia (Cronbach), que pudo establecer la fiabilidad de los instrumentos con base en el entorno, tal como se muestra en la Tabla 4.

Tabla 4

Análisis de consistencia de los instrumentos

Instrumentos	N.º de ítems	Alfa de Cronbach
Inventario emocional ICE BarOn	133	0,875
Escala de resiliencia de Wagnild y Young	25	0,87

Nota. Fiabilidad del alfa de Cronbach de los instrumentos de medición.

La fiabilidad de ambos instrumentos es mostrada en la tabla 4 con una eficiencia en Cronbach de 0,875 para los 133 ítems del ICE y de 0,875 sobre los 25 ítems en cuanto a la escala de resiliencia adaptada por Novella en el 2002 (citado en Gómez, 2019). En resumen, los valores indican que las dos variables del proyecto tienen una confiabilidad alta.

Del Águila (2003) adaptó el cuestionario de resiliencia para Lima Metropolitana, utilizando la validez del contenido y la correlación de los ítems - test, con una correlación significativa de 0,01. El análisis factorial dio una puntuación de validez de constructo de 0,639 utilizando la técnica Kaiser Meyer Olkin (KMO).

3.9. Estrategia de análisis de la información

Para el recojo de información, el primer paso fue transcribir virtualmente las preguntas del Inventario de Inteligencia Emocional Ice de BarOn y la Escala de resiliencia sobre las emociones. Para ello, se utilizaron formularios de Google, con los que se procedió a solicitar la autorización a los estudiantes, y cuando aceptaron, se envió por correo institucional y personal un formulario con las preguntas del cuestionario a cada uno de ellos, generando así mismo respuestas automáticas dentro de los tres días siguientes. El siguiente enlace es el que direcciona al cuestionario:

https://forms.gle/79kYxQ2VKBbPeg2Z7

En lo que concierne al procesamiento de datos estadísticos, estos fueron ingresados al programa IBM SPSS Stadistics 25. Se realizaron análisis de datos descriptivos, obteniendo de este modo las frecuencias generales de cada componente y también se procedió a realizar el análisis descriptivo correlacional de cada variable, para poder encontrar la relación que existe entre ambas.

Capítulo IV
Resultados y discusión

A continuación, se muestran los resultados hallados una vez aplicados los instrumentos de medición a la muestra de estudio, para luego ser procesados por el paquete estadístico SPSS. En la Tabla 5 se aprecia la prueba de normalidad (Kolmogorov-Smirnov), en la Tabla 6 la correlación de las variables de estudio (Rho Spearman), en las Tablas 7 y 8 la estadística descriptiva de las variables inteligencia emocional y resiliencia, respectivamente, y en las Tablas 9 y 10 la correlación que existe entre las variables de estudio y sus dimensiones. Por último, en la Tabla 11 se muestran los datos sociodemográficos.

Tabla 5
Evaluación de la normalidad con la prueba de Kolmogorov-Smirnov

Pruebas de normalidad			
	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia emocional	0,070	245	0,006
Resiliencia	0,084	245	0,000

Nota. Prueba de normalidad para las variables inteligencia emocional y resiliencia. Datos procesados inferencialmente con estadísticos de correlación no paramétricos (Rho Spearman).

Tabla 6

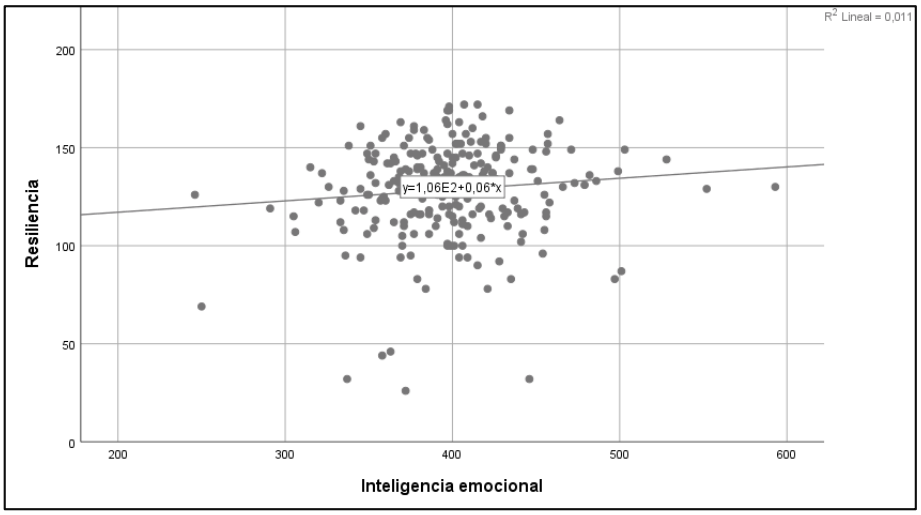
Correlación entre la inteligencia emocional y resiliencia

Correlaciones			
		Inteligencia emocional	Resiliencia
Inteligencia emocional	Correlación de Rho de Spearman	1	0,105
	Sig. (bilateral)		0,103
	N	245	245
Resiliencia	Correlación de Rho de Spearman	0,105	1
	Sig. (bilateral)	0,103	
	N	245	245

Nota. Correlación entre la variable inteligencia emocional y resiliencia.

Figura 1

Dispersión simple de resiliencia por inteligencia emocional en la muestra de estudio



Nota. La Figura 1 muestra una dispersión simple, lo cual indicó que existe una correlación positiva mala, escasa o nula entre ambas variables de análisis. Por lo tanto, se rechazó la hipótesis general de la investigación.

Tabla 7

Distribución y porcentajes de inteligencia emocional

		fi	%
Inteligencia emocional	Capacidad emocional por mejorar	0	0,00
	Capacidad emocional adecuada	0	0,00
	Capacidad emocional muy desarrollada	245	100,00
	Total	245	100,00

Nota. Distribución y porcentajes de inteligencia emocional en la muestra de estudio.

Figura 2

Diagrama de barras de la variable inteligencia emocional en la muestra de estudio

Nota. En la Figura 2 se aprecia que el 100 % presenta una capacidad emocional muy desarrollada. Por lo tanto, se rechazó la primera hipótesis específica.

Tabla 8

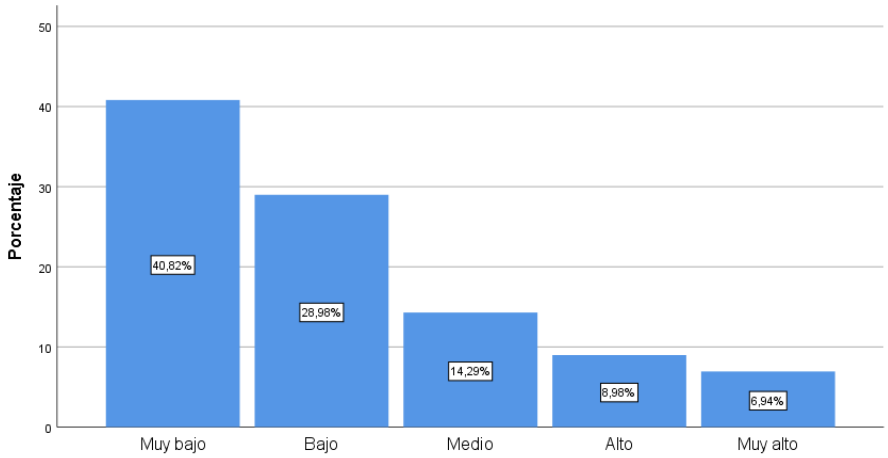
Distribución y porcentajes de la resiliencia

		fi	%
Resiliencia	Muy bajo	100	40,82
	Bajo	71	28,98
	Medio	35	14,29
	Alto	22	8,98
	Muy alto	17	6,94
Total		245	100,00

Nota. Distribución y porcentajes de la resiliencia en la muestra de estudio.

Figura 3

Diagrama de barras de la variable resiliencia en la muestra de estudio



Nota. En la Figura 3 se puede apreciar que el 40.82 % presentó un nivel muy bajo de resiliencia, el 28,98 % un nivel bajo, el 14,29 % un nivel medio o promedio y tan solo el 6,94 % presentó un nivel muy alto de resiliencia. Por lo tanto, la segunda hipótesis específica se aceptó.

