



VICERRECTORADO ACADÉMICO

ESCUELA DE POSGRADO

TESIS

RELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LOS
ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES
DEL III CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA
INDUSTRIAL DE LA UNIVERSIDAD “ALAS PERUANAS”,
AREQUIPA, 2017

PRESENTADO POR:

Bach. JUAN CARLOS GRANDE CCALLA

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN DOCENCIA
UNIVERSITARIA Y GESTIÓN EDUCATIVA**

AREQUIPA - PERÚ

2019



***VICERRECTORADO ACADÉMICO
ESCUELA DE POSGRADO***

TÍTULO DE TESIS

RELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LOS
ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES
DEL III CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA
INDUSTRIAL DE LA UNIVERSIDAD “ALAS PERUANAS”,
AREQUIPA, 2017

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

EDUCACIÓN SUPERIOR

ASESOR

DR. MANUEL LINARES PACHECO

DEDICATORIA

Al creador de todas las cosas, el que me ha dado fortaleza para continuar cuando a punto de caer he estado; por ello, con toda la humildad que de mi corazón puede emanar, dedico primeramente mi trabajo a Dios.

Dedico este trabajo a mi amada esposa Lidia, por su apoyo y ánimo que me brinda día con día para alcanzar nuevas metas, tanto profesionales como personales.

A mis padres Gregoria y Florentino quienes gracias a su apoyo y bendiciones me enseñaron a luchar por lo que creo y lo que quiero.

Algunos están aquí conmigo y otros a la distancia, pero a todos los llevo en mis recuerdos y en mi corazón.

RECONOCIMIENTO

A la Escuela de Posgrado de la Universidad Alas Peruanas Filial Arequipa, que contribuyó con mi formación académica y de valores.

Al Dr. Manuel Linares Pacheco, que me apoyó en la realización de este trabajo y su disposición amable durante el desarrollo de la investigación.

ÍNDICE

CARÁTULA.....	i
DEDICATORIA.....	iii
RECONOCIMIENTO.....	iv
ÍNDICE.....	v
ÍNDICE DE TABLAS.....	viii
ÍNDICE DE FIGURAS.....	ix
RESUMEN.....	x
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN.....	xiii
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	15
1.1. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA.....	15
1.2. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	17
1.2.1. Delimitación Espacial.....	17
1.2.2. Delimitación Social.....	17
1.2.3. Delimitación Temporal.....	17
1.2.4. Delimitación Conceptual.....	17
1.3. PROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN.....	17
1.3.1 Problema Principal.....	17
1.3.2 Problemas Específicos.....	18
1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	18
1.4.1 Objetivo General.....	18
1.4.2 Objetivos Específicos.....	18
1.5. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
1.5.1 Justificación.....	19
1.5.2 Importancia.....	21
1.6. FACTIBILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....	22
1.7. LIMITACIONES DEL ESTUDIO.....	22
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	23
2.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA.....	23
2.1.1 Antecedentes Internacionales.....	23
2.1.2 Antecedentes Nacionales.....	27

2.1.3	Antecedentes Locales	29
2.2	BASES TEÓRICAS O CIENTÍFICAS.....	30
2.2.1	Inteligencia Emocional Interpersonal.....	30
2.2.2	Estrategias de Afrontamiento	43
2.3	DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS.....	54
2.3.1.	Inteligencia	54
2.3.2.	Emoción	54
2.3.3.	Inteligencia Emocional.....	55
2.3.4.	Percepción Emocional, Evaluación y Expresión de las Emociones.....	55
2.3.5.	Facilitación Emocional del Pensamiento	55
2.3.6.	Comprensión Emocional	55
2.3.7.	Regulación Emocional.....	56
2.3.8.	Estilo Dirigido a la Resolución de Problemas	56
2.3.9.	Estilo Dirigido a la Relación con los Demás o Referencia a Otros	56
2.3.10	Estilo Improductivo o Afrontamiento No Productivo.....	56
2.3.11	Estrés	56
CAPÍTULO III:	HIPÓTESIS Y VARIABLES	57
3.1	HIPÓTESIS GENERAL.....	57
3.2	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	57
3.3	DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE LAS VARIABLES.....	59
3.3.1	Definición Conceptual: Inteligencia Emocional.....	59
3.3.2	Definición Operacional: Inteligencia Emocional.....	59
3.3.3	Definición Conceptual: Estrategias de Afrontamiento.....	59
3.3.4	Definición Operacional: Estrategias de Afrontamiento	59
3.4	CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	60
CAPÍTULO IV:	METODOLOGÍA DE LA INESTIGACIÓN	61
4.1	TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN.....	61
4.1.1	Tipo de Investigación.....	61
4.1.2	Nivel de Investigación.....	61
4.2	MÉTODOS Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	61
4.2.1	Métodos de Investigación	61

4.2.2	Diseño de la Investigación.....	62
4.3	POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN.....	62
4.3.1	Población.....	62
4.3.2	Muestra	62
4.4	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	63
4.4.1	Técnicas.....	63
4.4.2	Instrumentos.....	63
4.4.3	Validez y Confiabilidad	66
4.4.4	Plan de Análisis de Datos.....	67
4.4.5	Ética en la Investigación.....	68
CAPÍTULO V:	RESULTADOS.....	69
5.1	ANÁLISIS DESCRIPTIVO.....	69
5.1.1	Identificar el Nivel de las Dimensiones de la Inteligencia Emocional Intrapersonal en Estudiantes de Ingeniería Industrial.....	69
5.1.2	Identificar los Estilos de Afrontamiento que utilizan los Estudiantes de Ingeniería Industrial	72
5.2	RESULTADOS INFERENCIALES	74
5.2.1	Establecer las Diferencias Según Sexo y Edad en las Dimensiones de la Inteligencia Emocional Intrapersonal en Estudiantes de Ingeniería Industrial.....	74
5.2.2	Establecer las Diferencias Según Sexo y Edad en los Estilos de Afrontamiento que utilizan los Estudiantes de Ingeniería Industrial.....	78
5.3	COMPROBACIÓN DE HIPÓTESIS	81
CAPÍTULO VI:	DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	86
CONCLUSIONES	89
RECOMENDACIONES	91
FUENTES DE INFORMACIÓN	92
ANEXOS	97
1.	MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	98
2.	INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	107
3.	VALIDACIÓN DE EXPERTOS.....	112
4.	DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL INFORME DE TESIS ..	117

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Niveles de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes de ingeniería industrial</i>	69
Tabla 2 <i>Inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes ingeniería industrial</i>	71
Tabla 3 <i>Estilos de afrontamiento que utilizan los estudiantes ingeniería industrial</i>	72
Tabla 4 <i>Diferencias según sexo de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal en los estudiantes ingeniería industrial</i>	74
Tabla 5 <i>Diferencias según edad de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes de ingeniería industrial</i>	76
Tabla 6 <i>Diferencias según sexo de los estilos de afrontamiento que utilizan en estudiantes de ingeniería industrial</i>	78
Tabla 7 <i>Diferencias según edad de los estilos de afrontamiento que utilizan en estudiantes de ingeniería industrial</i>	79
Tabla 8 <i>Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de ingeniería industrial</i>	81
Tabla 9 <i>Importancia de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de ingeniería industrial</i>	84
Tabla 10 <i>Matriz de consistencia relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del iii ciclo de la escuela profesional de ingeniería industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, 2017</i>	98

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Diagrama de barras de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal.....	70
Figura 2: Diagrama de barras de la inteligencia emocional intrapersonal.....	71
Figura 3: Diagrama de barras de los estilos de afrontamiento.....	73
Figura 4: Diagrama de barras de las Dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal según sexo.....	75
Figura 5: Diagrama de barras de las Dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal según edad	77
Figura 6: Diagrama de barras de los estilos de afrontamiento según sexo.....	79
Figura 7: Diagrama de barras de los estilos de afrontamiento según edad	80
Figura 8: Importancia normalizada de la inteligencia emocional intrapersonal y los estilos de afrontamiento en estudiantes de ingeniería industrial.....	83
Figura 9: Importancia normalizada de la inteligencia emocional intrapersonal y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de ingeniería industrial ..	85

RESUMEN

El objetivo de la investigación fue determinar relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017. La muestra fue no probabilística censal y estuvo conformada por los estudiantes de la escuela de Ingeniería Industrial. La hipótesis a comprobarse fue: Es probable que exista relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal y los estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017. Se consideró como variable (x) las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal, el instrumento de medición de esta variable fue la Escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones (Trait Meta-Mood Scale TMMS-24), Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). Como variable (y) los estilos de afrontamiento. El instrumento utilizado fue: la Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS. Adaptación de Jaime Pereña y Nicolas Seisdedos (1997). El tipo de investigación es básico, de diseño no experimental, descriptivo, comparativo y correlacional transversal. Se realizó el análisis estadístico para datos categóricos a través de la Chi cuadrado. Los resultados indican los estudiantes presentan un adecuado manejo y reconocimiento de emociones, pero que aún no la expresan de forma adecuada. No existiendo diferencias por edad y sexo, excepto en la dimensión claridad donde los varones muestran mayor claridad emocional que las mujeres. Asimismo, el estilo de afrontamiento que más utilizan es el dirigido a la relación con los demás (ERD), no existe diferencias por edad y sexo al utilizar un estilo de afrontamiento excepto en el estilo improductivo, donde los estudiantes de mayor edad (18 y 21 años) utilizan mayoritariamente este estilo. Existe relación de la inteligencia emocional intrapersonal, y los estilos de afrontamiento, encontrando que la estrategia más relacionada por importancia ponderada es la buscar apoyo social, reducción de la tensión e invertir en amigos íntimos. Y el estilo relacionado por importancia es el dirigido a la relación con los demás.

Palabras clave: Inteligencia emocional intrapersonal, estilos de afrontamiento

ABSTRACT

The objective of the research was to determine the relationship between emotional intelligence and stress coping styles in students of the third cycle of the Professional School of Industrial Engineering of Alas Peruanas University, Arequipa 2017. The sample was non-probabilistic census and was composed of the students of the School of Industrial Engineering. The hypothesis to be verified was: It is probable that there is a relation between the dimensions of the intrapersonal emotional intelligence and the styles of confrontation in students. The dimensions of intrapersonal emotional intelligence were considered as variables (x). The measurement instrument for this variable was the Emotional Expression, Management and Recognition (Trait Meta-Mood Scale TMMS-24), Adaptation Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. and Ramos, N. (2004). As variable (and) coping styles. The instrument used was: The Coping Scale for Adolescents ACS. Adaptation of Jaime Pereña and Nicolas Seisdedos (1997). The type of research is basic, non-experimental, descriptive, comparative and cross-correlational design. Statistical analysis was performed for categorical data using Chi square. The results indicate that the students present an adequate management and recognition of emotions, but they still do not express it adequately. There are no differences by age and sex, except in the clarity dimension where males show greater emotional clarity than females. Likewise, the style of coping that they use most is directed towards the relationship with others (ERD), there is no difference by age and sex when using a style of coping except in the unproductive style, where older adolescents (18 and 21 years) mostly use this style. There is a relationship of intrapersonal emotional intelligence and coping styles, finding that the most related strategy by weighted importance is to seek social support, reduce stress and invest in close friends. And the style related by importance is directed towards the relationship with others.

Key words: Emotional intrapersonal intelligence, coping styles.

INTRODUCCIÓN

Este trabajo de investigación tiene como propósito determinar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

Los objetivos secundarios de la investigación son: Identificar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes, identificar los estilos de afrontamiento que utilizan los estudiantes, establecer las diferencias según sexo y edad en las dimensiones de la inteligencia emocional y establecer las diferencias según sexo y edad en los estilos de afrontamiento que utilizan en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

El presente trabajo de investigación está dividido en cinco capítulos, el primer capítulo se refiere al planteamiento del problema, el segundo capítulo constituye el marco teórico conceptual, en el tercer capítulo hipótesis y variables, en el cuarto capítulo la metodología de la investigación y en el quinto capítulo se desarrolla la presentación, análisis e interpretación de los resultados, al final se mencionan las conclusiones, recomendaciones y las fuentes de información.

Gardner ha concebido en los últimos años a la Inteligencia Emocional como "El conocimiento de los aspectos internos de la persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerlas un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta" (Gardner, 1993).

En la investigación se asume el enfoque de Berrocal, (2007) en el que se define a la Inteligencia Emocional como un conjunto de cuatro habilidades: a) percibir y expresar emociones con precisión; b) utilizar las emociones para facilitar la actividad cognitiva; c) comprender las emociones, y d) regular las emociones para el crecimiento personal y emocional.

En este sentido, la investigación se enfoca en la percepción de emociones, que es la habilidad para captar e identificar las emociones propias y ajenas. En el caso de las emociones propias, la percepción se relaciona con una mayor consciencia emocional.

Por ello, al relacionar la inteligencia emocional intrapersonal con los estilos de afrontamiento se relaciona una variable emocional y otra cognitiva, encontrando que la capacidad para identificar y gestionar las propias emociones, así como de empatizar hacia los demás, juega un papel importante a la hora de razonar o reflexionar sobre una situación problemática. En ese sentido la investigación unifica las habilidades emocionales y el razonamiento, facilitando un razonamiento efectivo y un modo de pensar más inteligente ante las situaciones problemáticas.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA

En la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017, se observó que los estudiantes del III ciclo enfrentan una serie de problemas de carácter psicosocial, ante los cuales no presentaban estrategias de afrontamiento. En ese sentido existe la inquietud de realizar una investigación sobre estrategias de afrontamiento en una población joven, esta necesidad por identificar los acontecimientos estresantes en estudiantes del III ciclo, como un intento de acercamiento al conocimiento de los mismos, dado la serie de problemas existentes presentados en la institución y canalizadas al área psicológica como problemas alimenticios, consumo de alcohol, drogas, intento de suicidios, absentismo académico, reprobación, etc.

Por lo tanto, un evento percibido con carga de estrés, exige la puesta en marcha de diversos recursos de la persona para afrontar la situación y restablecer el equilibrio. En ese sentido, el afrontamiento tiene como principal función, reducir el malestar vivenciado y el impacto del estrés sobre la persona. De ahí que se explique el afrontamiento como el proceso por el cual un individuo realiza esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente

cambiantes para manejar una demanda que excede sus propios recursos (Lazarus & Folkman, 1986, pág. 123).

En ese sentido, en el Perú, hay acuerdo entre los autores Ticona, Paucar y Ilerena (2010), Cassaretto (2009), Martinez y Morote (2001) y Velásquez (2008) en señalar que los jóvenes prefieren el afrontamiento centrado en el problema haciendo uso de la reflexión, la búsqueda de soluciones y el asumir compromisos, consideradas como estrategias activas o saludables. Sin embargo, hay quienes consideran que una estrategia focalizada en las emociones precede a las demás.

Es decir, que el adolescente asuma un estilo u otro de afrontamiento ante situaciones estresantes va a depender de un sinfín de factores, desde los factores internos; como las habilidades, competencias y capacidades propias de los adolescentes, hasta los externos como las influencias de la familia, del medio social, la universidad, etc., en el estudio se abordará a la inteligencia emocional intrapersonal como la asociada directamente al uso de estrategias de afrontamiento en los adolescentes.

Por ello, la utilización de las emociones consiste en el uso de las mismas para tareas como la resolución de problemas, la toma de decisiones, la comunicación, la focalización de la atención y el pensamiento creativo. Por tanto, se trata del uso de las emociones para el pensamiento como, por ejemplo, el pensamiento creativo, el afrontamiento adecuado de los problemas. Así pues, esta capacidad para identificar y gestionar las propias emociones, así como de empatizar hacia los demás, juega un papel importante a la hora de razonar o reflexionar sobre una situación problemática.

Por estos motivos se realiza la presente investigación en los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, porque se desea investigar si aquellos jóvenes, manejan o reconocen sus emociones y si tienen estilos de afrontamiento dirigido a la resolución de problemas, o dirigido a la relación con los demás o asumen un estilo improductivo.

1.2. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

1.2.1. Delimitación Espacial

La presente investigación, se desarrolló en la Universidad Alas Peruanas - Arequipa.

1.2.2. Delimitación Social

La presente investigación, se realizó con los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

1.2.3. Delimitación Temporal

El presente estudio se llevó a cabo en los meses de agosto a diciembre del 2017.

1.2.4. Delimitación Conceptual

a) Inteligencia Emocional

Según Bar-On (2006), la inteligencia emocional es un constructo formado por rasgos emocionales y de personalidad, los cuales interactúan en un mismo ser y se ven reflejados cuando se está con otra persona y se observa una adecuada comprensión y expresión, entendimiento y la manera como nos relacionamos con los demás. Está referida a los procesos implicados en el reconocimiento, uso, comprensión y manejo de los estados emocionales de uno mismo y de otros para resolver problemas y regular la conducta.

b) Estilos de Afrontamiento al Estrés

Para Scheier, Charles y Michael (1994) se entiende por estilos de afrontamiento como las predisposiciones para enfrentar diversas situaciones y éstas determinan el uso de diferentes estrategias de afrontamiento, su estabilidad temporal y situacional.

1.3. PROBLEMAS DE INVESTIGACIÓN

1.3.1 Problema Principal

¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?

1.3.2 Problemas Específicos

¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?

¿Cuáles son los estilos de afrontamiento al estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?

¿Existen diferencias según sexo y edad en las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?

¿Existen diferencias según sexo y edad en los estilos de afrontamiento de estrés que utilizan en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?

1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1 Objetivo General

Determinar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

1.4.2 Objetivos Específicos

Determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

Identificar los estilos de afrontamiento al estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

Establecer las diferencias según sexo y edad en las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

Establecer las diferencias según sexo y edad en los estilos de afrontamiento al estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

1.5. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1 Justificación

La presente investigación se realiza por la necesidad de establecer la importancia de considerar a la inteligencia emocional como fundamental para el afrontamiento al estrés de todo estudiante, a efecto de que adquiera competencias emocionales que le permitan un mejor desenvolvimiento en la era actual.

Las emociones determinan el nivel de estrés, así como el tipo de relación que mantenemos con las personas que nos rodean, si son subordinados, si son nuestros superiores o son nuestros pares. Los estudiantes universitarios, tienen la obligación de auto conocerse primero para luego poder dar un mayor aporte a nuestra sociedad, no olvidemos que necesitamos contar con profesionales que sepan no solo desarrollar contenidos y potenciar capacidades sino que también pongan énfasis en el trabajo de las actitudes que no es otra cosa que el ser, es decir trabajar valores y dar importancia plena al saber convivir, ello permitirá un mayor grado de tolerancia y a su vez estar en mejores condiciones de alcanzar el éxito.

Estamos seguros que los resultados de esta investigación contribuirán con el mejoramiento de la calidad de la educación y ello justificará las actividades desplegadas para su realización.

El mundo actual en el que vivimos, avanza rápidamente y a un ritmo del cual aún no nos reponemos, todo cambia, basta mirar a nuestro alrededor y dentro de este mundo competitivo y de globalización existe una lucha constante por querer surgir, por buscar ser algo o alguien en esta vida. A partir de los años 90 y con más fuerza estos últimos años damos una mirada al aspecto emocional de toda persona y observamos que una persona emocionalmente inteligente no solo será capaz de percibir, comprender y

manejar sus emociones, sino que podrá dirigirlas positivamente, así como mejorar sus niveles de empatía, asertividad y resiliencia.

El estudio es un tema de actualidad, debido que a lo largo de los años, la psicología ha dado mayor énfasis al modelo centrado en las debilidades humanas, en las emociones negativas, en las enfermedades mentales y en los instrumentos para medirlas (Godoy, 2004), (Lamas Rojas, 2004). En gran parte se buscaba aliviar el sufrimiento y reparar el daño generado. Frente a ello, se empieza a abordar la existencia humana desde una mirada positiva Vera (2006) surgiendo así interés por el estudio de las fortalezas humanas y las emociones positivas las cuales van a permitir mejorar la calidad de vida, prevenir la aparición de problemas educativos y/o psicológicos y por lo tanto lograr una mayor satisfacción con la vida y bienestar.