Tabla 9

Correlación entre la variable inteligencia emocional y las dimensiones de la variable resiliencia

		Inteligencia emocional	
Rho de Spearman	Confianza de sí mismo	Coeficiente de correlación	0,058
		Sig. (bilateral)	0,368
	Ecuanimidad	Coeficiente de correlación	0.116
		Sig. (bilateral)	0,070
	Perseverancia	Coeficiente de correlación	0,099
		Sig. (bilateral)	0,120
	Satisfacción personal	Coeficiente de correlación	0,091
		Sig. (bilateral)	0,156
	Sentirse bien solo	Coeficiente de correlación	0,061
		Sig. (bilateral)	0,340

Figura 4

Dispersión simple de confianza de sí mismo por inteligencia emocional

Nota. En la Figura 4 se aprecia una correlación positiva débil. Por lo tanto, la dimensión confianza en sí mismo de la variable resiliencia no se relaciona con la variable inteligencia emocional, por lo que se rechazó la tercera hipótesis específica.

Figura 5

Dispersión simple de ecuanimidad por inteligencia emocional

Nota. En la Figura 5 se aprecia una correlación positiva débil. Por lo tanto, la dimensión ecuanimidad de la variable resiliencia no se relaciona con la variable inteligencia emocional, por lo que se rechazó la tercera hipótesis específica.

Figura 6

Dispersión simple de perseverancia por inteligencia emocional

Nota. En la Figura 6 se aprecia una correlación positiva débil. Por lo tanto, la dimensión perseverancia de la variable resiliencia no se relaciona con la variable inteligencia emocional, por lo que se rechazó la tercera hipótesis específica.

Figura 7

Dispersión simple de satisfacción personal por inteligencia emocional

Nota. En la Figura 7 se aprecia una correlación positiva débil. Por lo tanto, la dimensión satisfacción personal de la variable resiliencia no se relaciona con la variable inteligencia emocional, por lo que se rechazó la tercera hipótesis específica.

Figura 8

Dispersión simple de sentirse bien solo por inteligencia emocional

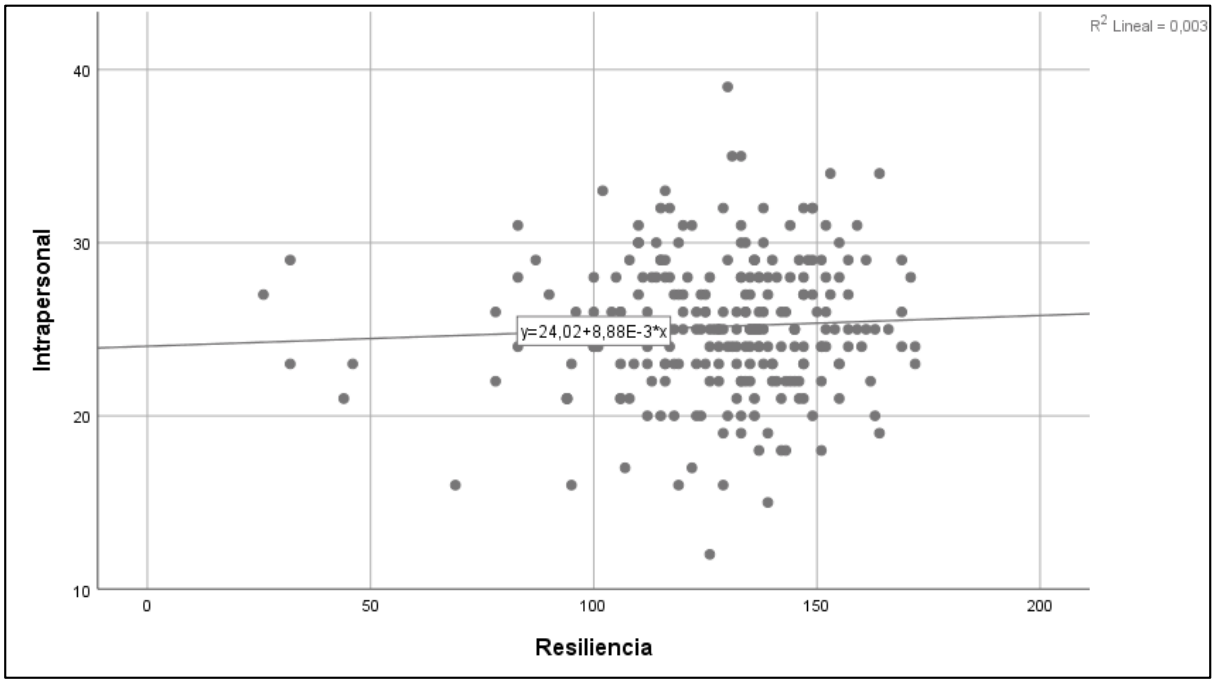
Nota. En la Figura 8 se aprecia una correlación positiva débil. Por lo tanto, la dimensión sentirse bien solo de la variable resiliencia no se relaciona con la variable inteligencia emocional, por lo que se rechazó la tercera hipótesis específica.

Tabla 10
Correlación entre la variable resiliencia y las dimensiones de la variable inteligencia emocional

			Resiliencia
Rho de Spearman	Resiliencia	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	
	Intrapersonal	Coeficiente de correlación	0,031
		Sig. (bilateral)	0,631
	Interpersonal	Coeficiente de correlación	0,040
		Sig. (bilateral)	0,537
	Adaptabilidad	Coeficiente de correlación	,486
		Sig. (bilateral)	0,000
	Manejo de estrés	Coeficiente de correlación	0,096
		Sig. (bilateral)	0,133
	Estado de ánimo general	Coeficiente de correlación	-,372
		Sig. (bilateral)	0,000

Figura 9

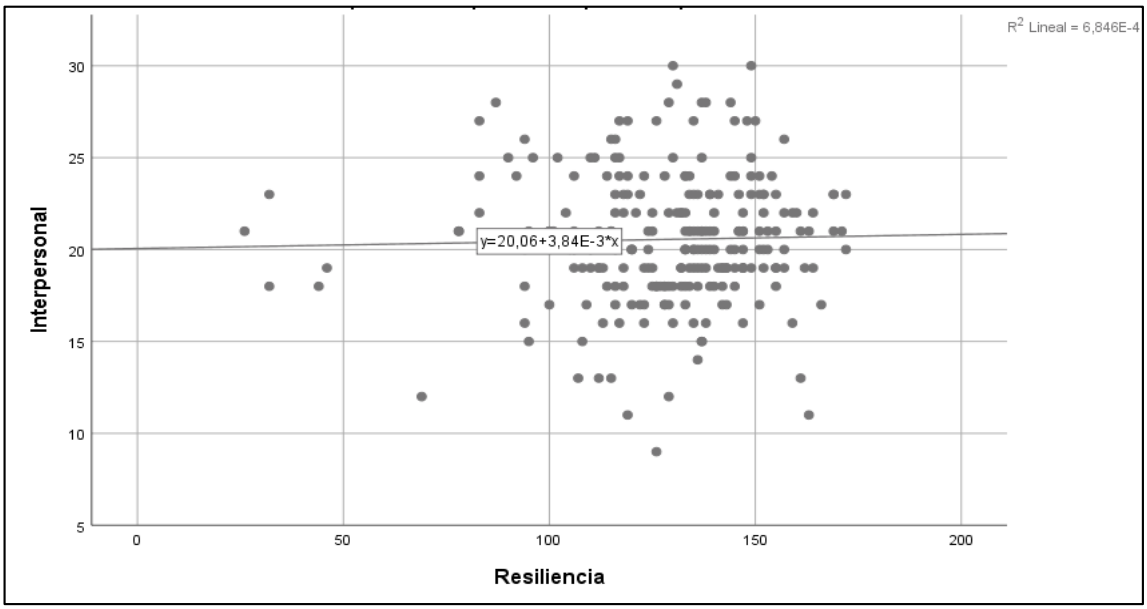
Dispersión simple de intrapersonal por resiliencia



Nota. En la Figura 9 se aprecia una correlación positiva débil. Por lo cual, dicha dimensión no es correlacional con la variable resiliencia. Se rechazó la cuarta hipótesis específica.

Figura 10

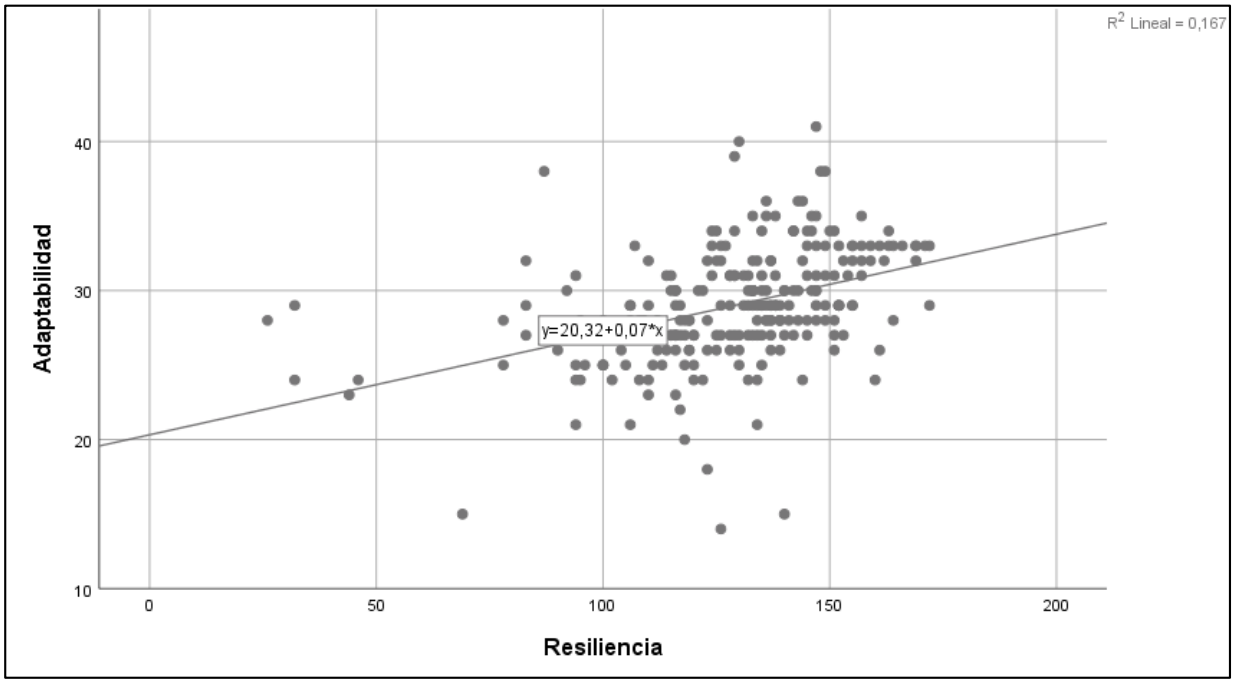
Dispersión simple de interpersonal por resiliencia



Nota. En la Figura 10 se aprecia una correlación positiva débil. Por lo cual, dicha dimensión no es correlacional con la variable resiliencia. Se rechazó la cuarta hipótesis específica.

Figura 11

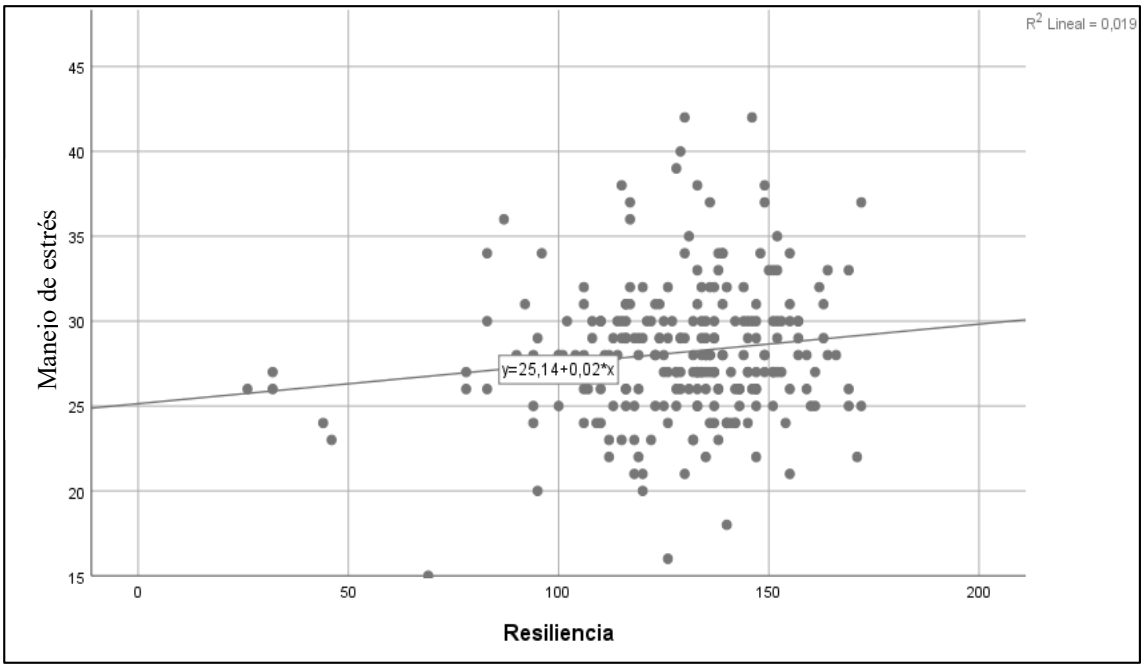
Dispersión simple de adaptabilidad por resiliencia



Nota. En la Figura 11 se aprecia una relación entre la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional y la variable resiliencia. Por lo tanto, se rechazó parcialmente la cuarta hipótesis específica.

Figura 12

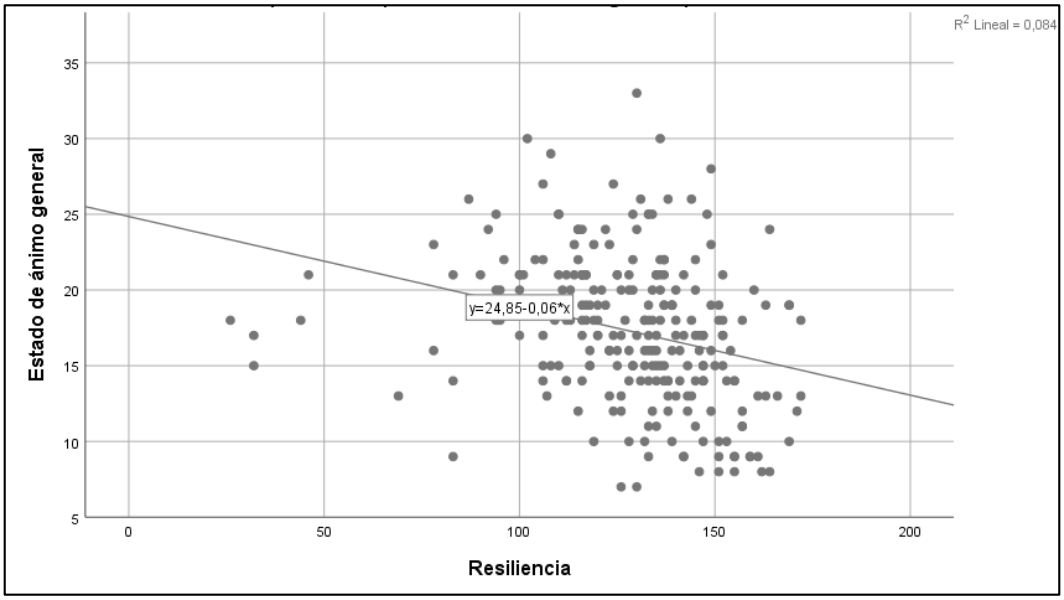
Dispersión simple de manejo de estrés por resiliencia



Nota. En la Figura 12 se aprecia una correlación positiva débil. Por lo tanto, la dimensión de manejo de estrés de la variable inteligencia emocional no se relaciona con la variable resiliencia, por lo que se rechazó la cuarta hipótesis específica.

Figura 13

Dispersión simple de estado de ánimo general por resiliencia



Nota. En la Figura 13 se aprecia una relación entre la dimensión estado de ánimo general de la inteligencia emocional y la variable resiliencia. Por lo tanto, se rechazó parcialmente la cuarta hipótesis específica.