La presente investigación espera servir como soporte y experiencia a las futuras investigaciones que decidan realizar un trabajo similar. Se conceptualiza al estrés como estímulo, respuesta o ambas. Los autores identifican al estrés teniendo en cuenta las situaciones o agentes generadores del estrés (estresores o estímulo) y las manifestaciones psicobiológicas que se producen debido a su incidencia (respuesta). Además, Es importante diferenciar entre estrés normal (popularmente llamado ansiedad) y estrés patológico. Este último se define como el conjunto de efectos fisiológicos y psicológicos que se producen en el organismo por la exposición prolongada a situaciones que provocan ansiedad, problemas digestivos, hipertensión, alteraciones respiratorias, dolores de cabeza, cervicales, soriasis, alopecia, trastornos de ansiedad, cuadros depresivos, insomnio y disfunciones sexuales. El enfoque psicosomático clásico o psicofisiológico y el denominado enfoque del estrés Psicológico, En base a este último está orientada esta investigación para llegar a entender los niveles que presentan los estudiantes en la universidad, logrando identificar diferentes conductas. (Barraza Macías & Acosta Chávez, 2007). Algunos estudios han sugerido que los estudiantes emocionalmente inteligentes saben atender a las emociones originadas en su entorno, comprenden las posibles causas y consecuencias de ellas y desarrollan estrategias para regular o manejar estos estados emocionales

(Mayer, Salovey, & Caruso, 2008). En un contexto estudiantil, se afirma que el modo como algunos individuos identifican, regulan y utilizan la información derivada de las emociones tiene relación con la adaptación o afrontamiento del estrés. En el ámbito estudiantil eso significa no solamente un mayor y mejor rendimiento, sino también una mejora en la calidad de vida en general (Ciarrochi, Deane, & Anderson, 2002).

En ese sentido la relevancia de la investigación se centra debido a que en nuestro contexto no se ha estudiado tal relación, esta investigación será un aporte para lo que hasta ahora se ha estudiado sobre inteligencia emocional intrapersonal y afrontamiento. Asimismo, se podrá identificar las estrategias de afrontamiento que funcionan como factores protectores en los adolescentes contribuyendo a incrementar el grado de expresión y reconocimiento de sus emociones y disminuyendo el desarrollo de problemas psíquicos.

La investigación es viable ya que se cuenta con los recursos humanos necesarios para realizar la investigación, es decir, estudiantes de ambos sexos del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017. Asimismo, con asesores para realizar la investigación, se tiene disponibilidad de los recursos materiales, que comprenden los instrumentos de medición y los recursos para realizar la investigación. Con respecto al financiamiento para realizar la investigación, se cuenta con recursos propios, la investigación es autofinanciada, por lo mismo se dispone del tiempo adecuado y exclusivo para realizar la investigación.

1.5.2 Importancia

La investigación es importante desde el punto de vista teórico debido a que independientemente de este debate y para interés de la presente investigación, se abordó los estilos y estrategias de afrontamiento de la manera más laxa, es decir, como conductas y/o estilos de las personas y más concretamente de los adolescentes ante diversas demandas de sus experiencias vitales y/o más o menos cotidianas (fastidios), que no solo han de conceptuarse como estresantes, aunque sí demanden del sujeto un esfuerzo ya sea cognitivo, comportamental y/o emocional. Es así que, el que una persona emplee un tipo de afrontamiento estará determinado por

características de la situación, del individuo, de la evaluación que se realice de los eventos y de los recursos disponibles (Fierro, 1985).

Desde la década de los 90, el concepto de Inteligencia Emocional ha ido cobrando validez como una nueva perspectiva desde diferentes ámbitos. Antes, una persona era considerada inteligente cuando era capaz de deshacerse de las emociones, mientras que en la actualidad el éxito de la inteligencia es aprender a regular nuestras propias emociones. La importancia del presente trabajo consiste en aportar una revisión relevante a la línea de investigación que defiende que la Inteligencia Emocional facilita un mejor afrontamiento ante los diferentes enfrentamientos emocionales, así como las diferencias que se dan en cuanto al género. El interés que me ha llevado a realizar esta revisión es la importancia que se está demostrando que posee la Inteligencia Emocional a nivel de prevención y promoción de la salud y/o el bienestar psicológico. Es aún más destacable cuando ésta se relaciona con un factor tan actual y presente en nuestra sociedad como es el estrés. Considero que el presente trabajo aporta interés a otras áreas de conocimiento, como son el ámbito educativo y el organizacional, ya que cada vez es más patente el hecho de que las dimensiones de la Inteligencia Emocional pueden potenciarse a través de un proceso de enseñanza-aprendizaje, produciendo, por ejemplo, mayor empatía, autoestima y/o rendimiento.

1.6. FACTIBILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación es factible, ya que se cuenta con los recursos humanos y materiales necesarios y suficientes, para realizar la investigación.

1.7. LIMITACIONES DEL ESTUDIO

Las limitaciones de la investigación están referidas a la falta de colaboración de algunos estudiantes al contestar los instrumentos de medición, no todos desearon participar ni contestaron de forma completa los instrumentos. Otra limitación es la referida a la generalización de los resultados, los mismos que serán generalizados solo a la Escuela Profesional investigada.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

2.1.1 Antecedentes Internacionales

- García (2015) presentó la tesis *Relación entre inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento ante el estrés*, llegando a los siguientes resultados, las estrategias de afrontamiento adaptativas benefician el bienestar y el ajuste psicológico de la persona dado que posibilitan diversas posibilidades para lograr resolver las situaciones provocadoras de estrés. En la actualidad ya es evidente que las habilidades emocionales favorecen la resistencia al estrés y el desarrollo de estrategias de afrontamiento que ayudan a superarlo, es más, la inteligencia emocional en sí misma es considerada una estrategia de afrontamiento, en cuanto a la relación entre los niveles de inteligencia emocional y las diferentes estrategias de afrontamiento, se puede indicar que las personas con niveles altos en las dimensiones de la inteligencia emocional utilizan estrategias de afrontamiento para regular las emociones negativas al tiempo que potencian las positivas, y esto hace que tengan menor probabilidad de mostrar autoculpabilidad y autolesionarse, mediando

en la elección de las estrategias de afrontamiento (Mikolajczak, Petrides, & Hurry, 2009) estas personas se basan en la evaluación de la situación, la reflexión en el proceso de inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento.

- Salinas y Chimal (2015). En la Universidad Autónoma del estado de México, realizaron la investigación titulada *Afrontamiento del estrés en adolescentes estudiantes de nivel medio superior*. El propósito de la investigación es describir las estrategias de afrontamiento que emplean los adolescentes estudiantes del nivel medio superior, realizando comparaciones por género y edad. Se trabajó con 724 adolescentes, 413 mujeres y 311 hombres, con un rango de edad entre 14 a 17 años, del Valle de Toluca, Estado de México. Se aplicó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), elaborada por Frydenberg y Lewis. Los resultados obtenidos de las estrategias que emplean los adolescentes ante situaciones estresantes son: esforzarse y tener éxito, buscar diversiones relajantes y preocuparse. Las mujeres emplean más estrategias centradas en resolver el problema e intervienen sus emociones, a diferencia de los hombres que evaden el problema y son más reservados emocionalmente. Con respecto a la comparación por edad, se encontró que los 16 años emplean estrategias de evasión del problema. Se discuten las implicancias del estudio.
- Castaño y Barco (2010) en la Universidad de Extremadura de España, realizó la investigación titulada *Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal*. El objetivo del estudio es describir las relaciones entre el estilo de conducta interpersonal auto-informado y las estrategias de afrontamiento en una muestra de 162 estudiantes universitarios (125 mujeres y 37 varones) ante situaciones de estrés general y estrés interpersonal. Para ello se emplearon las Escalas de Adjetivos Interpersonales y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento. Se encontraron diferencias

estadísticamente significativas en cuanto a las estrategias de afrontamiento utilizadas por los participantes en ambas situaciones, y correlaciones significativas entre los estilos interpersonales característicos y las estrategias de afrontamiento. Se discuten los resultados desde la teoría interpersonal de la personalidad, en cuanto a las relaciones entre personalidad y afrontamiento y el análisis de los conceptos de estilos y estrategias de afrontamiento.

- Suárez y Mendoza (2008) en la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL-IPB) en Caracas, Venezuela desarrollaron la investigación titulada *Desarrollo de la Inteligencia Emocional y de la Capacidad para establecer relaciones interpersonales e intrapersonales*. El estudio se ubica en una investigación de campo de carácter crítico reflexivo de tipo investigación acción, tiene como objetivo general: Coadyuvar en el desarrollo de la inteligencia emocional y de la capacidad para establecer relaciones interpersonales e intrapersonales. Se desarrolló a través de cuatro fases 1) Diagnóstico, 2) Diseño del Plan de Acción. 3) Ejecución del Plan de Acción y 4) Evaluación. Los actores son 37 estudiantes en edades promedios de 17 años. Las técnicas de recolección de informaciones son: Discusión y Conversación Grupal, Grupo Nominal, Lluvia de Ideas, Observación y el instrumento los Diarios de Campo. En las reflexiones finales los coinvestigadores manifestaron su satisfacción con las actividades ejecutadas. Es importante señalar que para lograr cambios permanentes se recomienda que las acciones se realicen en forma sistemática y continua lo cual permitiría el desarrollo de su inteligencia emocional y el establecimiento de relaciones más eficientes.
- García, Franco y Martínez (2007) en la Universidad de Sevilla, Facultad de Psicología, Departamento de Personalidad, Evaluación y tratamiento Psicológicos de Sevilla, España, realizaron la

investigación titulada *Adaptación Española del Inventario de Estrategia de Afrontamiento*. En el presente trabajo acometimos la adaptación del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) al ámbito español. Esta necesidad se justifica, por una parte, por la escasez y las limitaciones de los instrumentos disponibles en nuestro idioma, y por otra, por las excelentes potencialidades que ofrece el CSI. Fue traducido y aplicado a una muestra de 337 personas adultas de características sociodemográficas diversas, recogida de forma incidental en actividades formativas en la provincia de Sevilla. Los resultados mostraron unas excelentes propiedades psicométricas superando incluso las del estudio original: ocho factores explicaron un 61 % de la varianza con sólo 40 ítems (frente a los 72 que explicaban un 47% en el instrumento original) y obtuvieron coeficientes de consistencia interna entre 0,63 y 0,89. La validez convergente se comprobó utilizando las intercorrelaciones entre escalas y las correlaciones con disposiciones de personalidad (NEO-FFI) y eficacia percibida del afrontamiento. El CSI se comportó de forma válida y fiable en la evaluación de la utilización de estrategias de afrontamiento en una amplia variedad de situaciones.

- Fantin, Florentino y Correché (2005). En la Universidad Nacional de San Luis, Argentina realizaron la investigación titulada *Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una escuela privada de la ciudad de San Luis*. La investigación tuvo como objetivos indagar la relación entre estilos personalidad y estrategias de afrontamiento, así como explorar diferencias en la utilización de estrategias de afrontamiento según sexo. Se aplicaron dos instrumentos a una muestra de 69 adolescentes de un establecimiento privado, de edades entre 15 y 18 años: la Escala Afrontamiento para Adolescentes, de Frydenberg y Lewis y el Inventario de Personalidad Adolescente de Millon. Los resultados obtenidos indican que se registran diferencias significativas en las

estrategias preferentemente utilizadas por las mujeres, quienes tienden a buscar apoyo social, concentrarse en resolver sus problemas, preocuparse y buscar apoyo espiritual cuando tienen dificultades; mientras que los varones registran puntuaciones significativamente mayores en comparación con las mujeres en las estrategias ignorar el problema y distracción física. Se observa una diferencia altamente significativa en las puntuaciones de las mujeres en comparación con los varones para el estilo de personalidad respetuoso.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

- Arnica (2016). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de Universidad Alas Peruanas, 2014* llegando a las siguientes conclusiones se concluye que no existe relación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de 0,024 con un valor calculado para $p = 0,741$; lo es mayor que $p=0,05$. Esto indica que la correlación entre las variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Esto confirma la hipótesis nula del estudio. no existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de 0,072 con un valor calculado para $p = 0,325$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre las variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de

la Universidad Alas Peruanas, 2014. Esto confirma la hipótesis específica nula del estudio.

- Ramella (2009). Pontificia Universidad Católica del Perú, realizó la investigación titulada *Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima*, el objetivo de la investigación fue establecer la relación entre Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de universitarios de Lima. Los participantes fueron un grupo de 362 adolescentes universitarios de Lima entre 16 y 22 años. Se empleó la escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) y la escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS). Esta investigación fue no experimental de tipo correlacional. Igualmente, corresponde a un diseño de tipo transeccional o transversal. Se hallaron correlaciones significativas entre Satisfacción con la vida y los Estilos y Estrategias de afrontamiento. En relación a la Satisfacción con la vida, los estudiantes reportaron un nivel promedio de satisfacción, el área familiar y amical fueron las de mayor satisfacción. En cuanto al afrontamiento, hubo un mayor empleo del estilo Resolver el problema y Referencia a los otros y se encontraron diferencias significativas según el género de los participantes.
- Uribe y Rios (2001), en la Pontificia Universidad Católica del Perú, realizaron la investigación titulada *Preocupaciones de adolescentes de Lima y sus estilos de afrontamiento*, la investigación combinando metodología cualitativa y cuantitativa, el estudio describe las preocupaciones principales de un grupo de adolescentes y sus estrategias de afrontamiento comparándolas en función a variables sociodemográficas (edad, sexo y tipo de colegio). Se trata de un estudio descriptivo con un diseño transeccional en el que participaron 413 adolescentes de 13 a 18 años. El instrumento usado fue la forma específica de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) que incluyó una pregunta abierta sobre su

principal preocupación. Se encontró que sus mayores preocupaciones se centran en su futuro y su rendimiento escolar y que las estrategias de afrontamiento más usadas fueron Preocuparse y Esforzarse. Se encontró que las variables sociodemográficas marcan diferencias importantes entre los diferentes grupos.

2.1.3 Antecedentes Locales

- Villegas (2013) con el trabajo, *Relación entre el estrés académico y la inteligencia emocional en los alumnos del I semestre de la escuela académico – profesional de tecnología médica de la universidad Alas peruanas, Arequipa* llegó a la siguiente conclusión: Se ha concluido que la relación estadística entre la elección de la carrera y el estrés académico es significativa; por tanto, el proceso de deliberación de una carrera profesional genera estrés como es el caso de los estudiantes de la carrera de Tecnología Médica.
- Alina (2009) presentó el trabajo, *La inteligencia emocional y sus métodos de afrontamiento*, los resultados mostraron unas excelentes propiedades psicométricas de afrontamiento, ocho factores explicaron un 61 % de la varianza con sólo 40 ítems (frente a los 72 que explicaban un 47% en el instrumento original) y obtuvieron coeficientes de consistencia interna entre 0,63 y 0,89. La validez convergente se comprobó utilizando las intercorrelaciones entre escalas y las correlaciones con disposiciones de personalidad y eficacia percibida del afrontamiento. Se validó fiablemente la evaluación de la utilización de estrategias de afrontamiento en una amplia variedad de situaciones.
- Suarez (2008) presentó la tesis *Aspectos Emocionales y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Arequipa*, el objetivo de la investigación fue establecer la relación entre los aspectos emocionales de la persona y las Estrategias de afrontamiento en un grupo de universitarios. Los participantes

fueron un grupo de 122 adolescentes universitarios entre 17 y 22 años. Se empleó un cuestionario para los aspectos emocionales y la escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS). Esta investigación fue no experimental de tipo correlacional. Igualmente, corresponde a un diseño de tipo transversal. Se hallaron correlaciones significativas entre los aspectos emocionales y las Estrategias de afrontamiento. En relación a los aspectos emocionales, los estudiantes reportaron un nivel promedio de satisfacción, el área familiar y amical fueron las de mayor satisfacción. En cuanto al afrontamiento, hubo un mayor empleo del estilo Resolver el problema y Referencia a los otros y se encontraron diferencias significativas según el género de los participantes.

2.2 BASES TEÓRICAS O CIENTÍFICAS

2.2.1 Inteligencia Emocional Interpersonal

a) Inteligencia

Para Papalia, Olds y Feldman (2010) existen diferentes definiciones de la inteligencia, encontrando que no hay una universalmente aceptada. No obstante, proponen que la inteligencia es una constante interacción activa entre las capacidades heredadas y las experiencias ambientales, cuyo resultado capacita al individuo para adquirir, recordar y utilizar conocimientos, entender tanto conceptos concretos como (eventualmente) abstractos, comprender las relaciones entre los objetos, los hechos y las ideas, y utilizar todo ello con el propósito concreto de resolver los problemas de la vida cotidiana.

b) Emoción

Casi todo el mundo piensa que sabe qué es una emoción hasta que intenta definirla. En ese momento prácticamente nadie afirma poder entenderla. (Montañés, 2005).

Se entiende por emoción “aquellas experiencias multidimensionales que abarcar al menos tres sistemas de respuesta: cognitivo/subjetivo;

conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo” (Montañés, 2005). Para lograr entender las emociones es necesario entender cómo se manifiestan los sistemas de respuesta, pues suele aparecer desincronía entre ellos, además de adquirir cierta relevancia en una emoción en concreto, en una persona en particular, o ante una situación determinada.

c) Definición de Inteligencia Emocional

Berrocal y Aranda (2008) definen a la inteligencia emocional (IE) referida a los procesos implicados en el reconocimiento, uso, comprensión y manejo de los estados emocionales de uno mismo y de otros para resolver problemas y regular la conducta.

Según Fragoso (2015) la inteligencia emocional es un constructo formado por rasgos emocionales y de personalidad, los cuales interactúan en un mismo ser y se ven reflejados cuando se está con otra persona y se observa una adecuada comprensión y expresión, entendimiento y la manera como nos relacionamos con los demás.

En el año de 1990, Peter Salovey de la Universidad de Yale y John D. Mayer de la Universidad de New Hampshire, acuñaron el término Inteligencia Emocional, ellos la definen como una habilidad para controlar los sentimientos y emociones de uno mismo y de los demás, discriminar entre ellos y utilizar esa información como guía para la acción y el pensamiento propio y siete años después reformularon el concepto.

En el enfoque de la Inteligencia Emocional de Mestre y Berrocal (2000) la define como un conjunto que abarca cuatro habilidades: “a) percibir y expresar emociones con precisión; b) Utilizar las emociones para facilitar la actividad cognitiva; c) comprender las emociones, y d) regular las emociones para el crecimiento personal y emocional” (Miranda, 2015).

d) Componentes de la Inteligencia Emocional

Las habilidades que debe tener la persona en su constructo de Inteligencia emocional según Mayer, Salovey y Caruso (2008) son las habilidades para: a) percibir, valorar y expresar emociones con exactitud; b) acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; c) comprender

emociones y el conocimiento emocional; y d) para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. (Berrocal & Aranda, 2008).

Estas cuatro habilidades realizan una jerarquía, donde la percepción de emociones es el nivel más básico en cuanto a habilidades, mientras que la regulación emocional sería el componente con mayor nivel y complejidad. Se considera que la habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás se construye sobre la base de las competencias representadas en las otras tres ramas. (Fernández-Berrocal & Extremera, 2009).

La percepción y expresión emocional

Ésta es la base de la pirámide emocional, entendiéndola como “la habilidad para identificar y reconocer los propios sentimientos como los de aquellos que te rodean” (Fernández-Berrocal & Extremera, 2009, pág. 92). Involucra el prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales que existen en la expresión facial, movimientos corporales y tono de voz.

Sería la primera habilidad a desarrollar para poder adquirir el resto de competencias que integran la Inteligencia Emocional. De la misma manera abarca el grado en que las personas pueden identificar convenientemente sus propias emociones, y los estados y sensaciones fisiológicas y cognitivas que conllevan, implicando la facultad para discriminar acertadamente la honestidad y sinceridad de las emociones expresadas por los demás. (Mayer, Salovey, & Caruso, 2008).