Tabla 11

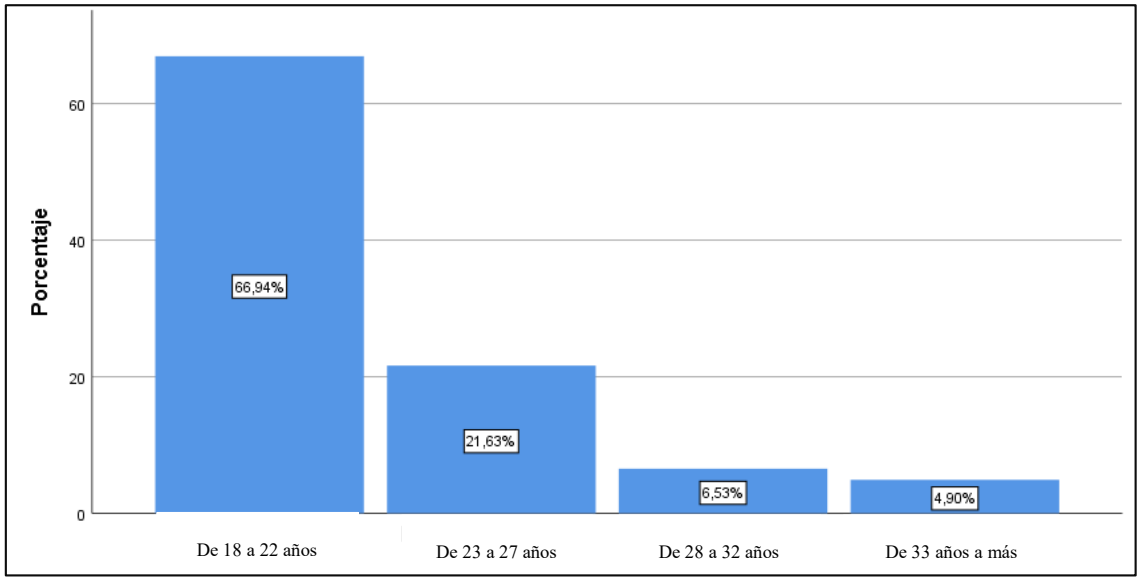
Distribución y porcentajes de la carrera y sexo según la edad de la muestra de estudio

		Edad															
		De 18 a 22 años				De 23 a 27 años				De 28 a 32 años				De 33 años a más			
		Sexo				Sexo				Sexo				Sexo			
		Femenino		Masculino		Femenino		Masculino		Femenino		Masculino		Femenino		Masculino	
		fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Carrera	Administración	56	22,86	16	6,53	14	5,71	15	6,12	4	1,63	3	1,22	3	1,22	0	0,00
	Contabilidad	31	12,65	9	3,67	5	2,04	2	0,82	2	0,82	2	0,82	0	0,00	0	0,00
	Cómputo e información	3	1,22	6	2,45	1	0,41	1	0,41	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
	Enfermería	23	9,39	2	0,82	10	4,08	0	0,00	1	0,41	0	0,00	1	0,41	0	0,00
	Farmacia	14	5,71	4	1,63	4	1,63	1	0,41	3	1,22	1	0,41	7	2,86	1	0,41
	Total	127	51,84	37	15,10	34	13,88	19	7,76	10	4,08	6	2,45	11	4,49	1	0,41

Nota. Distribución de los participantes, según sexo, edad y carreras profesionales.

Figura 14

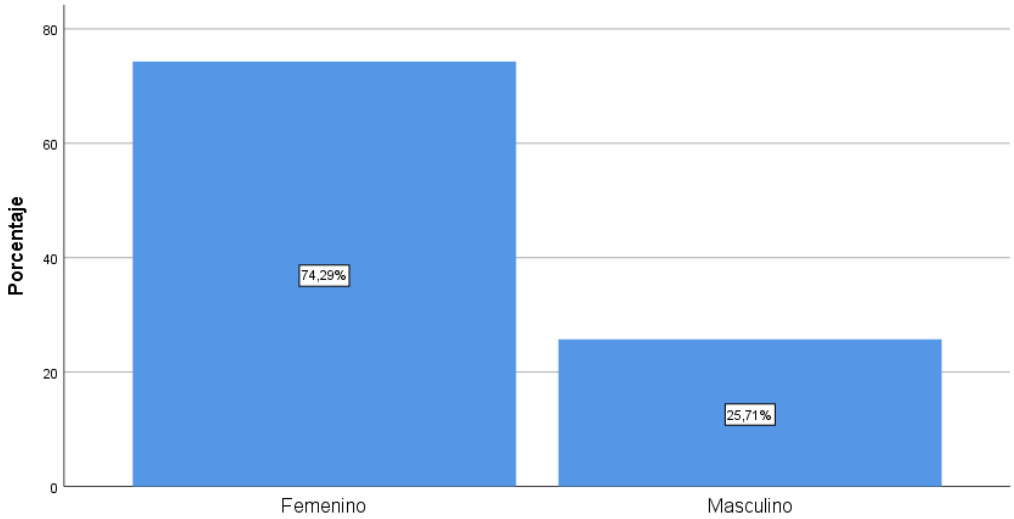
Diagrama de barras de la edad según la carrera en la muestra de estudio



Nota. En la Figura 14 se observa que el 66,94 % se encuentra entre los 18 y 22 años, el 21,63 % tiene entre 23 y 27 años, el 6,53 % posee 28 a 32 años y el 4,90 % tiene de 33 años a más.

Figura 15

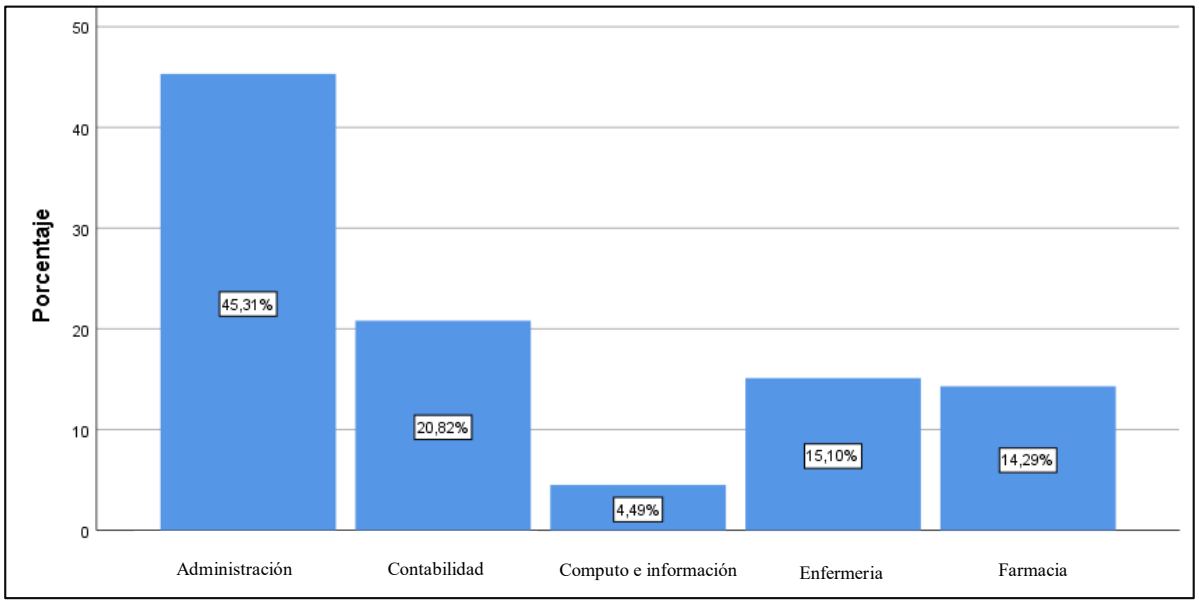
Diagrama de barras del sexo según la carrera en la muestra de estudio



Nota. En la Figura 15 se aprecia que el 74,29 % de la muestra de estudio es de sexo femenino y el 25,71 % de sexo masculino.

Figura 16

Diagrama de barras de las carreras profesionales de la muestra de estudio



Nota. En la Figura 16 se observa que, de los encuestados, el 45.31 % perteneció a la carrera de Administración, 20.82 % a Contabilidad, 4.49 % a Cómputo, 15.10 % a Enfermería y 14.29 % a Farmacia.