La facilitación o asimilación emocional (uso inteligente de las emociones)

Núñez (2008) involucra “la habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando razonamos o solucionamos problemas”, centrándose en la capacidad de analizar cómo las emociones pueden afectar al sistema cognitivo y los estados afectivos ayudan a la toma de decisiones; en definitiva, es la capacidad para generar sentimientos que faciliten el pensamiento.

De la misma manera ayudan a priorizar los procesos cognitivos básicos dando atención a lo realmente importante. Los diversos puntos de vista

cambian en relación a los estados emocionales mejorando el pensamiento creativo, es decir, “esta habilidad plantea que nuestras emociones actúan de forma positiva sobre nuestro razonamiento y nuestra forma de procesar la información” (Fernández-Berrocal & Extremera, 2009, pág. 92).

La comprensión emocional

Se le entiende como la habilidad que “permite desglosar todo el repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer la categoría en la que se agrupa los sentimientos” (Fernández-Berrocal & Extremera, 2009, pág. 93). Realiza una actividad anticipatoria y retrospectiva para poder conocer las causas del estado anímico y las consecuencias de las acciones. Una persona dotada para comprender las emociones podría gozar de la capacidad para percibir diferencias entre emociones emparentadas: entre la alegría y el enorgullecimiento, reconocer que la irritación desatendida puede llevar a la furia, o que la envidia a menudo es experimentada en contextos que también evocan celos.

Es por ello que en la comprensión emocional se intenta conocer la manera como se combinan los estados emocionales para llevar a las emociones secundarias, y se tiene la capacidad de interpretar el significado de las emociones complejas como el remordimiento.

La inteligencia emocional según Nuñez (2008) “contiene la destreza para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros (la sorpresa por algo no esperado y desagradable, el enfado posterior y su expresión, y finalmente, el sentimiento de culpa debido a esa manifestación de ira desmedida) y la aparición de sentimientos simultáneos y contradictorios (i.e., sentimientos de amor y odio sobre una misma persona)”. (Fernández-Berrocal & Extremera, 2009, pág. 93).

La regulación emocional o manejo de las emociones

Se le puede entender como “la habilidad más compleja, que implica la capacidad de estar abierto a los sentimientos positivos y negativos, y reflexionar sobre ellos para descartar o aprovechar la información que traen” (Fernández-Berrocal & Extremera, 2009, pág. 93).

Se refiere al manejo de un mundo intrapersonal e interpersonal, teniendo la facilidad de regular las emociones propias y ajenas de modo que puede moderar las emociones negativas, intensificar aquellas que son positivas, así como regular las emociones de los demás que modifican los sentimientos propios y ajenos alcanzando los procesos emocionales de mayor complejidad, es decir, la regulación consciente de las emociones para lograr un crecimiento emocional e intelectual. (Fernández-Berrocal & Extremera, 2009) (Núñez, 2008).

En la investigación de Porras (2010), éste cita cinco componentes en la inteligencia emocional basándose en la teoría de Goleman, donde los tres primeros se refieren a la personalidad individual o madurez intra-psíquica: conocer y comprender la propia vida emocional, controlar las emociones y saberse motivar; mientras que los dos últimos se relacionan con los demás.

e) Tipos de Inteligencia Emocional

Se plantea un enfoque acerca de la inteligencia y Gardner (1993) desarrolla la teoría de las inteligencias múltiples con 9 tipos de inteligencia.

Lo más resaltante es que en su propuesta incluye dos tipos específicos: la inteligencia intrapersonal e interpersonal, los cuales se relacionan directamente con la capacidad de las personas de adaptarse eficazmente ante situaciones que se presenten a lo largo de su vida.

Inteligencia interpersonal

Este tipo “se construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, incluso cuando han sido ocultados” (Gardner, 1993).

En la teoría de Gardner (1993) se menciona que existen diferentes capacidades que promueven el desarrollo de éste tipo de inteligencia interpersonal:

- Capacidad de adaptación, relajación y participación en los grupos sociales y el establecimiento de normas.
- Respeto a los demás y al entorno. Desarrollar actitudes de comprensión, colaboración, solidaridad, empatía, compartir.
- Interiorización de pautas de convivencia. Aceptación, cumplimiento y respeto de normas de los grupos sociales.
- Expresión de afectos, sentimientos y emociones.
- Asimilación de formas o modelos sociales de comportamiento positivo.
- Progreso en el dominio de habilidades sociales.
- Respeto a la diversidad de etnias, religiones o culturas; a las diferencias de tipo físico o intelectual, de sexo, de clase social o de tipos de profesiones y ocupaciones.
- Progresar en la diferenciación de roles sexuales.
- Resolución pacífica y progresivamente autónoma de conflictos utilizando el diálogo y la no violencia.
- Desarrollo de hábitos cooperativos.
- Iniciarse en la interiorización de valores humanos.

Inteligencia Intrapersonal

Este tipo de inteligencia se basa en “el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerlas un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta”. (Núñez, 2008).

Es por ello que Gardner (1993) expresa algunas capacidades que deben estar para el desarrollo de la inteligencia intrapersonal:

- Desarrollo de la propia identidad (individual, social, sexual).
- Adquirir mecanismos de adaptación a situaciones novedosas.
- Incrementar la autoestima, aceptación, confianza y seguridad en sí mismo.
- Desarrollar vivencias y comunicaciones afectivas.
- Vivenciar sentimientos de satisfacción, plenitud, goce, felicidad, placer ante los propios logros.
- Manejar afectos, emociones y sentimientos de forma adecuada.
- Autonomía e iniciativa, control de la propia conducta y autocontrol personal.
- Aumentar la capacidad de resistencia a la frustración. Evitar o canalizar sentimientos de ansiedad.
- Discriminación de comportamientos adecuados.
- Autocrítica: reconocimiento de errores, valoración de la propia actuación.
- Defensa de los derechos y las opiniones.
- Desarrollo de la responsabilidad y el compromiso personal.

f) Dimensiones de la Inteligencia Emocional Intrapersonal

Según (Flores & Tovar, 2005) para evaluar la Inteligencia emocional, se describe tres dimensiones para describir la expresión, manejo y reconocimiento de las emociones:

Atención a las emociones

Para Flores y Tovar (2005), Extremera, Fernández, Mestre y Bozal (2004) la atención a las emociones se refiere a la *percepción* de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de

forma adecuada. Es el grado en el que las personas creen prestar atención a sus emociones y sentimientos.

La atención a las emociones, se refiere al grado en que las personas son capaces de identificar sus emociones, así como los estados y sensaciones fisiológicas y cognitivas que ellas conllevan. Además, implica la capacidad para expresar adecuadamente los sentimientos y las necesidades asociadas a los mismos en el momento oportuno y del modo correcto (García Retana, 2012).

Asimismo, implica la habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando realizamos un proceso de toma de decisiones. Las emociones sirven para modelar y mejorar el pensamiento al dirigir nuestra atención hacia la información significativa, pueden facilitar el cambio de perspectiva y la consideración de nuevos puntos de vista.

Para Dueñas (2002) el desarrollo emocional satisfactorio supone ser consciente de los propios sentimientos, estar en contacto con ellos y ser capaz de involucrarse con otras personas de forma adecuada relacionándose positivamente. El desarrollo emocional adecuado supone poseer una capacidad de empatizar, de simpatizar, de identificación y de generar vínculos afectivos e intercambios de sentimientos satisfactorios. La conciencia de los propios sentimientos y su expresión mediante la verbalización ayuda a producir una clara individualidad; una aceptación de sí mismo, una seguridad y autoestima adecuadas al nivel de desarrollo.

Claridad emocional

Esta dimensión evalúa la percepción que se tiene sobre la *comprensión* de los propios estados emocionales. Es el grado en el que las personas creen percibir sus emociones. (Flores & Tovar, 2005).

La claridad emocional, implica saber etiquetar las emociones y reconocer en qué categoría se agrupan los sentimientos. Así como conocer las causas que las generan y las consecuencias futuras de nuestras acciones (García Retana, 2012).

Asimismo, prestar atención a las necesidades emocionales es una tarea urgente en el contexto familiar, escolar y social. Aprender determinadas habilidades emocionales en los primeros años de vida del niño es una garantía de éxito en el futuro desarrollo escolar y social.

Según Dueñas (2002) el desarrollo emocional repercute en todos los ámbitos de la vida: familiar, académico, laboral y social, con toda la riqueza y complejidad del nivel emocional de cada persona: las acciones operan de forma entrelazada en la conciencia cognitiva, afectiva y conductual. Los aspectos estrictamente racionales no son neutros, sino que están cargados de emociones y empujan a actuar en una determinada línea. En este contexto, el ámbito emocional no puede quedar al margen del tratamiento educativo.

Reparación emocional

Mide la capacidad percibida para *regular* los propios estados emocionales de forma correcta. Es el grado en el que el sujeto cree poder regular sus estados emocionales negativos y prolongar los positivos (Flores & Tovar, 2005) y (Extremera Pacheco, Fernández Berrocal, Mestre Navas, & Guil Bozal, 2004).

La reparación emocional, supone la regulación consciente de las emociones. Incluiría la capacidad para estar abierto a los sentimientos, tanto positivos como negativos. Además, abarcaría la habilidad para regular las emociones moderando las negativas e intensificado las positivas sin reprimir ni exagerar la información que comunican.

Asimismo, la regulación emocional hace referencia a la intención y capacidad de modificar los componentes de la experiencia emocional (experiencia subjetiva, respuesta fisiológica, expresión verbal y no verbal, así como a las conductas manifiestas) respecto a su frecuencia, forma, duración e intensidad. La regulación emocional eficaz está asociada al funcionamiento social efectivo y adecuado; así, quienes disponen de mayor capacidad para regular sus emociones (tanto las negativas como las positivas), informan tener más relaciones positivas, muestran menos conductas sociales desviadas y son

menos propensas a desarrollar trastornos psicológicos (Company, Oberst, & Sánchez, 2012).

g) La Educación Emocional

Según Bisquerra (2003) ha puesto de manifiesto los efectos positivos de la inteligencia emocional en muchos aspectos de la vida, como por ejemplo una disminución de ansiedad, estrés, indisciplina, comportamientos de riesgo, conflictos, etc., junto con un aumento de la tolerancia a la frustración, resiliencia y, en último término, del bienestar emocional. Hacer consciente el bienestar y la felicidad es uno de los objetivos de la educación emocional.

Se tiene en cuenta que una adecuada educación en la inteligencia emocional ayuda a la prevención general. “Una persona con competencia emocionales está más preparada para no implicarse en el consumo de drogas, comportamientos de riesgo”. Es importante adquirir las habilidades y competencias emocionales desde temprana edad para un adecuado desarrollo personal y profesional. Incluso durante el embarazo, el estado emocional que prime en la madre tiene repercusiones en el feto.

Para Bisquerra (2003) educar emocionalmente a las personas, se debe tener en cuenta que es un proceso educativo, continuo y permanente, la cual intenta desarrollar las competencias emocionales como un elemento esencial del desarrollo humano para capacitarle para la vida y aumentar el bienestar personal y social.

Se entiende la educación emocional como una manera de prevención, pues se aplica una multiplicidad de situaciones (prevención de consumo de sustancias, del estrés, depresión, etc.).

Se puede obtener de Bisquerra y Hernández (2017) se cita algunos objetivos de la educación emocional:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Denominar a las emociones correctamente.

- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- Subir el umbral de tolerancia a la frustración.
- Prevenir los efectos nocivos a las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Aprender a fluir.

Los diferentes temas y contenidos de la educación emocional varían según las personas a las cuales va dirigida. Sigue una metodología eminentemente práctica con dinámicas de grupo, autorreflexión, juegos, los cuales favorecen el desarrollo de las competencias emocionales.

h) Inteligencia Emocional en Adolescentes

Los adolescentes necesitan a los adultos para construirse integralmente como personas y para su preparación para la vida independiente. La adolescencia es un proceso entre la niñez y la vida adulta, y es la preparación para convertirse en nuevos adultos. (Bisquerra & Hernández, Psicología Positiva, Educación Emocional y el Programa Aulas Felices, 2017).

En Bisquerra (2003). Señala que la adolescencia es síntoma de inestabilidad emocional. En esa edad, los jóvenes pasan súbitamente de la desesperación a la euforia, del enamoramiento a la culpa, del aburrimiento a la excitación. Las emociones están en constante cambio y si no se les ayuda a regularlas, las conductas pueden resultar impulsivas y descontroladas.

Es así que el acompañamiento adulto es importante para que aprendan a utilizar sus competencias emocionales, aunque en momentos los adolescentes lo rechacen

En la investigación de Medrano y Roig-Vila (2015) se obtiene que, para la gran mayoría del alumnado, no es muy fácil decir a la gente cómo se sienten, ni hablar con facilidad acerca de sus sentimientos

En algunos estudios se encontró que “para los factores Intrapersonal y la medida global de EQ-i (Emotional Quotient Inventory) aparecen diferencias entre niveles educativos inferiores y superiores en cuanto a la inteligencia emocional, pero no se aprecian estas diferencias entre un nivel educativo y su siguiente superior”.

Comprensión de las emociones

La comprensión de emociones implica el conocimiento de las emociones, su combinación o progresión, y las transiciones entre unas emociones y otras. Nos permite comprender la información emocional, cómo las emociones se combinan y progresan a través del tiempo y saber apreciar los significados emocionales. En esta habilidad podemos encontrar diferencias entre los sujetos entre los que son más hábiles en la comprensión de emociones y poseen un vocabulario emocional rico y los que no. Los primeros son más sensibles a cómo se organiza el lenguaje para expresar emociones e identifican mejor el significado de las experiencias emocionales propias y ajenas. Esta habilidad se ha relacionado con la activación de sistemas de neuronas espejo, las cuales se activan cuando un individuo realiza una acción, así como cuando observa una acción en otro individuo. Según algunos autores, este sistema sería fundamental para la empatía emocional y la comprensión del significado de las acciones ajenas (Agustín E. Martínez, 2011).

La Consejería de Salud (2013), recomienda que para manejar las propias emociones es preciso ser capaz de observar, distinguir y etiquetar las emociones con precisión, creer que se pueden modificar, poner en marcha las estrategias más eficaces para modificar las emociones negativas y, finalmente, evaluar todo el proceso.

Pilares de las emociones

Las emociones tienen diversas funciones, (Francisco, 2012) lo define en siete pilares básicos de las emociones.

- Las emociones sirven para defendernos de estímulos nocivos o de enemigos y guiarnos hacia los estímulos placenteros para la supervivencia. De igual manera las emociones son motivadoras, empujan hacia algo beneficioso o evitan algo que es dañino.
- Las emociones hacen que las respuestas que da el ser humano sean flexibles. Estas reacciones o conductas de las personas permiten encontrar otras reacciones de alerta, donde la misma persona escoge una respuesta que considera más adecuada y útil para el momento.
- Las emociones sirven de alerta a las personas “como un todo único ante el estímulo específico”. Estas reacciones incluyen la activación de múltiples sistemas cerebrales, endocrinos, metabólicos, y en general la activación de muchos de los sistemas y aparatos del organismo.
- “Las emociones mantienen la curiosidad” y por ende el descubrimiento de nuevas experiencias, lo cual ensancha su marco de seguridad para la supervivencia de cada persona.
- Se analiza a las emociones como un lenguaje para poder comunicarse entre las personas. Es una comunicación rápida efectiva que se da entre los miembros de una misma familia como con los miembros de una sociedad y grupos sociales; crea lazos emocionales y tiene consecuencias en el éxito de la supervivencia biológica y social.
- Las emociones son útiles para almacenar y evocar memorias más efectivamente. Todas las personas tienen recuerdos que les evocan un episodio emocional tanto placentero como de castigo, el cual tiene consecuencias para el éxito biológico y social de cada persona.
- Las emociones y sentimientos son mecanismos que tienen importancia en el proceso de razonamiento, por lo que cuando se

piensa ya se tiene significados emocionales de lo bueno y malo. Por ello es importante en las decisiones que cada persona toma conscientemente.

2.2.2 Estrategias de Afrontamiento

a) Afrontamiento

Se entiende el afrontamiento como “un esfuerzo cognitivo y conductual orientado a manejar, reducir, minimizar, dominar o tolerar las demandas externas e internas que aparecen y generan estrés” (Mary Halstead, 1993).

De igual manera el afrontamiento permite identificar todos aquellos elementos que intervienen en la relación entre situaciones de la vida estresantes y síntomas de enfermedad; y actúa como un regulador de la perturbación emocional. (Griffoulière Leo, Rivarola, & Galarsi, 2013).

El afrontamiento es considerado por Salavera y Usán (2017) como una competencia psicosocial, la cual incluye estrategias conductuales y cognitivas utilizadas para poder enfrentar los problemas de la vida. Esto nació de la idea de Frydenberg, quien cree que las acciones frente a estrés y los recursos que se tienen para manejarlo determinan gran parte del proceso de aprendizaje y desarrollo de la persona.

Los estudios de Frydenberg se basan en el modelo de Lazarus, quien enfatiza la interacción entre la persona y el ambiente donde se desarrolla. En este medio el estrés sería un desbalance entre la percepción que tiene uno mismo y la percepción de los recursos que tiene para afrontar estas demandas o problemas, evaluando el entorno como amenazante o desbordante de sus recursos. Lo que determina si un evento es estresante o no es la experiencia subjetiva.

Es así que Díaz y Fernández (1997) suponen que el afrontamiento es “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”

Se puede entender el afrontamiento desde dos perspectivas según Canessa (2002):

- **Afrontamiento disposicional:** en éste el afrontamiento es un estilo personal de afrontar el estrés.
- **Afrontamiento situacional:** entiende el afrontamiento como un proceso, una reacción al estrés de carácter dinámico y específico para la situación

Se tiene otra manera de entenderlos, la cual es con el enfoque de afrontamiento dicotómico. En éste se orienta el afrontamiento al problema y la emoción. (Canessa, 2002).

b) Principios del Afrontamiento

Al revisar las diferentes investigaciones, Canessa (2002) encuentra que el afrontamiento es un proceso lo cual implicaría asumir diferentes principios.

- El afrontamiento depende del contexto y, por lo tanto, puede cambiar durante una situación determinada.
- Los pensamientos y las acciones del afrontamiento se definen por el esfuerzo y no por el éxito.
- La teoría del afrontamiento como un proceso enfatiza que existen al menos dos funciones principales, una orientada al problema y otra orientada a la emoción, cuya utilización depende del grado de control que se tenga sobre la situación.
- Algunas estrategias de afrontamiento son más estables o consistentes en situaciones estresantes que otras.
- El afrontamiento es capaz de mediar el resultado emocional, modificando el estado emocional del inicio al fin en un encuentro estresante.

c) Clases de Afrontamiento

Según la investigación de Solís y Vidal (2006) en los diversos estudios que ha habido acerca del afrontamiento se ha encontrado diferentes tipos y dimensiones que han pasado a ser estilos y estrategias.

De igual manera diversos autores que estudian el afrontamiento analizan ambos conceptos no como diferentes y opuestos, si no como conceptos complementarios.

Según Castaño y Barco (2010) en sus investigaciones en España encuentra que no son conceptos contrapuestos, sino complementarios, “representando el primero formas estables y consistentes de afrontar el estrés, mientras que el segundo se refiere a acciones más específicas”.

Siguiendo el análisis de Castaño y Barco (2010), se entiende que la noción de estrategia exhibe ventajas respecto al estilo, como su modificabilidad y mayor capacidad predictiva, que la han convertido en más atractiva desde la perspectiva de la intervención.

Estilos de afrontamiento: se entiende por estilos de afrontamiento como las predisposiciones para enfrentar diversas situaciones y éstas determinan el uso de diferentes estrategias de afrontamiento, su estabilidad temporal y situacional. (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006).