Discusión

En la presente investigación, se planteó como hipótesis general la relación entre inteligencia emocional y resiliencia. Según los resultados obtenidos, existe una correlación positiva, mala, escasa o nula entre ambas variables de análisis, lo que señala que no existe correlación. Esta información concuerda con lo encontrado por Díaz y Rendos (2019).

Estos resultados, de acuerdo con Daniel Goleman (1998), indican que los estudiantes poseen la capacidad de automotivarse y de poder tener relaciones sociales adecuadas. En cuanto al nivel de resiliencia, en la muestra de estudio se aprecia un nivel muy bajo; por lo cual se puede afirmar que la muestra de estudio no cuenta con la capacidad que tiene todo sujeto para tener una actitud especial frente a situaciones de la vida, aprendizaje, superación y transformación (Grotberg, citado en Melillo, 2002).

Sin embargo, estos resultados contrastan con los estudios realizados por Roque (2020), quien concluyó que entre la resiliencia e inteligencia emocional existe una correlación significativa de tipo moderada y positiva (r=.624). Así mismo, Estrada (2020) presentó como resultados que el 55,9 % de los estudiantes tiene una inteligencia emocional parcialmente desarrollada, y el 43 % niveles moderados de desarrollo de resiliencia. Se halló estadísticamente que existe una relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia (rs=0,676; p=0,000 <0,05). Por otro lado, los resultados de Benites (2019) permitieron llegar a la conclusión de que existe relación significativa-moderada con un valor de 0.473 entre las variables resiliencia e inteligencia emocional. Mamani y Valle (2018) identificaron que existe una relación significativa en cuanto a las tres variables: rendimientos académicos, hábito de estudios e inteligencia emocional.

En cuanto a las fortalezas sobre el resultado final del presente estudio, se ha hallado una fiabilidad bastante alta, lo que lleva a la deducción de que los estudiantes contestaron con

total sinceridad. Esto remite a una de las debilidades del resultado, ya que si bien los instrumentos fueron contestados con sinceridad, esto da como resultado que las hipótesis en su mayoría sean rechazadas. Tal circunstancia no afecta negativamente a la investigación, pero genera nuevas interrogantes.

Otra fortaleza que dejan los resultados es el beneficio a la institución CIMAC, ya que al conocer la realidad emocional y resiliente de sus estudiantes, pueden optar por talleres exclusivos de fortalecimiento y desarrollo de estas dos variables, junto con sus componentes.

Sobre los errores metodológicos, se identificó la falta de un prueba piloto, lo que hubiera garantizado el éxito anticipado de la investigación.

Acerca de las fortalezas del estudio, se puede identificar que la metodología utilizada es la indicada, satisfaciendo las necesidades de la muestra, puesto que debido a la coyuntura mundial, se tuvo que aplicar los cuestionarios de manera virtual, con el beneficio de que los estudiantes pudieron leer con calma y responder de manera consciente cada una de las preguntas propuestas desde la comodidad de su hogar y sin presiones. Sin embargo, una de la debilidades es que al responder de manera virtual, sin el asesoramiento adecuado, se generaron bastantes interrogantes sobre el tema, aumentando la probabilidad de un sesgo en los resultados.

Conclusiones

PRIMERA: Una de las conclusiones más significativas que se desprenden de este estudio es que la inteligencia emocional y la resiliencia tienen una correlación positiva, mala, escasa o nula en estudiantes del Instituto CIMAC, Arequipa-2021.

SEGUNDA: El nivel de inteligencia emocional que predomina en estudiantes del Instituto CIMAC, Arequipa-2021, es de capacidad emocional muy desarrollada.

TERCERA: El nivel de resiliencia que predomina en estudiantes del Instituto CIMAC, Arequipa-2021, de estudio es muy bajo.

CUARTA: Este estudio ha demostrado que la inteligencia emocional presenta una correlación positiva débil con las dimensiones de la variable resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC, Arequipa-2021. Así mismo, la variable resiliencia muestra una correlación positiva débil con las dimensiones de la variable inteligencia emocional en estudiantes del Instituto CIMAC, Arequipa-2021.

QUINTA: Las dimensiones adaptabilidad y estado de ánimo de la inteligencia emocional mostraron una correlación fuerte con respecto a la variable resiliencia.

Recomendaciones

PRIMERA: Se recomienda que el Instituto CIMAC, a través del Departamento de Psicología, continúe realizando periódicamente capacitaciones dirigidas a su personal docente, a fin de sensibilizarlos en temas y brindarles herramientas para obtener mejores niveles de resiliencia.

SEGUNDA: Se recomienda a los estudiantes del Instituto CIMAC participar activamente en talleres donde se brindan técnicas para el manejo de sus emociones a través de ejercicios de relajación y dinámicas orientadas a la expresión de emociones, lo que ayudará a concientizarlos y sobrellevar posibles conflictos sociales.

TERCERA: Es importante que los docentes utilicen técnicas innovadoras, para mejorar la calidad educativa, como pueden ser el aprendizaje basado en proyectos (ABP), el aula invertida o el mindfulness.

CUARTA: Se recomienda ejecutar nuevas investigaciones con las variables utilizadas, pero de manera presencial.

Referencias

Alvarado, P. (2015). Efecto de un programa basado en la inteligencia emocional para la mejora de la resiliencia en alumnos del quinto grado de secundaria en situación de pobreza. *In Crescendo*, *2*(1), 224-234. https://doi.org/10.21895/incres.2015.v6n1.18

Ardila, R. (marzo de 2011). Inteligencia: ¿qúe sabemos y qué nos falta por investigar? *Revista de la Academia Colombiana de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales, 35*(134), 97-103.

Bastida, A. (12 de marzo de 2018). Sobre la inteligencia emocional. *Psicología-Online*. https://www.psicologia-online.com/la-inteligencia-emocional-1269.html

Benites, M. (2019). *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de 5° de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Chorrillos en el año 2017* (Tesis de maestría, Escuela Universitaria de Posgrado, Universidad Nacional Federico Villarreal. Lima, Perú). http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/4200

BiiA LAB. (23 de marzo de 2017). *Lectura de alto rendimiento en BiiA LAB 2017* [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=Mbassw_yzJw

Britto, L. (2021). *La resiliencia y el autoconcepto de los estudiantes del tercer ciclo de la Facultad de contabilidad de la Universidad del Callao* (Tesis de maestría, Escuela de Posgrado, Universidad Nacional de Educación. Lima, Perú). http://hdl.handle.net/20.500.14039/6552

Caicedo, J. & Mosquera, J. (2019). Fortalecimiento de la inteligencia emocional con el fin de optimizar la conducta resiliente en las familias y estudiantes del grado sexto D, pertenecientes a la Institución Educativa Don Bosco, del Municipio de Popayán (Tesis de licenciatura, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Universidad de Popayán. Popayán, Colombia). https://unividafup.edu.co/repositorio/files/show/283

Candela, C., Barberá, E., Ramos, A. & Sarrió, M. (2002). Inteligencia emocional y la variable género. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, *5*(10), 8-9. http://reme.uji.es/articulos/acandc2272105102/texto.html

Céspedes, E. (2021). *La resiliencia y la inteligencia emocional en los estudiantes de tercer año de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Joaquín Arias del cantón San Pedro de Pelileo* (Tesis de licenciatura, Facultad de Ciencias Humanas y de la

Educación, Universidad Técnica de Ambato. Ecuador). https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/32639

Cobb, B. & Alwell, M. (agosto de 2009). Transition planning/coordinating interventions for youth with disabilities: a systematic review. *Career Development for Exceptional Individuals, 32*(2), 70-81. https://doi.org/10.1177/0885728809336655

Contreras, M. & Dextre, G. (2016). *Inteligencia emocional y estrés laboral en docentes universitarios de la ciudad de Huancayo* (Tesis de licenciatura, Facultad de Humanidades, Universidad Continental. Huancayo, Perú). https://hdl.handle.net/20.500.12394/2956

Cyrulnik, B. (2007). *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no termina la vida.* Barcelona: Gedisa.