Se tiene dos estilos de afrontamiento mencionados por Lazarus y Folkman (1986): uno que está centrado en el problema y otro centrado en la emoción. Por su parte los estudios de Frydenberg basados en los conceptos de Lazarus mencionan dos estilos de afrontamiento que los menciona como: “resolver el problema”, el cual tiene una tendencia a abordar las dificultades de manera directa; “referencia hacia los otros”, el cual implica compartir las preocupaciones con los demás y busca soporte en ellos. Finalmente, se le agrega un tercero: “afrontamiento no productivo”, siendo disfuncional ya que las estrategias pertenecientes a este no permiten encontrar una solución a los problemas, orientándose hacia la evitación. (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006).

Estrategias de afrontamiento: se deduce que las estrategias de afrontamiento son todos aquellos procesos concretos y específicos que son utilizadas en cada contexto y pueden ser cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes. (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006) y (Scheier, 1994).

Se desarrollará más detalladamente sus características y sus tipos a continuación.

d) Características del Afrontamiento y su Proceso

Para definir una situación como estresante o no, según Mikkelsen (2009) pasa por una evaluación con diversos pasos. El primero es una “evaluación primaria”, en donde la perspectiva que se tiene de esa situación no tiene un significado específico en la vida de los adolescentes, pero mientras se realiza la evaluación se le puede valorar como amenazante, daño o pérdida o un desafío. La segunda que es la “evaluación secundaria”, relaciona la primera valoración con sus recursos personales, ambientales y sociales que tiene disponibles para afrontarlo. Entre esto están la salud física, capacidad intelectual, autoestima, autonomía, habilidades sociales, apoyo social percibido, etc.

Finalmente se realiza la “reevaluación”, donde relaciona ambos procesos anteriores y se da la retroalimentación, reevaluación de la situación y se da el cambio de la forma de enfrentarla, (Mikkelsen Ramella, 2009) es por ello que un evento percibido con carga de estrés, exige la puesta en marcha de diversos recursos de la persona para afrontar la situación y restablecer el equilibrio.

El afrontamiento que debe tener la persona debe poseer tiene la función principal de reducir el malestar vivenciado y el impacto sobre la persona. “De ahí que se explique el afrontamiento como el proceso por el cual un individuo realiza esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes para manejar una demanda que excede sus propios recursos (Lazarus & Folkman, 1986).

El afrontamiento en todo el proceso que conlleva tiene dos funciones, y la manera como afronte la situación estará determinado por diferentes características tanto de la situación o problema como de la misma persona y la evaluación que se realice de dicho problema (Lazarus & Folkman, 1986):

- El primero se centra en una regulación de las emociones causadas por el estrés. Aquí no se puede modificar la situación estresante y por tanto, lo que se busca es tratar de disminuir el impacto sobre la persona.
- La segunda se centra en el manejo directo de los problemas, al considerarse que el evento estresor puede ser modificado y se buscan soluciones para recomponer el equilibrio.

e) Tipos de Estrategias de Afrontamiento

Se tienen diferentes tipologías de estrategias de afrontamiento encontrados por diversos autores. Solís y Vidal (2006) presentan quince estrategias: afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades competitivas, postergación del afrontamiento, soporte emocional instrumental y emocional, reinterpretación positiva, aceptación, negación, acudir a la religión, expresión de las emociones, uso de alcohol y drogas, y el compromiso conductual y cognitivo

En los estilos de afrontamiento mencionados por Frydenberg (1997), los que están basados en los conceptos de Lazarus; se tiene 18 estrategias agrupadas en tres estilos de afrontamiento (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006), (Canessa, 2002), (Mikkelsen Ramella, 2009):

Estilo dirigido a la resolución de problemas

Este estilo se caracteriza por diversos esfuerzos que tiene el adolescente en resolver su problema, manteniendo una actitud positiva, optimista y socialmente conectada. (Canessa, 2002), (Mikkelsen Ramella, 2009) Comprende, entonces, siete estrategias:

Concentrarse en resolver el problema. Esta estrategia se dirige a resolver un problema estudiándolo sistemáticamente y analizando las

diferentes opciones o puntos de vista. “Dedicarme a resolver el problema poniendo en juego todas mis capacidades” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 169).

Buscar diversiones relajantes. Esta estrategia se caracteriza por la búsqueda de actividades de ocio y relajantes, como oír música, leer un libro, ver televisión, tocar un instrumento, etc. “Encontrar una forma de relajarme, por ejemplo, leer o pintar” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 221).

Distracción física. Se refiere a la dedicación que da la persona al deporte, al esfuerzo físico y a mantenerse en forma. “Mantenerme en forma con buena salud” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 222).

Fijarse en lo positivo. La persona o adolescente tiene una visión positiva y optimista en todas las situaciones presentes, existiendo una tendencia a ver el lado positivo de las cosas y considerarse afortunado por lo que le sucede. “Fijarme en el aspecto positivo de las cosas y pensar en las cosas buenas” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 126).

Esforzarse y tener éxito. La estrategia comprende conductas que ponen de manifiesto el compromiso, la ambición y la dedicación que tiene la persona con respecto a lo que desea. “Trabajar intensamente” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 132).

Invertir en amigos íntimos. La estrategia va referida al esfuerzo que tiene la persona por comprometerse en alguna relación de tipo personal, íntimo e implica la búsqueda de relaciones personales íntimas. “Pasar más tiempo con el chico o chica con que suelo salir” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 139).

Buscar pertenencia. Indica la preocupación e interés de las personas, en este caso adolescentes por sus relaciones con los demás en general y, más concretamente, por lo que los otros piensan. “Mejorar mi relación personal con los demás” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 143).

Estilo dirigido a la relación con los demás o referencia a otros

Implica un gran intento de los adolescentes por enfrentar sus problemas acudiendo a los demás, pidiendo apoyo y acudiendo a los recursos de otros

para ellos, pudiendo ser sus pares o amigos, docentes, profesionales, padres o deidades. (Canessa, 2002), (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 143). Se manifiesta con cuatro estrategias:

Buscar apoyo espiritual. La estrategia se basa en que el adolescente tiene la tendencia a rezar, emplear la oración y creer en la ayuda de un líder espiritual o Dios para la resolución de sus conflictos. “Dejar que Dios se ocupe de mi problema” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 149).

Buscar ayuda profesional. Esta estrategia se basa en la búsqueda de la opinión de un profesional para la resolución de su problema sean maestros o consejeros. “Pedir consejo a una persona competente” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 154).

Buscar apoyo social. Es la inclinación a compartir el problema con otros y buscar apoyo para su resolución. Esta estrategia permite que las personas compartan y comuniquen sus dificultades, sean pequeñas o grandes, y buscar el sustento y acompañamiento para la solución de éstos. “Hablar con otros sobre mi problema para que me ayuden a salir de él”. (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 162).

Acción social. Con esta estrategia se permite que otras personas conozcan el problema y tratar de conseguir ayuda escribiendo peticiones u organizando actividades como reuniones o grupos. “unirme a gente que tiene el mismo problema” (Mikkelsen Ramella, 2009, pág. 175).

Estilo improductivo o afrontamiento no productivo

Este tipo de estilo, Canessa (2002) como menciona su propio nombre no es productivo para la resolución de los problemas de los adolescentes. Se asocia a una incapacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación. No lleva a la solución del problema, pero al menos lo alivia. Se manifiesta en siete estrategias:

Hacerse ilusiones. La estrategia se basa en la esperanza que tiene cada persona, en la anticipación de una salida positiva y en la expectativa que

todo tendrá un final feliz. “Esperar a que ocurra algo mejor” (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006, pág. 179).

Falta de afrontamiento o no afrontamiento. Se refleja la incapacidad que tiene cada persona para enfrentarse al problema y su tendencia a desarrollar síntomas psicosomáticos para seguir evitándolo. “No tengo forma de afrontar la situación” (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006, pág. 183).

Reducción de la tensión. Con esta estrategia se refleja el intento de sentirse mejor y relajar la tensión, buscando diferentes medios para ello. “Intentar sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas” (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006, pág. 192).

Ignorar el problema. Se refleja un esfuerzo consciente que realiza el adolescente por negar el problema o desatenderse de él, así no tendría que enfrentarse a algo que cree no poder. “Ignorar el problema” (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006, pág. 191).

Autoinculparse. En éste se incluye conductas que indican que la persona se ve como responsables de los problemas o preocupaciones que tienen, por tanto, no encuentra soluciones a ello. “Sentirme culpable” (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006, pág. 192).

Preocuparse. Esta estrategia se caracteriza por elementos que indican temor por el futuro en términos generales o, más en concreto, preocupación por la felicidad futura. Es parte de los afrontamientos no productivos pues frena el buscar una solución adecuada. “preocuparme por lo que está pasando” (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006), (Mikkelsen Ramella, 2009).

Reservarlo para sí. En esta estrategia la persona o adolescente muestra que huye de los demás y no desea que conozcan sus problemas, no confía y guarda sus cosas para él. Se guarda los sentimientos él mismo. “Guardar mis sentimientos para mí solo” (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006), (Mikkelsen Ramella, 2009).

f) Estrategias de Afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento indica que:

“Los seres humanos constantemente estamos evaluando el significado de lo que ocurre a nuestro alrededor. En ese sentido, otorgamos un significado particular a las diferentes demandas a las que estamos expuestos evaluándolas como beneficiosas, irrelevantes o estresantes, es decir, situaciones potenciales que pueden poner en riesgo nuestro estado de equilibrio y bienestar. Por lo tanto, el estrés implica la interacción entre el individuo y su entorno en el que se percibe una situación como amenazante y se realiza una evaluación de los propios recursos para contrarrestarla. En todo este proceso los factores personales, las creencias y compromisos, así como las características propias de las situaciones van a determinar la evaluación de un acontecimiento como estresante” (Mikkelsen Ramella, 2009).

Se analizó que la adolescencia es una etapa de cambios en la vida de las personas, en la cual se presentan diversas tareas que pueden convertirse en fuentes de estrés y vincular un problema en la persona.

Solís y Vidal (2006) Señala que las diversas conductas de riesgo (consumo de drogas, promiscuidad sexual, violencia y trastornos alimenticios) que puede afectar a los adolescentes que responden a la incapacidad de los mismos para afrontarlos.

En la investigación de Solís y Vidal (2006) mencionan que existe cierta diferencia entre sexos acerca de las preocupaciones que tienen. Coincide con (Phelps & Jarvis, 1994) al señalar que las mujeres tienen mayores preocupaciones en referencia a su propia persona, padres, amigos y su conducta interpersonal o conflictos con ellos. Mientras que los varones tienen mayores tensiones referentes a la escuela y actividades extracurriculares tanto académica o de ocio.

Solís y Vidal (2006) Afirman que en los adolescentes limeños las mujeres tienen mayores preocupaciones referentes a su futuro, amistades y lo que sucede en el país, en comparación con los varones quienes tienen sus preocupaciones en referencia a su rendimiento escolar y la familia, específicamente, la economía familiar.

Para Phelps y Jarvis (1994) en general los diversos estilos de afrontamiento varían según las edades, pero sobre todo entre géneros, pues existe la influencia de los patrones de socialización que se tiene desde pequeños en el hogar. Las mujeres tienen mayor apertura social y familiar hacia la expresión de los sentimientos y la comunicación y uso de fantasías frente a sus problemas. A diferencia de los varones a quienes se les incentiva a la inhibición de las emociones y el desarrollo de la autonomía, lo cual incrementa el uso de estrategias evitativas de afrontamiento.

Solís y Vidal (2006) Señala que “El interés por continuar en la búsqueda del conocimiento de las estrategias y estilos de afrontamiento en los adolescentes se basa en el hecho que la problemática psicosocial que presenta la adolescencia de nuestro país, podría ser mejor comprendida e intervenida si se conociera que estrategias de afrontamiento utilizan los adolescentes frente a sus problemas.”

En diversas investigaciones revisadas por (Mikkelsen Ramella, 2009) se encuentra que los jóvenes están expuestos a preocupaciones o fuentes de estrés y que tienen que contrarrestarlo por medio de diferentes formas de afrontamiento.

En las investigaciones hechas en el Perú, hay un acuerdo entre los autores al señalar que los jóvenes prefieren el afrontamiento centrado en el problema fijándose en la reflexión, la búsqueda de soluciones y el asumir compromisos, consideradas como estrategias activas o saludables, sin embargo, otros consideran que es mejor y más conveniente una estrategia focalizada en las emociones (Mikkelsen Ramella, 2009).

g) Redes Neuronales

Rodríguez y Díaz (2009) Señala que las redes neuronales son la herramienta preferida para muchas aplicaciones de minería de datos predictiva por su potencia, flexibilidad y facilidad de uso. Las redes neuronales predictivas son especialmente útiles en las aplicaciones cuyos procesos subyacentes son complejos.

Las redes neuronales son más que otra forma de emular ciertas características propias de los humanos, como la capacidad de memorizar y de asociar hechos. Si se examinan con atención aquellos problemas que no pueden expresarse a través de un algoritmo, se observará que todos ellos tienen una característica en común: la experiencia. El hombre es capaz de resolver estas situaciones acudiendo a la experiencia acumulada.

Así, parece claro que una forma de aproximarse al problema consista en la construcción de sistemas que sean capaces de reproducir esta característica humana.

En definitiva, para Matich (2001) las redes neuronales no son más que un modelo artificial y simplificado del cerebro humano, que es el ejemplo más perfecto del que disponemos para un sistema que es capaz de adquirir conocimiento a través de la experiencia. Una red neuronal es “un nuevo sistema para el tratamiento de la información, cuya unidad básica de procesamiento está inspirada en la célula fundamental del sistema nervioso humano: la neurona.

Lo que básicamente ocurre en una neurona biológica es lo siguiente: la neurona es estimulada o excitada a través de sus entradas (inputs) y cuando se alcanza un cierto umbral, la neurona se dispara o activa, pasando una señal hacia el axón. Posteriores investigaciones condujeron al descubrimiento de que estos procesos son el resultado de eventos electroquímicos.

Como ya se sabe, el pensamiento tiene lugar en el cerebro, que consta de billones de neuronas interconectadas. También, es bien conocido que los humanos son capaces de aprender. Aprendizaje significa que aquellos problemas que inicialmente no pueden resolverse, pueden ser resueltos después de obtener más información acerca del problema.

Por lo tanto, las Redes Neuronales Matich (2001):

- Consisten de unidades de procesamiento que intercambian datos o información.

- Se utilizan para reconocer patrones, incluyendo imágenes, manuscritos y secuencias de tiempo (por ejemplo: test, cuestionarios, historias clínicas, entrevistas, etc.).
- Tienen capacidad de aprender y mejorar su funcionamiento.

Ventajas que ofrece la red neuronal

Debido a su constitución y a sus fundamentos, las redes neuronales artificiales presentan un gran número de características semejantes a las del cerebro. Por ejemplo, son capaces de aprender de la experiencia, de generalizar de casos anteriores a nuevos casos, de abstraer características esenciales a partir de entradas que representan información irrelevante, etc. Esto hace que ofrezcan numerosas ventajas y que este tipo de tecnología se esté aplicando en múltiples áreas. En el campo de la psicología, no existen estudios aplicativos de las redes neuronales para la predicción de conductas, comportamiento o para predecir y pronosticar variables; sin embargo, en el campo de las otras ciencias vienen teniendo muchas aplicaciones.

2.3 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

2.3.1. Inteligencia

La definición que más nos acercaría al concepto de inteligencia podría ser: “capacidad de flexibilizar y adaptar nuestras conductas (externas e internas pensamientos) para conseguir aquellos objetivos que nos proponemos. Tal habilidad incluye la disposición para beneficiarse de las experiencias, resolver problemas y razonar con efectividad” (López, 2005).

2.3.2. Emoción

“Una reacción conductual y subjetiva producida por una información proveniente del mundo externo o interno (memoria) del individuo. Se acompaña de fenómenos neurovegetativos. El sistema límbico es parte importante del cerebro relacionado con la elaboración de las conductas emocionales” (Castaño & Barco, 2010).

2.3.3. Inteligencia Emocional

La inteligencia Emocional está relacionada con un pensamiento constructivo global. El sistema experiencial, esencialmente relacionado con la experiencia afectiva o emocional, nos proporciona esquemas o creencias implícitas a partir del aprendizaje obtenido a lo largo de la vida (Epstein, 2003).

2.3.4. Percepción Emocional, Evaluación y Expresión de las Emociones

Se concibe como aquella percepción de las emociones propias y de los demás, las cuales se expresan por el lenguaje, la conducta, música, etc. “las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas”. Es, además, la capacidad de discriminar entre expresiones precisas e imprecisas, honestas o deshonestas y la habilidad para expresar las emociones de manera adecuada. (Bisquerra & Hernández, Psicología Positiva, Educación Emocional y el Programa Aulas Felices, 2017).

2.3.5. Facilitación Emocional del Pensamiento

Los estados emocionales facilitan el afrontamiento, por lo cual las diferentes emociones que se sienten se hacen conscientes, lo cual dirige la atención hacia las cosas importantes. El estado de humor que tiene cada persona cambia su perspectiva desde el optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista. (Bisquerra & Hernández, Psicología Positiva, Educación Emocional y el Programa Aulas Felices, 2017).

2.3.6. Comprensión Emocional

Como menciona su nombre es comprender y analizar las emociones, lo cual encierra el darles nombres, reconocimiento de las relaciones y de las palabras; así como el reconocer las transiciones entre las emociones. Responde a dos habilidades: habilidad para etiquetar las emociones incluyendo emociones complejas y sentimientos simultáneos y la habilidad para entender las relaciones asociadas con las emociones (Bisquerra & Hernández, Psicología Positiva, Educación Emocional y el Programa Aulas Felices, 2017).

2.3.7. Regulación Emocional

Se refiere al control de las emociones lo cual incluye las habilidades de distanciarse de las emociones, regular las emociones en uno mismo y los demás, mitigar las emociones negativas y potenciar las positivas, sin reprimir o exagerar la información que transmiten entre otras. (Bisquerra & Hernández, Psicología Positiva, Educación Emocional y el Programa Aulas Felices, 2017).

2.3.8. Estilo Dirigido a la Resolución de Problemas

Se refiere a los esfuerzos por resolver problemas, manteniendo una actitud positiva, optimista y socialmente conectada (Canessa, 2002), (Mikkelsen Ramella, 2009).

2.3.9. Estilo Dirigido a la Relación con los Demás o Referencia a Otros

Se refiere a los esfuerzos por enfrentar sus problemas acudiendo a los demás, pidiendo apoyo y acudiendo a los recursos de otros para ellos, pudiendo ser sus pares o amigos, docentes, profesionales, padres o deidades (Canessa, 2002), (Mikkelsen Ramella, 2009).

2.3.10 Estilo Improductivo o Afrontamiento No Productivo

Se asocia a una incapacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación. No lleva a la solución del problema, pero al menos lo alivia (Canessa, 2002), (Mikkelsen Ramella, 2009).

2.3.11 Estrés

Cambios reversibles o irreversibles en el organismo, provocados por un desequilibrio entre las demandas de factores externos (tanto ambientales como psicológicos o sociales) y los recursos que provocan una disminución del rendimiento. Respuesta fisiológica del organismo frente a estímulos internos o externos que comporten un problema real o potencial. Evolutivamente, el estrés se ha desarrollado como un mecanismo de defensa útil para la supervivencia del individuo dentro de su especie. Para (Suzanne C. Smeltzer, 2010, pág. 80) el estrés es “una condición disruptiva que se presenta en respuesta a una influencia adversa de los ambientes interno y externo”.

CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 HIPÓTESIS GENERAL

Hi: Es probable que exista relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

Ho: Es probable que no exista relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

3.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

H₁: Es probable que exista adecuada atención a las emociones, claridad emocional y reparación de las emociones en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

H₀: Es probable que no exista adecuada atención a las emociones, claridad emocional y reparación de las emociones en estudiantes del III ciclo de

la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

H₂: Es probable que el estilo dirigido a la relación con los demás sea el estilo de afrontamiento de estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

H₀: Es probable que el estilo dirigido a la relación con los demás no sea el estilo de afrontamiento de estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

H₃: Existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según sexo y edad en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según sexo y edad en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

H₄: Existen diferencias estadísticamente significativas según sexo y edad en los estilos de afrontamiento de estrés que utilizan en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas según sexo y edad en los estilos de afrontamiento de estrés que utilizan en del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

3.3 DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE LAS VARIABLES

3.3.1 Definición Conceptual: Inteligencia Emocional

El conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerlas un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta (Gardner, 1993).

3.3.2 Definición Operacional: Inteligencia Emocional

Referida a la expresión, manejo y reconocimiento de las emociones, será medida en las dimensiones: atención a las emociones, claridad emocional y reparación emocional; en los niveles excelente, adecuada y baja inteligencia emocional intrapersonal.

3.3.3 Definición Conceptual: Estrategias de Afrontamiento

Esfuerzo cognitivo y conductual orientado a manejar, reducir, minimizar, dominar o tolerar las demandas externas e internas que aparecen y generan estrés. El afrontamiento es considerado como una competencia psicosocial, la cual incluye estrategias conductuales y cognitivas utilizadas para poder enfrentar los problemas de la vida (Solís Manrique & Vidal Miranda, 2006).

3.3.4 Definición Operacional: Estrategias de Afrontamiento

Estrategias del adolescente para afrontar situaciones estresantes en la vida diaria, medirá los estilos de afrontamiento dirigido a la resolución de problemas, Estilo dirigido a la relación con los demás y Estilo improductivo, en los niveles: alto, medio y bajo.

3.4 CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Dimensión	Indicador
Variable (X) Inteligencia emocional	Atención a las emociones	Expresiones de emociones
	Claridad emocional	Manejo de emociones
	Reparación emocional	Reconocimiento de emociones
Variable (Y) Estrategias de afrontamiento De estrés	Estilo dirigido a la resolución de problemas (ERP)	Buscar diversiones relajantes (Dr)
		Distracción física (Fi)
		Fijarse en lo positivo (Po)
		Concentrarse en resolver el problema (Rp)
		Esforzarse y tener éxito (Es)
	Estilo dirigido a la relación con los demás (ERD)	Buscar apoyo espiritual (Ae)
		Buscar ayuda profesional (Ap)
		Invertir en amigos íntimos (Ai)
		Buscar pertenencia (Pe)
		Buscar apoyo social (As)
	Estilo improductivo (EI)	Acción social (So)
		Hacerse ilusiones (Hi)
		Falta de afrontamiento o no afrontamiento (Na)
		Reducción de la tensión (Rt)
		Ignorar el problema (Ip)
		Autoinculparse (Cu)
		Reservarlo para si (Re)
Preocuparse (Pr)		

CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN

4.1.1 Tipo de Investigación

Según Oseda (2008), el tipo de estudio de la presente investigación es básica, porque persigue la utilización inmediata de los conocimientos obtenidos y busca acrecentar los acontecimientos teóricos para el progreso de una ciencia.

4.1.2 Nivel de Investigación

Según Hernández, Fernández y Baptista (México), el nivel de la presente investigación es descriptiva, comparativa correlacional, este tipo de estudio tiene como finalidad determinar el grado de relación o asociación no causal existente entre dos o más variables y además compararlas.

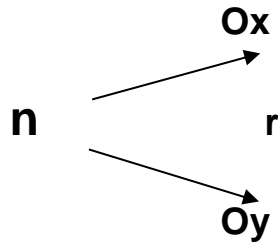
4.2 MÉTODOS Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

4.2.1 Métodos de Investigación

Para la presente investigación se utilizó el descriptivo correlacional de corte transversal, pues permite obtener información sobre el estado actual del fenómeno en interés y establecer la relación de variables.

4.2.2 Diseño de la Investigación

El diseño de la investigación es no experimental, correlacional transversal. (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, México), el mismo que se representa en el siguiente diseño:



Dónde:

n = Muestra.

Ox = Observación de la inteligencia Emocional Intrapersonal.

Oy = Observación de los Estilos de Afrontamiento.

r = Nivel de relación entre variables concurrentes.

4.3 POBLACIÓN Y MUESTRA DE LA INVESTIGACIÓN

4.3.1 Población

La población de estudio estuvo integrada por 110 estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.

4.3.2 Muestra

La muestra es no probabilística censal y está conformada por todos los estudiantes.

4.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

4.4.1 Técnicas

Para la variable independiente (X): Encuesta

Para la variable dependiente (Y): Encuesta

4.4.2 Instrumentos

Para la variable (X): Inteligencia emocional intrapersonal

Nombre de la escala: Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24). (Escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones)

Autores: Adaptación de (Berrocal & Aranda, 2008) del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995).

Nº de ítems: 24

Aplicación: Se puede aplicar de forma individual o colectiva.

Duración: Unos 5 minutos.

Finalidad: Evaluar la inteligencia emocional intrapersonal percibida (atención a las emociones, claridad emocional y reparación emocional).

Tipificación: Baremación en centiles según el sexo y la edad

Material: Manual, escala y baremos.

Descripción y datos psicométricos de la escala

Esta escala sirve para evaluar la inteligencia emocional percibida. El TMMS-24 (Spanish Modified Version of the Trait Meta-Mood Scale) es una escala rasgo de metaconocimiento emocional. En concreto, mide las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones, así como de nuestra capacidad para regularlas. Su validación puede encontrarse en (Fernández-Berrocal & Extremera, 2009).

Como su nombre indica, la escala se compone de 24 ítems que deben ser puntuados con una escala tipo Likert de cinco puntos (desde 1= Nada de

acuerdo, hasta 5= Totalmente de acuerdo), los cuales se agrupan en las siguientes dimensiones:

- **Atención emocional:** Se refiere a la percepción de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada. Está compuesta por ocho ítems, el coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach, encontrado por (Fernández-Berrocal & Extremera, 2009) Fernández-Berrocal et al. (2004) fue de .90.
- **Claridad emocional:** Esta dimensión evalúa la percepción que se tiene sobre la comprensión de los propios estados emocionales. Incluye ocho ítems, el coeficiente de fiabilidad encontrado por los autores es de .90.
- **Reparación emocional:** Mide la capacidad percibida para regular los propios estados emocionales de forma correcta. Se compone de ocho ítems, el coeficiente de fiabilidad según los autores es de .86.

Para la variable (Y): Estilos de afrontamiento

Nombre: Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS

Nombre : Original : Adolescent Coping Scale.

Autores: Erica Frydemberg y Ramon Lewis.

Procedencia: El consejo australiano para la Educación Educativa.

Adaptación: Jaime Pereña y Nicolas Seisdedos, TEA Ediciones, S.A.

Ámbito de aplicación: adolescentes de 12 a 25 años

Duración: 10 a 15 minutos

Descripción:

El ACS es un inventario de autoinforme compuesto por 80 elementos, uno abierto y 79 de tipo cerrado, que se puntúan mediante una escala de tipo Likert de 5 puntos que abarca desde "No se me ocurre nunca o no lo hago"

(puntuación 1), hasta "Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia" (puntuación 5). El último elemento es una pregunta abierta acerca de otras estrategias que utiliza el adolescente para enfrentarse a sus problemas. Tiene dos formas de aplicación (general y específica) que difieren sólo en la consigna. En el ACS-forma general se le pide al sujeto que diga, en general, lo que suele hacer para enfrentar los problemas o dificultades. En la forma específico, se le pide que describa su preocupación principal y responda los ítems de acuerdo a esta.

Las estrategias de afrontamiento son:

- *Buscar diversiones relajantes (Dr)*: describe situaciones de ocio, y relajantes tales como la lectura, la pintura o divertirse.
- *Esforzarse y tener éxito (Es)*: describe compromiso, ambición y dedicación, se refiere a conductas de trabajo, laboriosidad e implicación personal.
- *Distracción física (Fi)*: se refiere a la dedicación al deporte, al esfuerzo físico y a mantenerse en forma.
- *Fijarse en lo positivo (Po)*: indica una visión optimista y positiva de la situación presente y una tendencia a ver el lado bueno de las cosas y a sentirse afortunado.
- *Concentrarse en resolver el problema (Rp)*: se dirige a abordar el problema sistemáticamente, pensar en él y tener en cuenta los diferentes puntos de vista u opciones de solución.
- *Buscar apoyo espiritual (Ae)*: consiste en una tendencia a rezar, y a creer en la ayuda de Dios o de un líder espiritual.
- *Invertir en amigos íntimos (Ai)*: se refiere a la búsqueda de relaciones personales íntimas, al esfuerzo por comprometerse en alguna relación personal de tipo íntimo y hacer nuevas amistades.
- *Buscar ayuda profesional (Ap)*: denota una tendencia a recurrir al uso de consejeros profesionales, como maestros o psicólogos.
- *Buscar apoyo social (As)*: consiste en una inclinación a compartir los problemas con los demás y conseguir ayuda y apoyo para enfrentarlos.

- *Buscar pertenencia (Pe)*: indica una preocupación o interés por las relaciones con los demás en general y, más concretamente, preocupación por lo que los otros piensan de él.
- *Acción social (So)*: consiste en dejar que otros conozcan cuál es su preocupación y tratar de conseguir ayuda escribiendo peticiones u organizando actividades como reuniones o grupos.
- *Autoinculparse (Cu)*: indica que se percibe como culpable o responsable de sus problemas o dificultades.
- *Hacerse ilusiones (Hi)*: se refiere a la esperanza y a la expectativa de que todo tendrá un final feliz.
- *Ignorar el problema (Ip)*: denota un esfuerzo consciente por negar el problema o desentenderse de él.
- *Falta de afrontamiento o no afrontamiento (Na)*: se refiere a la incapacidad personal para resolver el problema, a no hacer nada y su tendencia a sentirse enfermo y a desarrollar síntomas psicossomáticos.
- *Preocuparse (Pr)*: indica temor por el futuro en términos generales o, más en concreto, preocupación por la felicidad futura.
- *Reservarlo para sí (Re)*: indica que el sujeto tiende a aislarse de los demás y a impedir que conozcan sus preocupaciones.
- *Reducción de la tensión (Rt)*: se refiere al intento de sentirse mejor y relajar la tensión, mediante acciones como: llorar, gritar, evadirse, fumar, comer o beber.

Para cada una de estas estrategias se obtiene una puntuación total resultante de la suma de los puntos obtenidos en cada uno de los 5, 4 ó 3 ítems de que consta cada una de ellas. Luego de ajustarlas en función del número de ítems, los resultados se interpretan de manera cualitativa.

4.4.3 Validez y Confiabilidad

Para la variable (X): Inteligencia emocional intrapersonal, se utilizó **la escala**: Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24). (Escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones). El TMMS-24 (Spanish Modified Version of the Trait Meta-Mood Scale) es una escala rasgo de metaconocimiento emocional. En concreto, mide las destrezas con las que

podemos ser conscientes de nuestras propias emociones, así como de nuestra capacidad para regularlas. Su validación puede encontrarse en Fernández.- Berrocal et al. (2004).

Para la variable (Y) Estilos de afrontamiento, se utilizó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS. Es un inventario de autoinforme compuesto por 80 elementos, uno abierto y 79 de tipo cerrado, que se puntúan mediante una escala de tipo Likert de 5 puntos que abarca desde "No se me ocurre nunca o no lo hago" (puntuación 1), hasta "Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia" (puntuación 5). El último elemento es una pregunta abierta acerca de otras estrategias que utiliza el adolescente para enfrentarse a sus problemas. Tiene dos formas de aplicación (general y específica) que difieren sólo en la consigna. En el ACS-forma general se le pide al sujeto que diga, en general. Lo que suele hacer para enfrentar los problemas o dificultades. En la forma específico, se le pide que describa su preocupación principal y responda los ítems de acuerdo a esta.

4.4.4 Plan de Análisis de Datos

Se procedió a recolectar los datos, encuestando a cada uno de los estudiantes que cumplían con los criterios de inclusión. Previo consentimiento verbal informado. Teniendo en cuenta las instrucciones precisas en el llenado de los instrumentos. Obtenida la información y llenado el instrumento usando el SPSS se procedió a analizar la información.

El análisis de la información se realizó como datos categóricos, ello debido a que se categorizaron las variables. El análisis descriptivo se realizó a través de las frecuencias y porcentajes de cada una de las dimensiones y variables de estudio. El análisis comparativo de los datos se realizó a través de la Chi cuadrado de homogeneidad.

Para el análisis de las relaciones entre las variables se utilizó la Chi cuadrado de independencia. Asimismo, para hallar la dirección y fuerza de la relación (Por ser una variable ordinal) se utilizó el estadístico de la Tau b de Kendall (para tablas MxN).

4.4.5 Ética en la Investigación

Para la presente investigación se utilizó en todo momento la ética la cual va dirigir toda acción humana correcta, además de lograr y adoptar el conocimiento científico para todo tipo de investigación con el fin de dar nuevos aportes científicos, así mismo se tuvo el cuidado y el resguardo de la confidencialidad de la información y la identidad de los participantes al momento de la aplicación de los instrumentos.

CAPÍTULO V: RESULTADOS

Los resultados de cada uno de los objetivos planteados en la investigación se muestran a continuación:

5.1 ANÁLISIS DESCRIPTIVO

5.1.1 Identificar el Nivel de las Dimensiones de la Inteligencia Emocional Intrapersonal en Estudiantes de Ingeniería Industrial

Tabla 1 *Niveles de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes de ingeniería industrial*

Niveles	Atención emocional		Claridad emocional		Reparación emocional	
	fi	%	fi	%	fi	%
Excelente	8	7,5%	10	9,2%	23	20,8%
Adecuada	65	59,2%	65	59,2%	67	60,8%
Baja	37	33,3%	35	31,7%	20	18,3%
Total	110	100,0%	110	100,0%	110	100,0%

Fuente: Elaboración personal

Interpretación

Al analizar las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal, encontramos que los estudiantes investigados en la dimensión atención emocional, el 59,2% muestra una adecuada atención emocional y un 33,3% una baja atención emocional, datos que indican que la percepción de las propias emociones, no son adecuadas totalmente, es decir, no existe la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada.

Asimismo, se observa que el 59,2% de estudiantes presentan una adecuada claridad emocional, seguida de un 31,7% con una baja claridad emocional, datos que indican que la percepción que los estudiantes tienen sobre la comprensión de los propios estados emocionales es adecuada y baja, es decir, no existe claridad emocional en los estudiantes investigados.

Con respecto a la dimensión reparación emocional el 60,8% de los estudiantes investigados está en el nivel adecuado existe, asimismo, un 20,8% de estudiantes en un nivel excelente, es decir, los estudiantes investigados tienen una capacidad percibida para regular los propios estados emocionales de forma correcta.

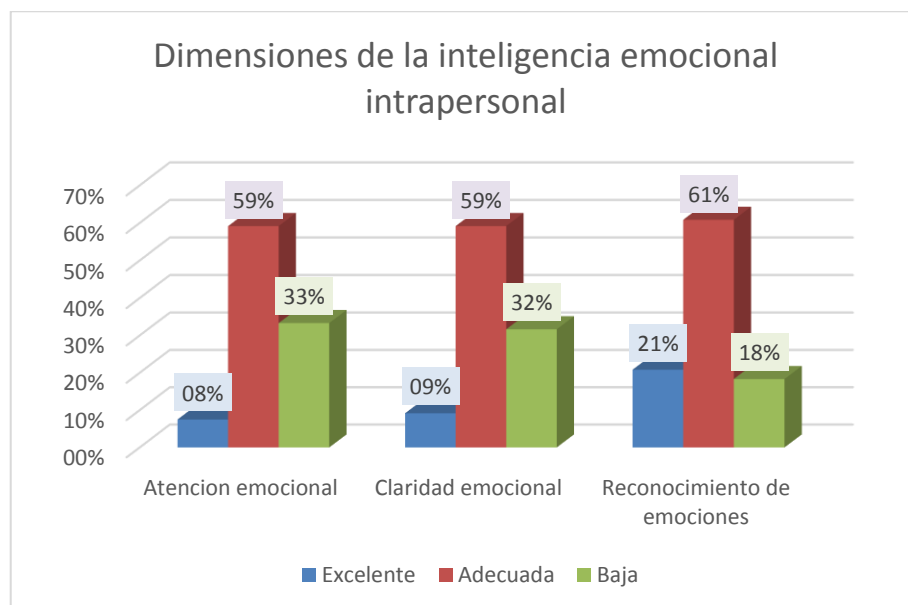


Figura 1: Diagrama de barras de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal

Tabla 2 *Inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes ingeniería industrial*

Niveles	Inteligencia emocional intrapersonal	
	fi	%
Excelente	24	21,7
Adecuada	76	69,2
Baja	10	9,2
Total	110	100,0

Fuente: Elaboración personal

Interpretación

La inteligencia emocional intrapersonal es adecuada en los estudiantes investigados, asimismo, existe un 21,7% de estudiantes en el nivel excelente y solo un 9,2% en el nivel bajo, datos que nos indican que los estudiantes son capaces de regular sus estados emocionales, pero que no todos muestran claridad emocional y que no todos pueden sentir y expresar adecuadamente sus emociones.

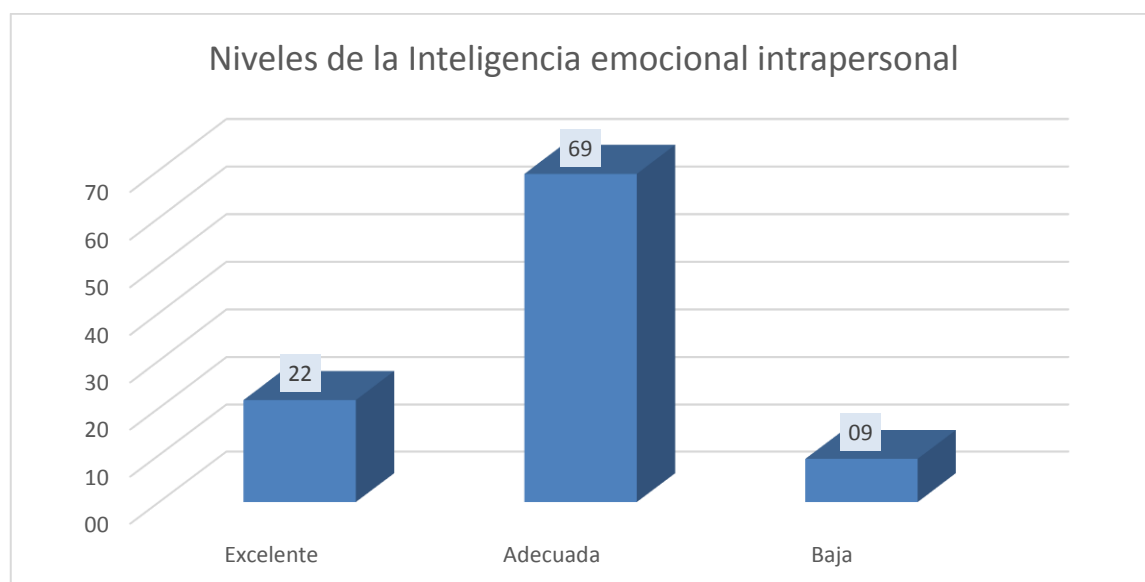


Figura 2: Diagrama de barras de la inteligencia emocional intrapersonal

5.1.2 Identificar los Estilos de Afrontamiento que utilizan los Estudiantes de Ingeniería Industrial

Tabla 3 *Estilos de afrontamiento que utilizan los estudiantes ingeniería industrial*

Niveles	Estilo dirigido a la resolución de problemas (ERP)		Estilo dirigido a la relación con los demás (ERD)		Estilo improductivo (EI)	
	fi	%	fi	%	fi	%
Alto	29	26,7%	9	8,3%	3	2,5%
Medio	81	73,3%	89	80,8%	86	78,3%
Bajo	0	0,0%	12	10,8%	21	19,2%
Total	110	100,0%	110	100,0%	110	100,0%

Fuente: Elaboración personal

Interpretación

Con respecto a los estilos de afrontamiento que utilizan frecuentemente los estudiantes investigados encontramos que en el estilo dirigido a la resolución de problemas (ERP) el 73,3% se encuentra en el nivel medio y el 26,7% en el nivel alto, es decir, que los estudiantes investigados utilizan este estilo ante diferentes situaciones problemáticas o estresantes. Este estilo se refiere a los esfuerzos que los estudiantes realizan por resolver problemas manteniendo una actitud optimista y socialmente conectada.