De la Vega, J. (2011). *La resiliencia y sus componentes como indicadores de inteligencia emocional* (Tesis de maestría, Escuela de Graduados de Educación, Tecnológico de Monterrey. Cd. Juárez, Chihuahua, México). http://hdl.handle.net/11285/570933

Díaz, M. Á. (28 de marzo de 2014). El tercer gran modelo de inteligencia emocional: Reuven Bar-On. *Miguel Ángel Díaz*. https://bit.ly/3sQ512s

Díaz, N. & Rendos, M. (2019). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes entre 16 a 18 años de edad* (Tesis de licenciatura, Facultad "Teresa de Ávila", Pontificia Universidad Católica Argentina. Paraná, Argentina). https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/8598

Dueñas, M. L. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XX1*, *5*, 77-96. https://doi.org/10.5944/educxx1.5.1.384

Estrada, E. (julio-setiembre de 2020). Inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de una institución educativa pública de Puerto Maldonado. *Ciencia y Desarrollo, 23*(3), 27-35. https://doi.org/10.21503/cyd.v23i3.2139

Friere, J. (2017). *La resiliencia y las relaciones interpersonales en los estudiantes de décimo año de educación general básica de la Unidad Educativa "Rumiñahui" de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua* (Tesis de licenciatura, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Universidad Técnica de Ambato. Ecuador). https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/25599

Forés, A. y Grané J. (mayo-agosto de 2012). La resiliencia en entornos socioeducativos. *Profesorado. Revista de Curriculum y Formación de Profesorado,* (19), XX-XXII. https://www.redalyc.org/pdf/567/56741181028.pdf

Goleman, D. (1998). *La inteligencia emocional: por qué es más importante que el coeficiente intelectual.* Kairos.

Gómez, M. (2019). *Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young en universitarios de Lima Metropolitana* (Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología, Universidad Ricardo Palma. Lima, Perú. http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1921

Guevara, L. (enero de 2011). La inteligencia emocional. *Temas para la Educación*, (12), 1-12. https://www.feandalucia.ccoo.es/docuipdf.aspx?d=7866&s=

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw Hill Education. https://bit.ly/3MEUHlF

Hervas y Panduro, A. (setiembre de 1998). Shapiro, L.E., *La inteligencia emocional de los niños*, Grupo Zeta, Barcelona, 1997 [Reseña de libro]. *Revista Padres y Maestros* (238), 40. https://bit.ly/3G5S9uz

Hoffman, M. (1987). The contribution of empathy to justice and moral judgment. En N. Eisenberg & J. Strayer (Eds.). *Empathy and its development* (pp. 47-80). Cambridge University Press.

Mamani , R. & Valle, C. (2018). *Inteligencia emocional, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del quinto año de secunadria del distrito de Arequipa* (Tesis de licenciatura, Facultad de Psicología, Relaciones Industriales y Ciencias de la Comunicación, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Perú). http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/5856

Manciaux, M. (2003). *La resiliencia: resistir y rehacerse.* Gedisa.

Melillo, A. (2002). *Resiliencia: sobre la necesidad de especificar otro pilar de la resiliencia.* Paidós.

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables [MIMP]. (2012). *Manual de intervención en centros de atención residencial de niños, niñas y adolescentes sin cuidados parentales*. Lima: Autor. https://bit.ly/3sNWUmQ

Morán, M. (2015). *Resiliencia en adolescentes y su relación con la inteligencia emocional* (Tesis de maestría, Facultad de Educación y Trabajo Social, Universidad de Valladolid. España). https://nanopdf.com/download/tfm-g-488pdf_pdf

Nóstica (Ed.). (2020). *Inteligencia emocional: la inteligencia más allá del intelecto.* Independently Published.

Páez, L. (2018). *Apoyo social y su relación con la resiliencia en los pacientes oncológicos* (Tesis de licenciatura, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Técnica de Ambato. Ecuador). http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/28946

Piaget, J. (1995). *De la lógica del niño a la lógica del adolescente*. Buenos Aires: Paidós.

Pradas, C. (19 de junio de 2018). Teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman: resumen y test. *Psicología-Online*. https://bit.ly/39HDKse

Puerta, M. (24 de setiembre de 2007). La resiliencia. *Bienestar y Protección Infantil*. https://bit.ly/3ltDDTX

Rey, L., & Extremera, N. (marzo de 2012). Inteligencia emocional percibida, felicidad y estrategias distractoras en adolescentes. *Boletín de Psicología*, (104), 87-101. https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N104-5.pdf

Rodríguez, E. (2014). *Resiliencia e inteligencia emocional y su influencia en la calidad de vida de mujeres con cáncer de mama integrantes de la organización "ASOLCCAN". Estelí, Marzo-Septiembre. 2013* (Tesis de licenciatura, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua. León). http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/handle/123456789/7080

Roque, M. (2020). *Relación entre resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de un centro preuniversitario privado de Lima Metropolitana-2020* (Tesis de licenciatura, Facultad de Psicología, Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima, Perú). https://hdl.handle.net/20.500.12866/8553

Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberabit, 11*(11), 41-48. https://bit.ly/3NwVuW6

Sánchez, M., Fernández, P., Montañés, J. & Latorre, J. (2008). ¿Es la inteligencia emocional una cuestion de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, *6*(2), 455-474. https://bit.ly/3NqpYZJ

Sánchez, C. (2019) *Análisis de la inteligencia emocional y la resiliencia como motor para su desarrollo* (Tesis de licenciatura, Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales, Universidad de León. León). http://hdl.handle.net/10612/11634

Sosa, S.& Salas, E. (enero-junio de 2020). Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes secundarios de San Luis de Shuaro, La Merced. *Comuni@cción, 11*(1), 40-50. https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.394

Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*, (4), 129-160. https://hdl.handle.net/20.500.12724/2195

Uriarte, A. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidactica,10*(2)*, 61-79.* https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf

Vergara, C. (3 de agosto de 2020). Actualidad en Psicología. *Teorías de la inteligencia en Psicología*. https://www.actualidadenpsicologia.com/que-es-la-inteligencia/

Villalba, C. (2003). El concepto de resiliencia individual y familiar: aplicaciones en la intervención social. *Intervención Psicosocial, 12*(3), 283-299. https://www.redalyc.org/pdf/1798/179818049003.pdf

Villalba, C. (enero de 2011). El enfoque de resiliencia en trabajo social. *Acciones e investigaciones sociales, 443.* https://bit.ly/3sQFeae

Wagnild, G. & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement, 1*(2), 165-178.

Yslado, R., Villafuerte, M., Sánchez, J., & Rosales, I. (julio-diciembre de 2019). Vivencias en el proceso de institucionalización e inteligencia emocional en niños y adolescentes: diferencias según variables sociodemográficas. *Revista Costarricense de Psicología, 38*(2), 179-204. https://doi.org/10.22544/rcps.v38i02.04

Zúñiga, E. (2018). *El nivel de inteligencia emocional de las estudiantes del "Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Naciones Unidas". Lima, 2018* (Tesis de bachillerato, Facultad de Ciencias Empresariales, Universidad Señor de Sipán. Pimentel, Perú). https://hdl.handle.net/20.500.12802/5329

ANEXOS

ANEXO 1. Matriz de consistencia

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
Problema general ¿Cuál es la relación que existe entre inteligencia emocional y resiliencia, en estudiantes del instituto CIMAC? **Problemas específicos** ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del Instituto CIMAC? ¿Cuál es el nivel de resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC? ¿Cómo es la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones confianza de sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo, de la variable resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC? ¿Cómo es la relación entre resiliencia y las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general, de la variable inteligencia emocional en	**Objetivo general** Determinar la relación que existe entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes del instituto CIMAC. **Objetivos específicos** Establecer el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del Instituto CIMAC. Establecer el nivel de resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC. Describir la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones confianza de sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo, de la variable resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC Describir la relación entre resiliencia y las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general, de la variable inteligencia emocional en	**Hipótesis general** Existirá una relación estadísticamente significativa entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes del instituto CIMAC **Hipótesis específicas** El nivel de inteligencia emocional se encontrará por debajo del promedio en los estudiantes del Instituto CIMAC. El nivel de resiliencia se encontrará por debajo del promedio en los estudiantes del Instituto CIMAC. Existirá una relación significativa entre inteligencia emocional y las dimensiones confianza de sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo, de la variable resiliencia en estudiantes del Instituto CIMAC.	**Variable 1** Inteligencia emocional **Variable 2** Resiliencia	**Población** Conformada por 400 estudiantes del Instituto CIMAC ubicado en la ciudad de Arequipa, tanto varones como damas de 18 años a más **Muestra** Conformada por 245 estudiantes del Instituto CIMAC ubicado en la ciudad de Arequipa de ambos sexos. **Técnica y tipo de muestreo** Muestreo no probabilístico por conveniencia **Técnica de recolección de datos** Se aplicaron los instrumentos de medición para ambas variables, se procesó la información en el paquete estadístico SPSS se realizó la fiabilidad alfa de Cronbach para luego aplicar la prueba de normalidad Kolmogorov para luego aplicar la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman **Instrumentos de recolección** Inventario de inteligencia emocional Ice de BarOn Escala de Resiliencia

estudiantes del Instituto CIMAC?	estudiantes del Instituto CIMAC.	Existirá una relación significativa entre resiliencia y las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general, de la variable inteligencia emocional en estudiantes del Instituto CIMAC.		