Al analizar si utilizan el estilo dirigido a la relación con los demás (ERD), encontramos que el 80,8% de los estudiantes investigados se encuentran en el nivel medio y un 10,8% en el nivel bajo, datos que indican que este estilo se usa frecuentemente, es decir, al resolver un problema buscan frecuentemente apoyo de los demás, sin embargo, no buscan apoyo espiritual o profesional, sino sobre todo amical.

Con respecto al estilo improductivo (EI), es un estilo que no utilizan los estudiantes investigados de manera frecuente, ya que el 78,3% se encuentra en el nivel medio y un 19,2% en el nivel bajo, es decir, pocos estudiantes utilizan estrategias evitativas al resolver un problema.

Estilos de afrontamiento que utilizan los estudiantes ingeniería industrial

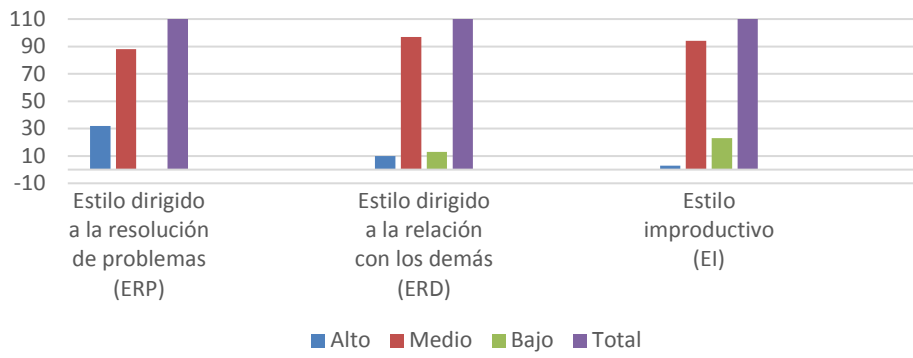


Figura 3: Diagrama de barras de los estilos de afrontamiento

5.2 RESULTADOS INFERENCIALES

5.2.1 Establecer las Diferencias Según Sexo y Edad en las Dimensiones de la Inteligencia Emocional Intrapersonal en Estudiantes de Ingeniería Industrial

Tabla 4 *Diferencias según sexo de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal en los estudiantes ingeniería industrial*

Dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal		Sexo				Chi cuadrado
		Femenino		Masculino		
		fi	%	fi	%	
Atención emocional	Excelente	6	9,5%	3	5,3%	X ² = 1,795 p=0,408
	Adecuada	36	61,9%	29	56,1%	
	Baja	16	28,6%	20	38,6%	
Claridad emocional	Excelente	1	1,6%	9	17,5%	X ² = 9,195 p=0,010
	Adecuada	37	63,5%	28	54,4%	
	Baja	20	34,9%	15	28,1%	
Reparación emocional	Excelente	11	19,0%	12	22,8%	X ² = 2.130 p=0,345
	Adecuada	39	66,7%	28	54,4%	
	Baja	8	14,3%	12	22,8%	

Fuente: Elaboración personal

Interpretación

Al mostrar las diferencias de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal según sexo, se encontró que, con respecto a la atención emocional, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones, los varones como las mujeres presentan una adecuada y baja capacidad emocional, no existiendo diferencias según sexo. Sin embargo, con respecto a la claridad emocional, es decir, a la percepción sobre la comprensión de los propios estados emocionales, los estudiantes del sexo masculino presentan

mayor claridad emocional que las del sexo femenino. Asimismo, no existe diferencias en ambos sexos sobre la capacidad de regular los propios estados emocionales de forma correcta, ya que en ambos sexos predomina una adecuada y excelente reparación emocional.

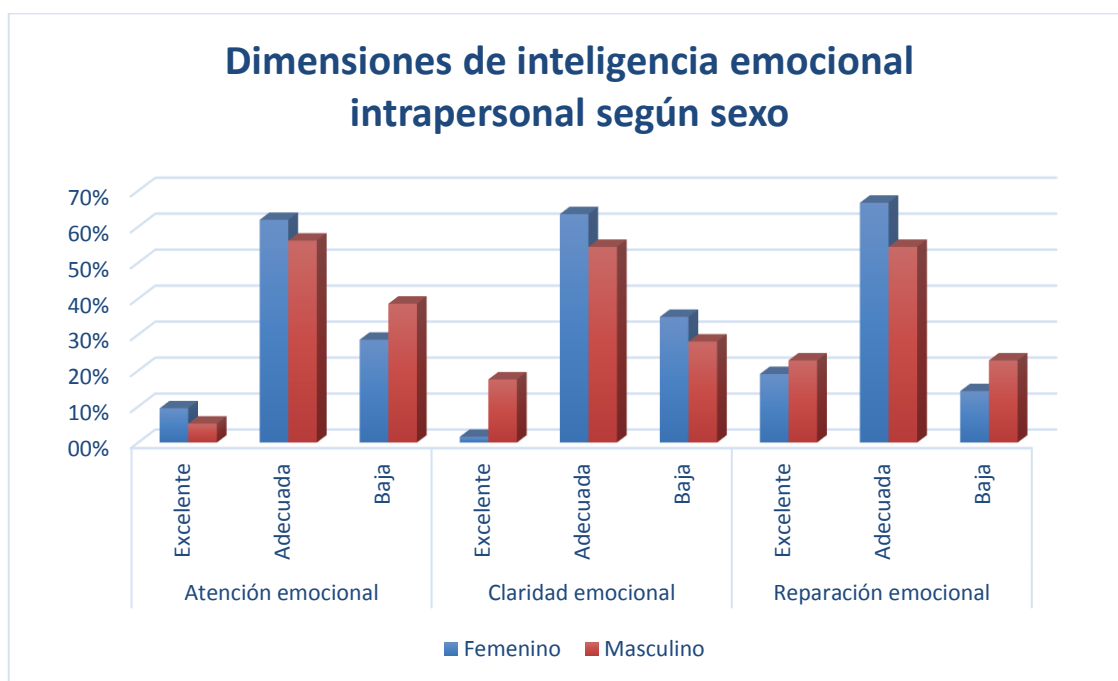


Figura 4: Diagrama de barras de las Dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal según sexo

Tabla 5 *Diferencias según edad de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes de ingeniería industrial*

Dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal		Edad en años								Chi cuadrado
		18		19		20		21		
		fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	
Atención emocional	Excelente	3	10,0%	3	8,8%	3	7,5%	0	0,0%	$X^2=4,161$ $p=0,655$
	Adecuada	13	46,7%	20	64,7%	22	60,0%	10	68,8%	
	Baja	12	43,3%	8	26,5%	12	32,5%	5	31,3%	
Claridad emocional	Excelente	2	6,7%	3	8,8%	6	15,0%	0	0,0%	$X^2=5,914$ $p=0,433$
	Adecuada	17	60,0%	21	67,6%	17	47,5%	10	68,8%	
	Baja	09	33,3%	7	23,5%	14	37,5%	5	31,3%	
Reparación emocional	Excelente	6	23,3%	5	14,7%	8	22,5%	4	25,0%	$X^2=5,692$ $p=0,459$
	Adecuada	17	63,3%	23	73,5%	18	50,0%	8	56,3%	
	Baja	4	13,3%	4	11,8%	10	27,5%	3	18,8%	

Fuente: Elaboración personal

Interpretación

Al mostrar las diferencias de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal según edad, se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas en todas las dimensiones según la edad, datos que nos indican que la edad no es un indicador de la expresión, regulación y control emocional.

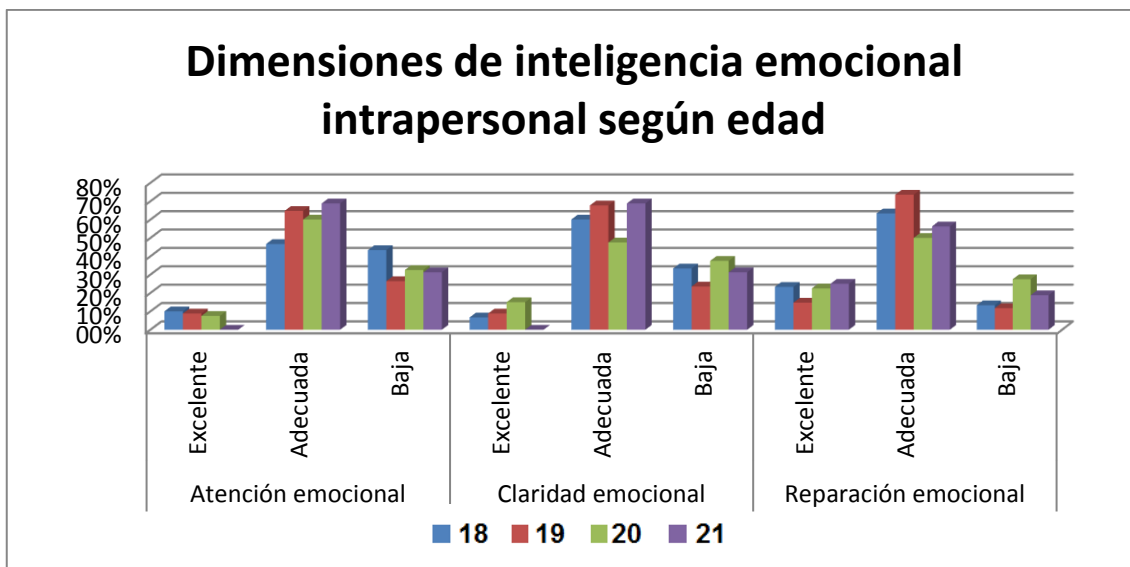


Figura 5: Diagrama de barras de las Dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal según edad

5.2.2 Establecer las Diferencias Según Sexo y Edad en los Estilos de Afrontamiento que utilizan los Estudiantes de Ingeniería Industrial

Tabla 6 Diferencias según sexo de los estilos de afrontamiento que utilizan en estudiantes de ingeniería industrial

Estilos de afrontamiento según sexo		Sexo				Chi cuadrado
		Femenino		Masculino		
		fi	%	fi	%	
ERP	Alto	15	25,4%	15	28,1%	X ² = 0,109 p=0,741
	Medio	43	74,6%	38	71,9%	
	Bajo	0	0,0%	0	0,0%	
ERD	Alto	5	7,9%	5	8,8%	X ² = 0,283 p=0,868
	Medio	48	82,5%	41	78,9%	
	Bajo	6	9,5%	6	12,3%	
EI	Alto	2	3,2%	1	1,8%	X ² = 0,468 p=0,791
	Medio	44	76,2%	42	80,7%	
	Bajo	12	20,6%	9	17,5%	

Fuente: Elaboración personal

Interpretación

Con respecto al uso preferente de algún estilo de afrontamiento ante situaciones problemáticas o estresantes, se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas con respecto al sexo, es decir, los estudiantes del sexo masculino como del sexo femenino utilizan las mismas estrategias de afrontamiento.

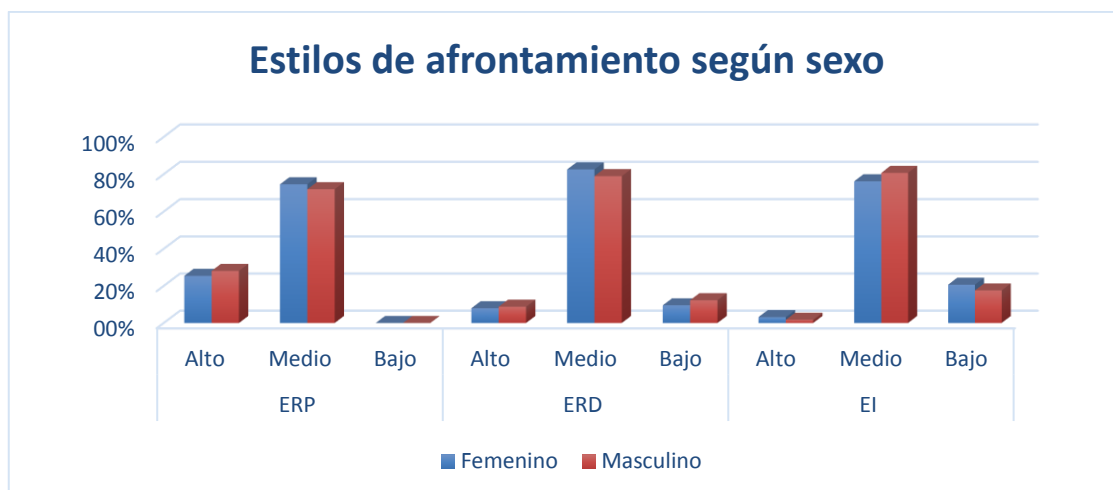


Figura 6: Diagrama de barras de los estilos de afrontamiento según sexo

Tabla 7 Diferencias según edad de los estilos de afrontamiento que utilizan en estudiantes de ingeniería industrial

Estilos de afrontamiento según edad	Edad en años								Chi cuadrado	
	18		19		20		21			
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%		
ERP	Alto	6	23,3%	8	26,5%	11	30,0%	4	25,0%	X ² = 0,421 p=0,936
	Medio	21	76,7%	23	73,5%	26	70,0%	11	75,0%	
	Bajo	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	
ERD	Alto	2	6,7%	5	14,7%	2	5,0%	1	6,3%	X ² = 3,485 p=0,746
	Medio	22	80,0%	25	79,4%	30	82,5%	12	81,3%	
	Bajo	4	13,3%	2	5,9%	5	12,5%	2	12,5%	
EI	Alto	2	6,7%	1	2,9%	0	0,0%	0	0,0%	X ² = 14,523 p=0,024
	Medio	19	70,0%	21	67,6%	31	85,0%	15	100,0%	
	Bajo	7	23,3%	9	29,4%	6	15,0%	0	0,0%	

Fuente: Elaboración personal

Interpretación

Con respecto al uso preferente de algún estilo de afrontamiento ante situaciones problemáticas o estresantes, se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas con respecto a la edad, es decir, los estudiantes 18 a los 21 años utilizan las mismas estrategias de afrontamiento. Dato que nos indica que la edad no es un factor predictor del estilo de afrontamiento. Excepto en el estilo improductivo donde los estudiantes de mayor edad utilizan más este estilo a diferencia de los de menor edad.

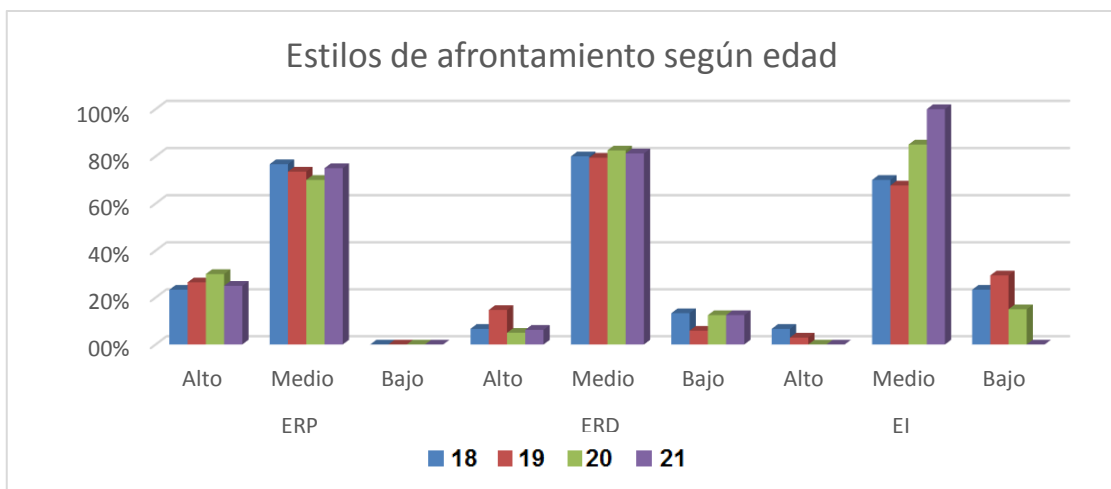


Figura 7: Diagrama de barras de los estilos de afrontamiento según edad

5.3 COMPROBACIÓN DE HIPÓTESIS

Tabla 8 *Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de ingeniería industrial*

	Importancia	Importancia normalizada
Dr: Buscar diversiones relajantes	,038	58,0%
Fi: Distracción física	,046	71,2%
Po: Fijarse en lo positivo	,047	72,5%
Rp: Concentrarse en resolver el problema	,054	83,7%
Es: Esforzarse y tener éxito	,053	82,1%
Ae: Buscar apoyo espiritual	,048	74,8%
Ap: Buscar ayuda profesional	,052	80,4%
Ai: Invertir en amigo íntimos	,059	91,6%
Pe: Buscar pertenencias	,057	88,7%
As: Buscar apoyo social	,065	100,0%
So: Acción social	,057	87,5%
Hi: Hacerse ilusiones	,051	78,6%
Na: Falta de afrontamiento	,053	82,0%
Rt: Reducción de la tensión	,060	92,9%
Ip: Ignorar el problema	,048	73,6%
Cu: Autoinculparse	,055	84,4%
Re: Reservarlo para si	,047	72,3%
Pr: Preocuparse	,048	73,9%

Fuente: Elaboración personal

Interpretación

Al analizar las estrategias de afrontamiento que están relacionadas a las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal, de acuerdo a la importancia normalizada, encontramos que los estudiantes investigados utilizan el buscar apoyo social (As), que corresponde al estilo dirigido a la relación con los demás (ERD), es decir, una inclinación a compartir los problemas con los demás y conseguir ayuda y apoyo para enfrentarlos. Como segunda estrategia de afrontamiento utilizan la reducción de la tensión (Rt), del estilo improductivo (EI), caracterizado por el intento de sentirse mejor y relajar la tensión, mediante acciones como: llorar, gritar, evadirse, fumar, comer o beber. Utilizan también la estrategia de invertir en amigos íntimos (Ai) del estilo (ERD), el mismo que se refiere a la búsqueda de relaciones personales íntimas, para afrontar los problemas y hacer nuevas amistades. La otra estrategia utilizada es la acción social (So), del estilo (EI), consiste en dejar que otros conozcan cuál es su preocupación y tratar de conseguir ayuda escribiendo peticiones u organizando actividades como reuniones o grupos. Es decir, en general el estilo que mayormente utilizan los estudiantes investigados es el estilo dirigido a la relación con los demás. Utilizando en menor medida el estilo improductivo.