Bibliografía de sustento para la justificación y delimitación del problema	**Bibliografía de sustento para el diseño metodológico**
Goleman, D. (1998). *La inteligencia emocional: por qué es más importante que el coeficiente intelectual.* Kairos. BiiA LAB. (23 de marzo de 2017). *Lectura de alto rendimiento en BiiA LAB 2017* [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=Mbassw_yzJw Nóstica (Ed.). (2020). *Inteligencia emocional: la inteligencia más allá del intelecto.* Independently Published. Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*, (4), 129-160. https://hdl.handle.net/20.500.12724/2195 Villalba, C. (2003). El concepto de resiliencia individual y familiar: aplicaciones en la intervención social. *Intervención Psicosocial, 12*(3), 283-299. https://www.redalyc.org/pdf/1798/179818049003.pdf Hervas y Panduro, A. (setiembre de 1998). Shapiro, L.E., *La inteligencia emocional de los niños*, Grupo Zeta, Barcelona, 1997 [Reseña de libro]. *Revista Padres y Maestros* (238), 40. https://bit.ly/3G5S9uz	Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). Metodología de la investigación (6.a ed.). McGraw Hill Education. https://bit.ly/3MEUHlF Gómez, M. (2019). Estandarización de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young en universitarios de Lima Metropolitana (Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología, Universidad Ricardo Palma. Lima, Perú. http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1921 Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. Persona, (4), 129-160. https://hdl.handle.net/20.500.12724/2195 Contreras, M. & Dextre, G. (2016). Inteligencia emocional y estrés laboral en docentes universitarios de la ciudad de Huancayo (Tesis de licenciatura, Facultad de Humanidades, Universidad Continental. Huancayo, Perú). https://hdl.handle.net/20.500.12394/2956

ANEXO 2: Consentimiento informado de participación de investigación

CONSENTIMIENTO INFORMADO DE PARTICIPACIÓN DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación se conduce por la Srta. Ericka Maribel Miranda Medina, con grado de Bachiller por la Universidad Continental en Psicología. El objetivo del estudio es determinar la relación entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes del instituto CIMAC, Arequipa-2021.

En función de ello, lo invito a participar de este estudio a través de dos cuestionarios virtuales, que se estima tendrá una duración de 40 minutos. Su participación es absolutamente voluntaria. Los datos personales se mantendrán en estricta confidencialidad, los mismos que no serán utilizados para ningún otro propósito que la investigación. Si usted desea, un informe de los resultados de la investigación se le puede hacer llegar cuando la investigación haya concluido y usted lo solicite, para ello brindará el medio de comunicación más conveniente para hacerle llegar la información.

Su participación será sin costo. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole. Todas las consultas o dudas que tenga sobre la investigación pueden ser atendidas en cualquier momento durante su participación. Una vez que acepte participar, una copia de este consentimiento informado le será entregada.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Ericka Maribel Miranda Medina. He sido informado (a) de que el objetivo de este estudio es determinar la relación entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes del instituto CIMAC, Arequipa-2021.

Se ha informado que tengo que responder preguntas de manera virtual, lo cual tomará aproximadamente 40 minutos.

Entiendo que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado (a) de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento.

Estoy al tanto de que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir sobre los resultados del estudio cuando este haya concluido.

Estoy al tanto que no recibiré ninguna compensación económica por mi participación. Para esto puedo contactar a Ericka Maribel Miranda Medina al correo 76783198@continental.edu.pe.

_____	_____	_____
Nombre del participante	Firma del participante	Fecha

ANEXO 3: Solicitud de permiso

SOLICITO: PERMISO PARA REALIZAR TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

SEÑOR
ING. CHRISTIAN UZATEGUI AGUILAR
DIRECTOR DEL INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR CIMAC

Yo, ERICKA MARIBEL MIRANDA MEDINA, identificada con DNI 76783198 con domicilio Calle 12 de octubre 402 B del distrito de Alto Selva Alegre. Ante Ud. respetuosamente me presento y expongo:

Que, siendo Bachiller en **PSICOLOGÍA** de la Universidad Continental, solicito permiso para realizar trabajo de investigación en su institución, el cual tiene como título **"RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO CIMAC, AREQUIPA-2021"** para optar el grado de Licenciada en Psicología.

Por lo tanto, espero tenga la amabilidad de otorgar el permiso para aplicar los cuestionarios de manera virtual a sus alumnos pertenecientes a la sede Arequipa.

Sin otro particular quedo de usted y con la seguridad de contar con su aceptación, me despido.

Arequipa, 06 de octubre del 2021

Atentamente,

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR ICIT
Reg. N°
Folio 61
Fecha 11 / 10 / 21
Firma

Bach. Ericka Maribel Miranda Medina

DNI: 76783198

Prof. Christian Uzategui Aguilar
Dirección Académica
I.E.S.T.P. CIMAC DEL

ANEXO 4: Aceptación de proyecto de investigación

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR
CIMAC | Crea Crece y Avanza
R.M. 0868-94-ED

AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERU: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA

Arequipa, 11 de octubre del 2021

CARTA 001-2021-IESTP ICIT-CIMAC

Señor:
Mg. JORGE SALCEDO CHUQUIMANTARI
Director de la EAP de Psicología de la Universidad Continental

Presente. -
ASUNTO : ACEPTACION DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Tengo el agrado de dirigirme a usted con la finalidad de saludarlo muy cordialmente y a la vez expresarle nuestra **ACEPTACIÓN** como institución, para que la **SRTA. ERICKA MARIBEL MIRANDA MEDINA** identificada con DNI N.º 76783198, estudiante de la carrera de Psicología de la Universidad Continental, pueda realizar los procesos necesarios, para su proyecto de investigación "**RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO CIMAC, AREQUIPA-2021**" en la Institución Educativa, del mismo modo se autoriza el uso del nombre de la institución para los fines que competen al proyecto de Investigación en cuestión.

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para reiterarle las muestras de mi estima y consideración personal.

Atte.

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO CIMAC DEL SUR DIRECCIÓN ACADÉMICA AREQUIPA

Prof. Christian Uzátegui Aguilar
Dirección Ac
I.E.S.T.P. CIMA

ANEXO 5: Aprobación del Comité de Ética

Universidad Continental

Huancayo, 25 de octubre del 2021

OFICIO N° 085-2021-CE-FH-UC

Señor(a):

ERICKA MARIBEL MIRANDA MEDINA

Presente-

EXP. 085-2021

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y a la vez manifestarle que el estudio de investigación titulado: "RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO CIMAC, AREQUIPA-2021" ha sido **APROBADO** por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades, bajo las siguientes observaciones:

- El Comité de Ética puede en cualquier momento de la ejecución del trabajo solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas (mantener la confidencialidad de datos personales de los individuos entrevistados).
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atte,

Claudia Ríos Cataño
Comité de Ética en Investigación
Facultad de Humanidades
Presidenta
Universidad Continental

ANEXO 6: Inventario de inteligencia emocional Ice de BarOn

CUESTIONARIO

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn

INSTRUCCIONES: En este cuadernillo encontrará 133 afirmaciones sobre maneras de sentir, pensar o actuar. Léalas atentamente y decida en qué medida cada una describe o no su verdadero modo de ser. Hay cinco posibles respuestas para cada frase.

1. Rara Vez o Nunca.
2. Pocas Veces.
3. Algunas Veces.
4. Muchas Veces.
5. Muy frecuentemente o Siempre.

Una vez decidida su respuesta, usted debe indicarla en el lugar correspondiente de la HOJA DE RESPUESTAS. Hágalo así: verifique la cifra que tiene la respuesta elegida y sombree el circulo que rodea a esa cifra.