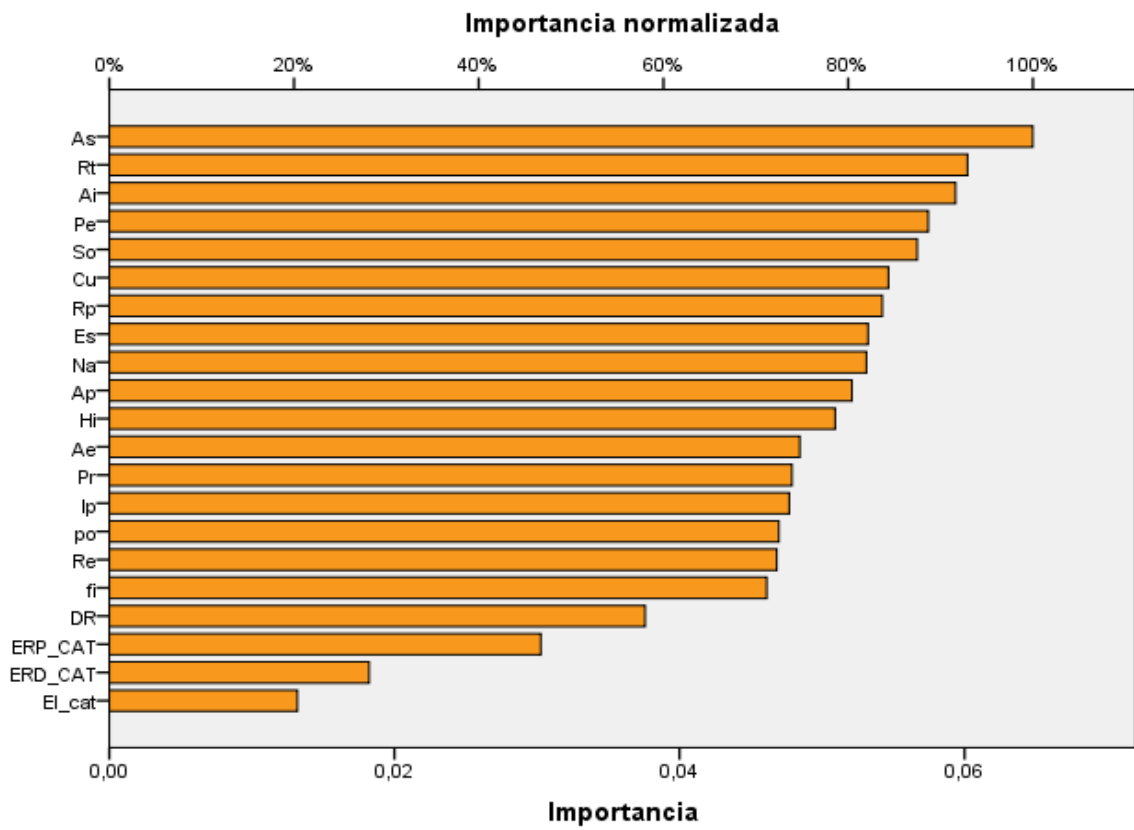


Figura 8: Importancia normalizada de la inteligencia emocional intrapersonal y los estilos de afrontamiento en estudiantes de ingeniería industrial

Tabla 9 *Importancia de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de ingeniería industrial*

	Importancia	Importancia normalizada
ERD (agrupado)	,461	100,0%
ERP (agrupado)	,416	90,1%
EI (agrupado)	,123	26,7%

Fuente: Elaboración personal

Interpretación

Los estilos de afrontamiento asociados a las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal por sentido de importancia normalizada son el estilo dirigido a la relación con los demás (ERD), es decir, que los estudiantes tratan de resolver los problemas a través del apoyo brindado por los demás. La segunda variable asociada por importancia normalizada es el estilo dirigido a la resolución de problemas (ERP), es decir, tratan de resolver los problemas asumiendo una actitud positiva y optimista. El estilo improductivo (EI) se utiliza con menos frecuencia.

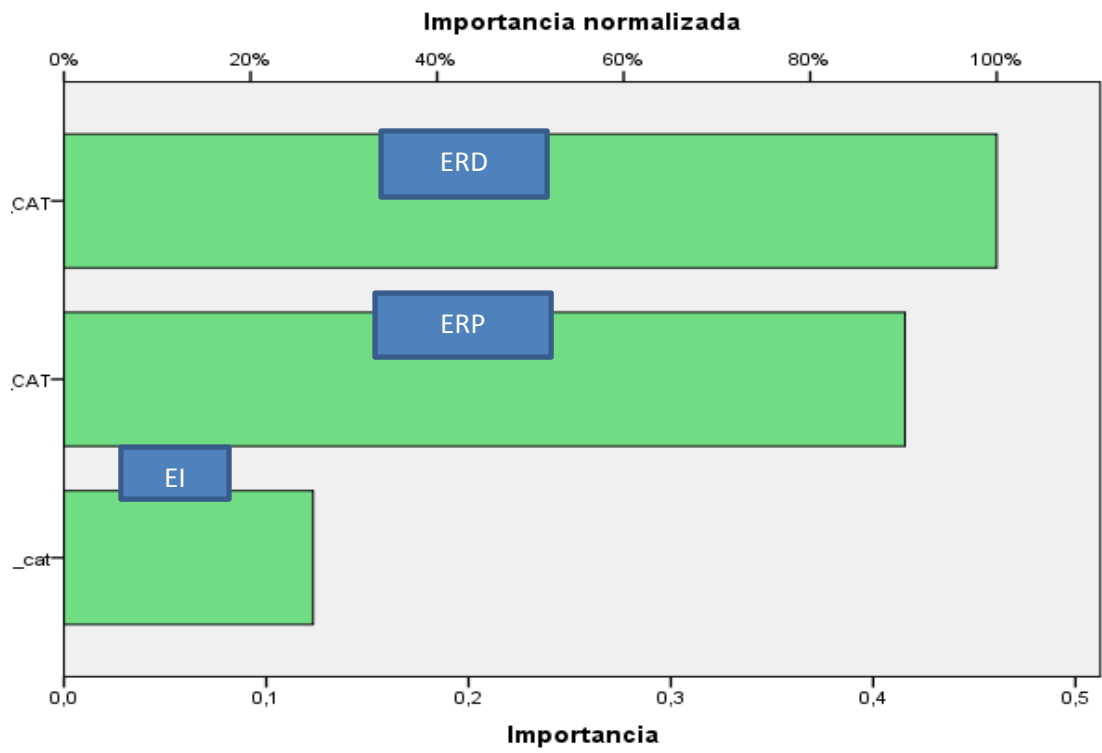


Figura 9: Importancia normalizada de la inteligencia emocional intrapersonal y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de ingeniería industrial

CAPÍTULO VI: DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La investigación sobre la relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal y los estilos de afrontamiento, es de actualidad y coyuntural, ya que la inteligencia emocional intrapersonal es la capacidad de manejar emociones, expresar emociones y reconocer las emociones, estas capacidades juegan un papel importante a la hora de razonar o reflexionar sobre una situación problemática. La IEI es una habilidad que unifica las emociones y el razonamiento, facilitando un razonamiento efectivo y un modo de pensar más inteligente ante las situaciones problemáticas.

En ese sentido, al identificar el nivel de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal (Tablas 1 y 2), se observa que los estudiantes investigados muestran una inteligencia emocional intrapersonal adecuada y excelente, es decir, estos estudiantes en su gran mayoría pueden manejar sus emociones y reconocer sus emociones de forma adecuada, sin embargo, aún tienen dificultades para expresar las mismas. Resultados que nos indican que

los estudiantes evaluados en algunos casos ya son capaces de asumir un grado de conciencia de sus propias emociones, así como su capacidad para regularlas. Resultados que se complementan con los encontrados por (Bisquerra & Hernández, 2017), quien indica que el desarrollo emocional satisfactorio supone ser consciente de los propios sentimientos, estar en contacto con ellos y ser capaz de involucrarse con otras personas de forma adecuada relacionándose positivamente.

Con respecto a los estilos de afrontamiento que utilizan frecuentemente los estudiantes investigados (Tabla 3), se observa que un porcentaje significativo de estudiantes utiliza el estilo dirigido a la relación con los demás (ERD), en un porcentaje similar utilizan el estilo dirigido a la solución de problemas (ERP) y en menor frecuencia el estilo improductivo (EI), es decir, el tipo de afrontamiento que utilizan los estudiantes indicaría estrategias para mantener el equilibrio y el mantenimiento de la salud y de su bienestar. Estos resultados son diferentes a los encontrados por (Salinas & Chimal, 2015), quienes indican que los adolescentes ante situaciones estresantes las estrategias que utilizan son el esforzarse y tener éxito (Es) del estilo (ERP), buscar diversiones relajantes (Dr) del estilo (ERP) y preocuparse (Pr) del estilo (EI), resultados diferentes probablemente se deban al lugar o país diferente donde se realizó la investigación. Sin embargo, (Mikkelsen Ramella, 2009), en la Pontificia Universidad Católica del Perú, encontró que hubo un mayor empleo del estilo dirigido a Resolver el problema (ERP) y el estilo dirigido a la relación con los demás (ERD), datos que se complementan con los encontrados en la investigación.

Al establecer las diferencias según sexo y edad en las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal (Tablas 4 y 5), se observa que no existen diferencias estadísticamente significativas con respecto a la edad, en ninguna de las dimensiones, sin embargo, en el sexo se encontró diferencias en la dimensión claridad, donde el sexo masculino presentan mayor claridad emocional que las del sexo femenino, información que nos indica que las variables edad y sexo no son variables predictoras de la inteligencia intrapersonal en los estudiantes investigados, ello debido probablemente a que

el estudio se realizó en un grupo poblacional con características similares. Estos resultados difieren a los encontrados por (Fragoso-Luzuriaga, 2015) que indican que, desde los inicios de la adolescencia hasta la edad adulta, las mujeres tienen el doble de probabilidad que los hombres de experimentar emociones negativas ante situaciones de estrés.

Al establecer las diferencias de los estilos de afrontamiento según sexo y edad se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas (Tablas 6 y 7), excepto el estilo de afrontamiento improductivo (EI) en el que los estudiantes de 18 y 20 años hacen uso más frecuente de este estilo en comparación a las otras edades. Datos que difieren a los encontrados por (Fantin, Florentino, & Correché, 2005), que indican que las mujeres tienden a buscar apoyo social, concentrarse en resolver sus problemas, preocuparse y buscar apoyo espiritual cuando tienen dificultades; mientras que los varones registran puntuaciones significativamente mayores en comparación con las mujeres en las estrategias ignorar el problema y distracción física. Asimismo, (Salinas & Chimal, 2015), encontraron que las mujeres emplean más estrategias centradas en resolver el problema e intervienen sus emociones, a diferencia de los hombres que evaden el problema y son más reservados emocionalmente. Con respecto a la comparación por edad, se encontró que los 18 años emplean estrategias de evasión del problema.

Finalmente al determinar la relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal y los estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial, (Tablas 8 y 9), se observa que existe una relación significativa, al ponderarla por nivel de importancia se encontró que las estrategias Buscar apoyo social (As), reducción de la tensión (Rt), invertir en amigos íntimos (Ai) y la acción social (So), son los estilos más relacionados con las dimensiones de la inteligencia intrapersonal. Del mismo modo los estilos relacionados por importancia ponderan, son el Estilo dirigido a la relación con los demás (ERD) seguido del estilo dirigido a la solución de problemas (ERP). Por lo cual podemos afirmar que las variables están relacionadas significativamente y aceptar la hipótesis de investigación.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Existe relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal y los estilos de afrontamiento, según su importancia ponderada las estrategias más utilizadas son el Buscar apoyo social (As), reducción de la tensión (Rt), invertir en amigos íntimos (Ai). Los estilos relacionados por importancia ponderan son el Estilo dirigido a la relación con los demás (ERD) seguido del estilo dirigido a la solución de problemas (ERP).

SEGUNDA: Al identificar el nivel de las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal los estudiantes muestran adecuada y excelente manejo de emociones y reconocimiento de emociones, sin embargo, aún no expresan sus emociones de forma adecuada.

TERCERA: Los estilos de afrontamiento que utilizan frecuentemente los estudiantes investigados indica que hubo un mayor empleo del estilo dirigido a la relación con los demás (ERD), seguido del estilo dirigido a Resolver el problema (ERP) y en menor medida el estilo improductivo (EI), es decir, ante situaciones problemáticas estresantes los adolescentes buscan apoyo social (As) e invertir en amigo íntimos (Ai), prioritariamente.

CUARTA: No existen diferencias estadísticamente significativas ($p > 0,05$) según sexo y edad en las dimensiones de la inteligencia emocional intrapersonal, excepto, en la dimensión claridad emocional en la cual los estudiantes del sexo masculino presentan mayor claridad emocional que las mujeres.

QUINTA: No existen diferencias estadísticamente significativas ($p > 0,05$) de los estilos de afrontamiento según sexo y edad, excepto, en el estilo de afrontamiento improductivo (EI), donde los estudiantes de mayor edad hacen uso más frecuente de este estilo en comparación a las otras edades.

RECOMENDACIONES

- PRIMERA:** Realizar investigaciones en otros contextos educativos que continúen esta línea de investigación de la inteligencia emocional intrapersonal corroborando los resultados aquí encontrados a través de diseños prospectivos.
- SEGUNDA:** El personal Directivo, Docentes y Psicólogo de la Escuela investigada, deberían elaborar y aplicar de forma permanente programas psicoeducativos integrales que comprendan el desarrollo emocional, específicamente el reconociendo de emociones y la expresión de las mismas. Ello debido a que las instituciones educativas han priorizado el desarrollo de capacidades cognitivas, dejando de lado la educación y el desarrollo emocional de los adolescentes.
- TERCERA:** Promover el desarrollo de programas psicológicos preventivos y de promoción de la salud en los estudiantes investigados, que permitan el desarrollo integral de sus capacidades y que proporcione herramientas eficaces, para abordar las situaciones estresantes que puedan presentarse a lo largo de su formación y desarrollo de su personalidad.
- CUARTA:** Se recomienda que la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial, realice actividades académicas según Goleman, para los estudiantes de ambos sexos, desarrollando temas relacionados a la inteligencia emocional intrapersonal.
- QUINTA:** Se recomienda que el departamento psicológico de la Universidad Alas Peruanas, trabaje con los estudiantes de ambos sexos sobre los estilos de afrontamiento del estrés, haciendo hincapié en el estilo de afrontamiento improductivo, teniendo en cuenta la inteligencia emocional según Goleman.

FUENTES DE INFORMACIÓN

- Agustín E. Martínez, J. A. (2011). Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. *Investigación y tratamiento psicológico*, 1 - 23.
- Alina, G. B. (2009). *la inteligencia emocional y sus métodos de afrontamiento*. Arequipa.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 13 - 25.
- Barraza Macías, A., & Acosta Chávez, M. (2007). El estrés de examen en educación media superior CASO. Colegio de Ciencias y Humanidades de la. *Innovación Educativa*, 16 - 37.
- Berrocal, P. F., & Aranda, D. R. (2008). Inteligencia Emocional en la Educación. *Revista electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 421 - 436.
- Bisquerra, A. R. (2003). Educación Emocional y Competencias Básicas Para la Vida. *Revista de Investigación Educativa*, 7 - 43.
- Bisquerra, A. R., & Hernández, P. S. (2017). Psicología Positiva, Educación Emocional y el Programa Aulas Felices. *Papeles del Psicólogo*, 58 - 95.
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona*, 191 - 233.
- Castaño, E. F., & Barco, B. L. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 245 - 257.
- Ciarrochi, J., Deane, F. P., & Anderson, S. (2002). Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, 197 - 209.
- Company, R., Oberst, U., & Sánchez, F. (2012). Regulación Emocional Interpersonal de las Emociones de Ira y Tristeza. *Boletín de Psicología*, 7 - 36.
- Díaz, D. M., & Fernández-Abascal, P. J. (1997). Estudio Sobre la Escala de Estilos y Estrategias de Afrontamiento E3A. *Revista Electrónica de Emoción y Motivación*.

- Dueñas Buey, M. L. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XX1*, 77 - 96.
- Epstein, S. (2003). Cognitive-Experiential Self-Theory of Personality. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 159 - 184.
- Extremera Pacheco, N., Fernández Berrocal, P., Mestre Navas, J. M., & Guil Bozal. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 209 - 228.
- Fantin, M. B., Florentino, M. T., & Correché, M. S. (2005). Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una escuela privada de la ciudad de San Luis. *Fundamentos en Humanidades*, 159 - 176.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2009). La Inteligencia Emocional y el estudio de la felicidad. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 85 - 108.
- Fierro, A. (1985). ¿Qué es experimentar en Personalidad? *Cuadernos de Psicología*, 95 - 124.
- Flores, M. M., & Tovar, L. A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *INNOVAR, revista de ciencias administrativas y sociales*, 9 - 24.
- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 110 - 125.
- Francisco, M. (2012). ¿Cómo Educar las Emociones? *El Observatorio FAROS Sant Joan de Déu*, 14.
- García Retana, J. Á. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Educación*, 1 -24.
- García, F. J., Franco, L. R., & Martínez, J. G. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 29 - 39.
- García, M. S. (2015). *Relación Entre Inteligencia Emocional Y Estrategias De Afrontamiento Ante El Estrés*. Universidad de Salamanca.
- Gardner, H. (1993). *The Theory of Multiple Intelligences*. BasicBooks.
- Godoy, C. G. (2004). La psicología positiva: un cambio en nuestro enfoque patológico clásico. *Liberabit. Revista de Psicología*, 82 - 88.

- Griffoulière Leo, M. E., Rivarola, M. F., & Galarsi, M. F. (2013). Imagen Corporal y Estrategias de afrontamiento en adolescentes escolarizados, de la ciudad de San Luis, Argentina. *Fundamentos en Humanidades*, 95 - 117.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (México). *Metodología de la investigación*. 2014: McGRAW-HILL.
- Lamas Rojas, H. (2004). Promoción de salud: una propuesta desde la psicología positiva. *Liberabit. Revista de Psicología*, 45 - 67.
- Lazarus, & Folkman. (1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*. Barcelona: Martinez Roca.
- López, S. a. (2005). *Inteligencia Emocional con PNL*. Madrid: EDAF.
- Mary Halstead, S. B. (1993). Measuring Coping in Adolescents: An Application of the Ways of Coping Checklist. *Journal of Clinical Child Psychology*, 337 -344.
- Matich, D. J. (2001). *Redes Neuronales: Conceptos Básicos y Aplicaciones*. Rosario: Informática Aplicada a la Ingeniería de Procesos.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2008). Emotional Intelligence. *American Psychologist*, 503 - 517.
- Medrano, P. Q., & Roig-Vila, R. (2015). Estudio de la inteligencia emocional en alumnos de enseñanza secundaria: influencia del sexo y del nivel educativo de los estudiantes y su relación con el rendimiento académico. *International Studies on Law and Education*, 27 - 38.
- Mikkelsen Ramella, F. D. (2009). *Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima*. Lima: PUCP.
- Mikolajczak, M., Petrides, K. V., & Hurry, J. (2009). Adolescents choosing self-harm as an emotion regulation strategy: The protective role of trait emotional intelligence. *British Journal of Clinical Psychology*, 181 - 193.
- Miranda, R. A. (2015). *Efectos del Programa de Tutoría "Huellas", en el desarrollo de la inteligencia emocional y en el rendimiento académico de los estudiantes del primer ciclo de Humanidades de la Universidad San Ignacio de Loyola de Lima Metropolitana en el año 2014*. Lima: UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS.
- Montañés, M. C. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional. *Universidad de Valencia*.

- Navas, J. M., & Berrocal, P. F. (2007). *Manual de inteligencia emocional*. España: Ediciones Pirámide.
- Núñez, T. S. (2008). *INTELIGENCIA EMOCIONAL AUTOINFORMADA Y AJUSTE PERCEPTIVO EN LA FAMILIA. SU RELACIÓN CON EL CLIMA FAMILIAR Y LA SALUD MENTAL*. Albacete: UCLM.
- Oseña, D. (2008). *Metodología de la Investigación*. Huancayo: Pirámide.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2010). *Desarrollo Humano*. Mc Graw Hill.
- Phelps, S. B., & Jarvis, P. A. (1994). Coping in Adolescence: Empirical Evidence for a Theoretically Based Approach to Assessing Coping. *Journal of Youth and Adolescence*, 357 - 371.
- Ramella, F. d. (2009). *SATISFACCIÓN CON LA VIDA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN UN GRUPO DE ADOLESCENTES UNIVERSITARIOS DE LIMA*. Lima: PUCP.
- Rodríguez Suárez, Y., & Díaz Amador, A. (2009). Herramientas de Minería de Datos. *Revista Cubana de Ciencias Informáticas*, 73 - 80.
- Salavera Bordás, C., & Usán Supervía, P. (2017). Repercusión de las estrategias de afrontamiento de estrés en la felicidad de los alumnos de Secundaria. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 65 - 77.
- Salinas, B. G., & Chimal, A. M. (2015). AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN ADOLESCENTES ESTUDIANTES DE NIVEL MEDIO SUPERIOR. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 9 - 20.
- Scheier, C. S. (1994). Situational Coping and Coping Dispositions in a Stressful Transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 184 - 195.
- Solís Manrique, C., & Vidal Miranda, A. (2006). Estilos y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental Hermilio Valdizan*, 33 - 39.
- Suarez Villamar, J. (2008). *Aspectos Emocionales y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Arequipa*. Arequipa.
- Suárez, I., & Mendoza, B. (2008). DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DE LA CAPACIDAD PARA ESTABLECER RELACIONES INTERPERSONALES E INTRAPERSONALES. *Laurus*, 76 - 95.