Por ejemplo: si ante la primera frase: "Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso", decide que eso es, "MUCHAS VECE5" verdadero para usted, entonces sombreará, en la HOJA DE RESPUESTAS y frente al número 1, el círculo con la cifra 4:

1. 1 2 3 5

Si después cambia de opinión o ve que ha cometido un error, ¡no borre! Haga una "X" sobre la respuesta que desea cambiar y después sombree la cifra de la nueva respuesta:

1. 1 2 3 5

Si alguna de las frases no tiene nada que ver con usted, igualmente responda teniendo en cuenta cómo se sentiría, pensaría o actuaría si estuviera en esa situación.

No hay respuestas "correctas" o "incorrectas", ni respuestas "buenas" o "malas". Responda honesta y sinceramente de acuerdo a cómo es usted, no según cómo le gustaría ser ni cómo le gustaría que otros lo (a) vieran.

No hay límite de tiempo, pero trabaje con rapidez y asegúrese de responder **todas** las frases.

CONTESTE EN LA "HOJA DE RESPUESTAS"

NO ESCRIBA NADA EN ESTE CUADERNILLO

1. **Rara Vez o Nunca.**
2. **Pocas Veces.**
3. **Algunas Veces.**
4. **Muchas Veces.**
5. **Muy frecuentemente o Siempre.**

---

1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.
2. Me resulta difícil disfrutar la vida.
3. Prefiero un tipo de trabajo en el cual me indiquen casi todo lo que debo hacer.
4. Sé cómo manejar los problemas más desagradables.
5. Me agradan las personas que conozco.
6. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.
7. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.
8. Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto (a).
9. Entro fácilmente en contacto con mis emociones.
10. Soy incapaz de demostrar afecto.
11. Me siento seguro (a) de mí mismo (a) en la mayoría de las situaciones.
12. Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza.
13. Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.
14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.
15. Frente a una situación problemática obtengo la mayor cantidad de información pos para comprender mejor lo que está pasando.
16. Me gusta ayudar a la gente.
17. Me es difícil sonreír.
18. Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.
19. Cuando trabajo con otras personas, tiendo a confiar más en las ideas de los den que en las mías propias.
20. Creo que tengo la capacidad para poder controlar las situaciones difíciles.
21. No puedo identificar mis cualidades, no sé realmente para qué cosas soy bueno (a).
22. No soy capaz de expresar mis pensamientos.
23. Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos.
24. No tengo confianza en mi mismo (a).
25. Creo que he perdido la cabeza.
26. Casi todo lo que hago, lo hago con optimismo.
27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.
28. En general, me resulta difícil adaptarme a los cambios.
29. Antes de intentar solucionar un problema me gusta obtener un panorama general mismo.
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.
32. Prefiero que los otros tomen las decisiones por mí.
33. Puedo manejar situaciones de estrés sin ponerme demasiado nervioso (a).
34. Tengo pensamientos positivos para con los demás.
35. Me es difícil entender cómo me siento.
36. He logrado muy poco en los últimos años.
37. Cuando estoy enojado (a) con alguien se lo puedo decir.
38. He tenido experiencias extrañas que son inexplicables.
39. Me resulta fácil hacer amigos (as).
40. Me tengo mucho respeto.
41. Hago cosas muy raras.
42. Soy impulsivo (a) y esto me trae problemas.
43. Me resulta difícil cambiar de opinión.
44. Tengo la capacidad para comprender los sentimientos ajenos.
45. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.

1. **Rara Vez o Nunca.**
2. **Pocas Veces.**
3. **Algunas Veces.**
4. **Muchas Veces.**
5. **Muy frecuentemente o Siempre.**

---

46. A la gente le resulta difícil confiar en mí.
47. Estoy contento (a) con mi vida.
48. Me resulta difícil tomar decisiones por mi mismo (a).
49. No resisto el estrés.
50. En mi vida no hago nada malo.
51. No disfruto lo que hago.
52. Me resulta difícil expresar sin sentimientos más íntimos.
53. La gente no comprende mi manera de pensar.
54. En general, espero que suceda lo mejor.
55. Mis amistades me confían sus intimidades.
56. No me siento bien conmigo mismo (a).
57. Percibo cosas extrañas que los demás no ven.
58. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.
59. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.
60. Frente a una situación problemática, analizo todas las opciones y luego opto por la que considero mejor.
61. Si veo a un niño llorando me detengo a ayudarlo a encontrar a sus padres, aunque ese momento tengo otro compromiso.
62. Soy una persona divertida.
63. Soy consciente de cómo me siento.
64. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.
65. Nada me perturba.
66. No me entusiasman muchos mis intereses.
67. Cuando no estoy de acuerdo con alguien siento que se lo puedo decir.
68. Tengo una tendencia a perder contacto con la realidad ya fantasear.
69. Me es difícil relacionarme con los demás.
70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.
71. Me siento como si estuviera separado (a) de mi cuerpo.
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.
73. Soy impaciente.
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.
77. Me deprimo.
78. Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.
79. Nunca he mentido.
80. En general me siento motivado (a) para seguir adelante, incluso cuando las cosas ponen difíciles.
81. Trato de seguir adelante con las cosas que me gustan.
82. Me resulta difícil decir no aunque tenga el deseo de hacerlo.
83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.
84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.
85. Me siento feliz conmigo mismo (a).
86. Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar.
87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.
88. Soy consciente de lo que me está pasando, aún cuando estoy alterado (a).

1. **Rara Vez o Nunca.**
2. **Pocas Veces.**
3. **Algunas Veces.**
4. **Muchas Veces.**
5. **Muy frecuentemente o Siempre.**

---

89. Para poder resolver una situaci6n que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.
90. Soy respetuoso (a) con los demás.
91. No estoy muy contento (a) con mi vida.
92. Prefiero seguir a otros, a ser líder.
93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.
94. Nunca he violado la ley.
95. Disfruto de las cosas que me interesan.
96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.
97. Tengo tendencia a exagerar.
98. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.
99. Mantengo buenas relaciones con la gente.
100. Estoy contento (a) con mi cuerpo.
101. Soy una persona muy extraña.
102. Soy impulsivo (a).
103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres.
104. Considero que es importante ser un (a) ciudadano (a) que respeta la ley.
105. Disfruto las vacaciones y los fines de semana.
106. En general: tengo una actitud positiva para todo, aún cuando surjan inconvenientes.
107. Tengo tendencia a apegarme demasiado a la gente.
108. Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.
109. No me siento avergonzado (a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.
110. Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan.
111. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.
112. Soy capaz de dejar de fantasear para inmediatamente ponerme a tono con la realidad.
113. Los demás opinan que soy una persona sociable.
114. Estoy contento (a) con la forma en que me veo.
115. Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.
116. Me es difícil describir lo que siento.
117. Tengo mal carácter.
118. Por lo general, me trabo cuando analizo diferentes opciones para resolver un problema.
119. Me es difícil ver sufrir a la gente.
120. Me gusta divertirme.
121. Me parece que necesito de los demás, más de lo que ellos me necesitan.
122. Me pongo ansioso.
123. Nunca tengo un mal día.
124. Intento no herir los sentimientos de los demás.
125. No tengo idea de lo que quiero hacer en mi vida.
126. Me es difícil hacer valer mis derechos.
127. Me es difícil ser realista.
128. No mantengo relaci6n con mis amistades.
129. Mis cualidades superan a mis defectos y esto me permite estar contento (a) conmigo mismo (a).
130. Tengo una tendencia de explotar de rabia fácilmente.
131. Si me viera obligado (a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.
132. En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensaci6n que voy a fracasar.
133. He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.

ANEXO 7: Escala de resiliencia de Wagnild y Young

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG.

EDAD……SEXO……..PROCEDENCIA……

ESTADO CIVIL……CARRERA TECNICA……

INSTRUCCIONES: Se le presenta una serie de enunciados que describen su forma de enfrentarse a las situaciones adversas. Lea atentamente las preguntas y marca la que creas conveniente.

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

ANEXO 8: Alfa de Cronbach aplicada a la muestra de estudio

Alfa de Cronbach de la variable inteligencia emocional

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	245	100.0
	Excluido[a]	0	0.0
	Total	245	100.0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N.° de elementos
0.915	133

Alfa de Cronbach de la variable resiliencia

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	245	100.0
	Excluido[a]	0	0.0
	Total	245	100.0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N.° de elementos
0.942	25