Suzanne C. Smeltzer, B. G. (2010). *Medical Surgical Nursing*. New York: Wolters Kluwer Health.

Uribe, P. M., & Ríos, R. M. (2001). Preocupaciones de adolescentes de Lima y sus estilos de afrontamiento. *Revista de Psicología de la PUCP*, 211 - 236.

Vera Poseck, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del Psicólogo*, 3 - 8.

Villegas, A. (2013). Relación entre el estrés académico y la inteligencia emocional en los alumnos del I semestre de la escuela académico - profesional de tecnología médica. *UAP*.

ANEXOS

1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

RELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DEL III CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE INGENIERÍA INDUSTRIAL DE LA UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS, AREQUIPA, 2017

Tabla 10 *Matriz de consistencia relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del iii ciclo de la escuela profesional de ingeniería industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, 2017*

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores	Tipo y diseño	Muestra	Instrumentos
<p><u>Problema general</u> ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento del estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería</p>	<p><u>Objetivo general</u> Determinar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería</p>	<p><u>Hipótesis Principal</u> Hi: Es probable que exista relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017. Ho: Es probable que no</p>	<p>Variable (X) Inteligencia emocional Indicadores:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atención a las emociones. • Claridad emocional • Reparación emocional 	<p>El tipo de estudio de la presente investigación es básico. El nivel de la presente investigación es descriptiva, comparativa correlacional, este tipo de estudio tiene</p>	<p><u>Población</u> Integrada por 110 estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas,</p>	<p>Variable (x) Inteligencia emocional intrapersonal percibida. Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24). Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N.</p>

Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?	Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.			como finalidad determinar el grado de relación o asociación no causal existente entre dos o más variables y además compararlas.	Arequipa 2017. . Muestra La muestra fue no probabilística censal.	(2004) del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995).
Problemas específicos ¿Cuál es el nivel de inteligencia sentimientos, claridad emocional y reparación de las emociones en estudiantes del III ciclo de la Escuela	Objetivos específico Determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017	Hipótesis Secundarias H₁: Es probable que exista adecuada atención a las emociones, claridad emocional y reparación de las emociones en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017. H₀: Es probable que no exista adecuada atención a las emociones, claridad emocional y reparación de	Variable (Y) Estrategias de afrontamiento del estrés ACS Indicadores: • Estilo dirigido a la resolución de problemas • (ERP) • Estilo dirigido a la relación con los demás • (ERD) • Estilo			Variable (y) Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS Adaptacion de: Jaime Pereña y Nicolas Seisdedos, TEA Ediciones,

<p>emocional de los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?</p> <p>¿Cuáles son los estilos de afrontamiento al estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?</p> <p>¿Existen diferencias</p>	<p>Identificar los estilos de afrontamiento al estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p> <p>Establecer las diferencias según sexo y edad en las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la</p>	<p>las emociones en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p> <p>H₂: Es probable que el estilo dirigido a la relación con los demás sea el estilo de afrontamiento de estrés que utilizan los estudiantes del III semestre de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p> <p>H₀: Es probable que el estilo dirigido a la relación con los demás no sea el estilo de afrontamiento de estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p> <p>H₃: Existen diferencias estadísticamente significativas en las</p>	<p>improductivo</p> <ul style="list-style-type: none"> • (E1) <p>VARIABLE INTERVINIENTES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Edad. • Sexo 			S.A
--	---	--	--	--	--	-----

<p>según sexo y edad en las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?</p> <p>¿Existen diferencias según sexo y edad en los estilos de afrontamiento de estrés que utilizan en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería</p>	<p>Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p> <p>Establecer las diferencias según sexo y edad en los estilos de afrontamiento al estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p>	<p>dimensiones de la inteligencia emocional percibida según sexo y edad en estudiantes del III semestre de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p> <p>H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según sexo y edad en estudiantes del III semestre de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p> <p>H₄: Existen diferencias estadísticamente significativas según sexo y edad en los estilos de afrontamiento de estrés que utilizan en estudiantes del III semestre de la Escuela Profesional de Ingeniería</p>				
--	--	---	--	--	--	--

Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?		Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017. H₀: No existen diferencias estadísticamente significativas según sexo y edad en los estilos de afrontamiento de estrés que utilizan en del III semestre de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.				
--	--	--	--	--	--	--

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores	Tipo y diseño	Muestra	Instrumentos
<u>Problema general</u> ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento de estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela	Objetivo general Determinar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III ciclo de	Hipótesis general Hi: Es probable que exista relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento del estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas	VARIABLE (x) Inteligencia emocional Indicadores: <ul style="list-style-type: none"> • Atención a las emociones. • Claridad emocional • Reparación emocional 	<u>Tipo</u> El tipo de estudio de la presente investigación es básico. El nivel de la presente investigación es descriptiva, comparativa correlacional,	<u>Población</u> Integrada por 110 estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad	<u>Variable (x)</u> Inteligencia emocional intrapersonal percibida. Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24). Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y

<p>Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?</p>	<p>la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p>	<p>Peruanas, Arequipa 2017. Ho: Es probable que no exista relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento del estrés en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p>		<p>este tipo de estudio tiene como finalidad determinar el grado de relación o asociación no causal existente entre dos o más variables y además compararlas.</p>	<p>Alas Peruanas, Arequipa 2017. Muestra La muestra fue no probabilística censal.</p>	<p>Ramos, N. (2004) del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995).</p>
<p><u>Problemas específicos</u> ¿Cuál es el nivel de inteligencia sentimientos, claridad emocional y reparación de las emociones en estudiantes del en estudiantes del III semestre de la Escuela emocional de los estudiantes del III ciclo de la Escuela</p>	<p><u>Objetivos específico</u></p>	<p>Hipótesis específicas H1: Es probable que exista adecuada atención a los Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas H2: Es probable que el estilo dirigido a la</p>	<p>VARIABLE (y) Estrategias de afrontamiento del estrés ACS Indicadores:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estilo dirigido a la resolución de problemas • (ERP) • Estilo dirigido a la relación con los demás • (ERD) • Estilo improductivo • (EI) <p>VARIABLE INTERVINIENTES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Edad. 			<p>Variable (y) Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS Adaptacion de: Jaime Pereña y Nicolas Seisdodos, TEA Ediciones, S.A</p>

<p>Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?</p> <p>¿Cuáles son los estilos de afrontamiento al estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?</p> <p>¿Existen</p>		<p>relación con los demás sea el estilo de afrontamiento del estrés que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p> <p>H3Existen diferencias estadísticamente significativas entre la inteligencia emocional percibida según sexo y edad en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p> <p>H4: Existen diferencias estadísticamente significativas según sexo y edad en los estilos de afrontamiento del estrés</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sexo 			
---	--	--	--	--	--	--

<p>diferencias según sexo y edad en las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes del III semestre de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?</p> <p>¿Existen diferencias según sexo y edad en los estilos de afrontamiento de estrés que utilizan en estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería</p>		<p>que utilizan los estudiantes del III ciclo de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017.</p>				
---	--	--	--	--	--	--

Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa 2017?						
--	--	--	--	--	--	--

2. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

	Universidad Alas Peruanas Escuela Profesional de Ingeniería Industrial
---	---

CUESTIONARIO

EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL: EXPRESIÓN, MANEJO Y RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES. TMMS-24

Edad:..... Sexo: (M) (F) Año de estudios:.....

Instrucciones

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y luego indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con un círculo la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

	Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Presto mucha atención a los sentimientos.					
2. Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.					
3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones					
4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.					
5. Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.					
6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.					
7. A menudo pienso en mis sentimientos					
8. Presto mucha atención a cómo me siento					
9. Tengo claros mis sentimientos.					
10. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.					
11. Casi siempre sé cómo me siento					
12. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.					
13. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en					

diferentes situaciones.					
14. Siempre puedo decir cómo me siento					
15. A veces puedo decir cuáles son mis emociones.					
16. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.					
17. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.					
18. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.					
19. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.					
20. Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.					
21. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.					
22. Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo					
23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz					
24. Cuando estoy enfadado intento que se me pase.					

AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS PARA JÓVENES ACS

Edad:..... Sexo: (M) (F) Año de estudios:.....

Instrucciones

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la casilla correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde a lo que crees que se ajusta a tu forma de actuar.

- A Nunca lo hago
- B Lo hago raras veces
- C Lo hago algunas veces
- D Lo hago a menudo
- E Lo hago con mucha frecuencia

Enunciados	A	B	C	D	E
1. Hablar con los otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema					
2. Dedicarme a resolver lo que está provocando el problema.					
3. Seguir con mis tareas como es debido.					
4. Preocuparme por mi futuro.					
5. Reunirme con mis amigos.					
6. Producir una buena impresión en las personas que me importan.					
7. Esperar que ocurra algo mejor.					
8. No puedo hacer nada para resolver el problema, así que no hago nada.					
9. Llorar o gritar.					
10. Organizar una acción o petición en relación con mi problema.					

11. Ignorar el problema.					
12. Criticarme a mí mismo.					
13. Guardar mis sentimientos para mí solo.					
14. Dejar que Dios se ocupe de mis problemas.					
15. Acordarme de los que tienen problemas peores, de forma que los míos no parezcan tan graves.					
16. Pedir consejo a una persona competente.					
17. Encontrar una forma de relajarme; por ejemplo, oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical , ver la televisión.					
18. Hacer deporte.					
19. hablar con otros para apoyarnos mutuamente.					
20. Dedicarme a resolver el problema poniendo en juego todas mis capacidades.					
21. Asistir a clase con regularidad.					
22. Preocuparme por mi felicidad.					
23. Llamar a un amigo íntimo.					
24. Preocuparme por mis relaciones con los demás.					
25. Desear que suceda un milagro.					
26. Simplemente, me doy por vencido.					
27. Intentar sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando otras drogas (no medicamentos).					
28. Organizar un grupo que se ocupe del problema.					
29. Ignorar conscientemente el problema.					
30. Darme cuenta de que yo mismo me hago difíciles las cosas.					
31. Evitar estar con la gente.					
32. Pedir ayuda y consejo para que todo se resuelva.					
33. Fijarme en el aspecto positivo de las cosas y pensar en las cosas buenas.					
34. Conseguir ayuda o consejo de un profesional.					
35. Salir y divertirme para olvidar mis dificultades.					
36. Mantenerme en forma y con buena salud.					
37. Buscar ánimo en otros.					
38. Considerar otros puntos de vista y tratar de tenerlos en cuenta.					
39. Trabajar intensamente.					
40. Preocuparme por lo que está pasando.					
41. Empezar una relación personal estable.					
42. Tratar de adaptarme a mis amigos.					
43. Esperar que el problema se resuelva por sí solo.					
44. Me pongo malo.					
45. Trasladar mis frustraciones a otros.					
46. Ir a reuniones en las que se estudia el problema.					
47. Borrar el problema de mi mente.					
48. Sentirme culpable.					
49. Evitar que otros se enteren de lo que me preocupa.					
50. Leer un libro sagrado o de religión.					
51. Tratar de tener una visión alegre de la vida					
52. Pedir ayuda a un profesional.					

53. Buscar tiempo para actividades de ocio.					
54. Ir al gimnasio a hacer ejercicios.					
55. Hablar con otros sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.					
56. Pensar en lo que estoy haciendo y por qué.					
57. Triunfar en lo que estoy haciendo.					
58. Inquietarme por lo que me pueda ocurrir.					
59. Tratar de hacerme amigo íntimo de un chico o de una chica.					
60. Mejorar mi relación personal con los demás.					
61. Soñar despierto que las cosas irán mejorando.					
62. No tengo forma de afrontar la situación.					
63. Cambiar las cantidades de lo que como, bebo o duermo.					
64. Unirme a gente que tiene el mismo problema.					
65. Aislarme del problema para poder evitarlo.					
66. Considerarme culpable					
67. No dejar que otros sepan cómo me siento.					
68. Pedir a Dios que cuide de mí.					
69. Estar contento de cómo van las cosas.					
70. Hablar del tema con personas competentes					
71. Conseguir apoyo de otros, como mis padres o amigos					
72. Pensar en distintas formas de afrontar el problema.					
73. Dedicarme a mis tareas en vez de salir.					
74. Inquietarme por el futuro del mundo.					
75. Pasar más tiempo con el chico o chica con quien suelo salir.					
76. Hacer lo que quieren mis amigos.					
77. imaginar que las cosas va a ir mejor.					
78. Sufro dolores de cabeza o de estómago.					
79. Encontrar una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar, gritar, beber, tomar drogas.					

80. Anota cualquier otra cosa que sueles hacer para afrontar tus problemas:

.....

.....

.....

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. ¿Cuál es tu mayor preocupación en la actualidad?:

.....

.....

.....

3. VALIDACIÓN DE EXPERTOS

Formato de validación del instrumento.



VICERRECTORADO ACADEMICO
ESCUELA DE POSGRADO
FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTO

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del experto: Puma Taco Alicia Lelia
 1.2 Grado académico: Magister en Docencia Universitaria e Investigación
 1.3 Cargo e institución donde labora: Docente
 1.4 Título de la Investigación: Relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III semestre de la escuela Profesional de Ingeniería Industrial de la Universidad Alas Peruanas, Arequipa, 2017
 1.5 Autor del instrumento: Grupo de Investigación Salovey y Mayer
 1.6 Maestría/ Doctorado/ Mención:
 1.7 Nombre del instrumento: T.M.M.S - 24

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					100
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					100
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.					100
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					100
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.					100
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.					100
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					100
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					100
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.					100
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.					100
SUB TOTAL						100
TOTAL						100

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 20
 VALORACION CUALITATIVA : excelente
 OPINIÓN DE APLICABILIDAD: adecuada

Lugar y fecha: Arequipa, 25 de junio del 2017

Alicia Lelia
 Firma y Posfirma del experto
 DNI: ...29.556.921...

VICERRECTORADO ACADEMICO
 ESCUELA DE POSGRADO
FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTO

- I. DATOS GENERALES
- 1.1 Apellidos y nombres del experto: FLORES TAPIA JOHN ALEXANDER
- 1.2 Grado académico: MAGISTER EN EDUCACION SUPERIOR
- 1.3 Cargo e institución donde labora:
- 1.4 Título de la Investigación: Relación entre la inteligencia emocional
 y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del III
 Semestre de la escuela profesional de Ingeniería Industrial de la UAP
- 1.5 Autor del instrumento:
- 1.6 Maestría/ Doctorado/ Mención:
- 1.7 Nombre del instrumento: I.M.M.S. - 24

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					100
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					100
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.					100
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					100
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.					100
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.					100
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					100
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					100
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.					100
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.					100
SUB TOTAL						100
TOTAL						100

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 20

VALORACION CUALITATIVA : EXCELENTE

OPINIÓN DE APLICABILIDAD : ADECUADA

Lugar y fecha: AREQUIPA 27/06/18


 Firma y Posfirma del experto
 DNI: 29613662



**VICERRECTORADO ACADEMICO
ESCUELA DE POSGRADO
FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTO**

- I. DATOS GENERALES**
- 1.1 Apellidos y nombres del experto: Sanz Zegarra Roberto Jaime
- 1.2 Grado académico: Magister en Educación Superior
- 1.3 Cargo e institución donde labora: U.M.S.A.
- 1.4 Título de la Investigación: Relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al stress en estudiantes del III semestre de la E.P. de Ingeniería Industrial de la UAP
- 1.5 Autor del instrumento: Grupo de Investigación Salud y Maxer
- 1.6 Maestría/ Doctorado/ Mención:
- 1.7 Nombre del instrumento: J.M.M.S.-24

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					100
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					100
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.					100
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					100
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.					100
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.					100
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					100
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					100
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.					100
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.					100
SUB TOTAL						100
TOTAL						100

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 20

VALORACION CUALITATIVA : Excelente

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Adecuada

Lugar y fecha: Arequipa, 27/06/18

R. Sanz Zegarra

Firma y Posfirma del experto

DNI: 29333451

VICERRECTORADO ACADEMICO
ESCUELA DE POSGRADO
FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTO

- I. DATOS GENERALES
- 1.1 Apellidos y nombres del experto: Fernandez Gronda Windner Shuel
- 1.2 Grado académico: Magister en Educación Superior
- 1.3 Cargo e institución donde labora: Docente Nombrado UMSA
- 1.4 Título de la Investigación: Relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del II semestre de la escuela profesional de Ingeniería Industrial de UAP
- 1.5 Autor del instrumento: Grupo de investigación Salaver y Mayer
- 1.6 Maestría/ Doctorado/ Mención:
- 1.7 Nombre del instrumento: T.M.M.S. - 24


INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					100
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					100
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.					100
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					100
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.					100
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.					100
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					100
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores, dimensiones y variables.					100
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.					100
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.					100
SUB TOTAL						100
TOTAL						100

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 20

VALORACION CUALITATIVA : Muy bueno

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Adecuada

Lugar y fecha: 06/07/2018


Firma y Posfirma del experto
DNI: 29624722



VICERRECTORADO ACADEMICO
 ESCUELA DE POSGRADO
FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTO

- I. DATOS GENERALES
- 1.1 Apellidos y nombres del experto: Figueredo Vildoso Pedro Alan
 - 1.2 Grado académico: Magister en Física
 - 1.3 Cargo e institución donde labora: Docente Principal UNSA
 - 1.4 Título de la Investigación: Relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de III semestre de la Escuela Profesional de Ingeniería Industrial de UAP
 - 1.5 Autor del instrumento: Grupo de investigación Salovey y Mayo
 - 1.6 Maestría/ Doctorado/ Mención:
 - 1.7 Nombre del instrumento: TIIMS - 24

INDICADORES	CRITERIOS CUALITATIVOS/CUANTITATIVOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					100
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					100
3. ACTUALIDAD	Adecuado al alcance de ciencia y tecnología.					90
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					100
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad.					100
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del estudio.					90
7. CONSISTENCIA	Basados en aspectos Teóricos-Científicos y del tema de estudio.					90
8. COHERENCIA	Entre los Indices, indicadores, dimensiones y variables.					100
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del estudio.					90
10. CONVENIENCIA	Genera nuevas pautas en la investigación y construcción de teorías.					100
SUB TOTAL						95
TOTAL						95

VALORACION CUANTITATIVA (Total x 0.20) : 19

VALORACION CUALITATIVA : Buena

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Suficiente

Lugar y fecha: 05/07/2018

Figueredo
 Firma y Posfirma del experto
 DNI: 29201272

4. DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL INFORME DE TESIS

DECLARACIÓN JURADA TESIS

Yo, Juan Carlos Grande Ccalla
estudiante del Programa Maestría en Docencia
Universitaria y Gestión Educativa de la Universidad Alas
Peruanas con Código N° 2016234294 identificado con
DNI: 29727640 con la Tesis titulada:
Relación entre la inteligencia Emocional y las Estilos
de Afrontamiento al estrés en estudiantes del III
ciclo de la escuela profesional de Ingeniería
Industrial de la Universidad "Alas Peruanas"
Arequipa 2018

Declaro bajo juramento que:

- 1).- La tesis es de mi autoría.
- 2).- He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3).- Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni copiados y Por tanto los resultados que se presentan en la tesis se constituirán en aporte a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), de plagio (información sin citar a autores), de piratería (uso ilegal de información ajena) o de falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que mi acción se deriven, sometiendo a la normatividad vigente de la Universidad ALAS PERUANAS.

Lima, 05 de Diciembre del 2018

Firma: Juan Carlos Grande Ccalla

DNI: 29727640