Universidad Nacional Federico Villarreal

VRIN | VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE EDUCACIÓN

NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO "MANUEL SEOANE CORRALES", SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2023

Línea de investigación:

Educación para la sociedad del conocimiento

Trabajo Académico para optar el Título de Segunda Especialidad en Psicopedagogía y Problemas de Aprendizaje

Autor

Osorio Osorio, Adolfo

Asesora

Sulca Quispe, Rafael Emiliano

Código ORCID 0000-0002-9261-4928

Jurado

Saavedra López, Juan José

Espejo Dávila, Roberta Francisca

Quispe Cajavilca, Paul Fernando

Lima - Perú

2023

RECONOCIMIENTO - NO COMERCIAL - SIN OBRA DERIVADA
(CC BY-NC-ND)

1A_Osorio_Adolfo_Educacion_SegundaEspecialidad_Psicop...

INFORME DE ORIGINALIDAD

27%	24%	5%	16%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	7%
2	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante	4%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	3%
4	hdl.handle.net Fuente de Internet	3%
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
6	core.ac.uk Fuente de Internet	1%
7	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	1library.co Fuente de Internet	1%
9	repositorio.uancv.edu.pe Fuente de Internet	

Universidad Nacional Federico Villarreal

VRIN | VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE EDUCACIÓN

NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO "MANUEL SEOANE CORRALES", SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2023

Línea de Investigación:

Educación para la Sociedad del Conocimiento

Trabajo Académico para optar el Título de Segunda Especialidad en

Psicopedagogía y Problemas de Aprendizaje

Autor
Osorio Osorio, Adolfo

Asesor
Sulca Quispe, Rafael Emiliano
Codigo ORCID 0000-0002-9261-4928

Jurado
Saavedra López, Juan José
Espejo Dávila, Roberta Francisca
Quispe Cajavilca, Paul Fernando

Lima – Perú

2023

Dedicatoria

La presente investigación la pongo en las manos de Dios ya que me ha ayudado en cada momento a tener fortaleza y fuerzas para continuar a pesar de las adversidades.

A mi familia que es el motor para seguir adelante y se sientan orgullosos de mis logros.

Agradecimiento

Al Dr. Rafael Emiliano Sulca Quispe quien, con paciencia, sencillez y acompañamiento constante en las asesorías, he podido finalizar con éxito la presente investigación.

A la Universidad Nacional Federico Villarreal que me da la oportunidad de crecer continuamente y capacitarme día a día siendo parte de mi compromiso como docente.

Índice

Resumen.....vii

Abstract..... viii

I. INTRODUCCIÓN.....1

1.1. Descripción del problema 2

1.2 Antecedentes.....5

1.3. Objetivos.....23

1.4 Justificación 24

1.5 Impactos esperados del trabajo académico 24

II. METODOLOGÍA 26

III. RESULTADOS.....31

IV. CONCLUSIONES.....39

V. RECOMENDACIONES.....40

VI. REFERENCIAS 41

VII. ANEXOS.....47

Índice de Tablas

Tabla 1: Operacionalización de la variable: Inteligencia emocional 28

Tabla 2: Distribución de frecuencias según la variable: Inteligencia emocional.....31

Tabla 3: Distribución de frecuencias según la dimensión: Componente intrapersonal 32

Tabla 4: Distribución de frecuencias según la dimensión: Componente interpersonal 33

Tabla 5: Distribución de frecuencias según la dimensión: Manejo de estrés 34

Tabla 6: Distribución de frecuencias según la dimensión: Estado de ánimo.....35

Índice de Figuras

Figura 1: Confiabilidad de alfa de Cronbach 30

Figura 2: Figura de barras según la variable: Inteligencia emocional 31

Figura 3: Figura de barras según la dimensión: Componente intrapersonal 32

Figura 4: Figura de barras según la dimensión: Componente interpersonal 33

Figura 5: Figura de barras según la dimensión: Manejo de estrés 34

Figura 6: Figura de barras según la dimensión: Estado de ánimo 35

Resumen

La presente investigación tuvo por objetivo determinar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023. El estudio tuvo enfoque cuantitativo, de tipo básica con un diseño no experimental descriptivo. Se utilizó el inventario de inteligencia emocional de Bar-On (2006) aplicada a 80 estudiantes de un Instituto Superior Público. La validación se dio por criterio de expertos y la confiabilidad a través de Alfa de Cronbach. Se encontró que el 26% de los estudiantes tenían un nivel bajo de inteligencia emocional; el 56% un nivel regular, el 18% un nivel alto. Se concluye que el nivel predominante de inteligencia emocional fue el nivel medio lo que demanda desarrollar talleres para mejorar la inteligencia emocional.

Palabras clave: Inteligencia emocional, manejo de estrés, estado de ánimo.

Abstract

The objective of this research was to determine the level of emotional intelligence students of the “Manuel Seoane Corrales” Public Technological Higher Education Institute - San Juan de Lurigancho, 2023. The study had a quantitative approach, of a basic type with a descriptive non-experimental design. The emotional intelligence inventory of Bar-On (2006) applied to 80 industrial electrical engineering students from a public higher institute was used. Validation was given by expert criteria and reliability through Cronbach's alpha. It was found that 26% of the students had a low level of emotional intelligence; 56% a regular level, 18% a high level. It is concluded that the predominant level of emotional intelligence was the average level, which requires developing workshops to improve emotional intelligence.

Keywords: Emotional intelligence, stress management, mood.

I. INTRODUCCIÓN

La era del conocimiento está enfocada a trasmitir solo conocimientos a adultos, jóvenes y niños con información que muchas veces no es pertinente, ni clara por lo que solo se forma seres humanos cognitivos y sin sentido crítico que muchas veces desestabiliza el lado emocional ya que debe memorizar información que al final no se convierte en conocimiento.

Existen muchos estudios sobre la inteligencia emocional por lo que Valero (2018) manifiesta que la inteligencia emocional es cuando el individuo sabe dirigir y equilibrar sus emociones, es decir, las tiene en cuenta ante cualquier situación. En otras palabras, es la habilidad de sentir, comprender, tener el control y cambiar sus emociones y la de los demás. Asimismo, Salovey y Mayer (1990) han sido los pioneros en emplear la terminología de Inteligencia Emocional y ellos afirman que son cualidades que brotan de las emociones como la empatía, el control del carácter, entender los sentimientos, resolver conflictos grupales, el respeto, etc. Por ello es indispensable que todo ser humano sepa equilibrar emociones porque si no lo llevara a un descontrol de sí mismo y hasta puede desequilibrar relaciones con las personas de su entorno.

En el presente estudio se midió el nivel de inteligencia emocional en un grupo de estudiantes de un Instituto Superior Público ya que es indispensable que sepan equilibrar sus emociones ya que estudian y trabajan en equipo y conocer el nivel actual de sus emociones llevara a poder ayudarlos a controlar sus sentimientos para que se sienta útil a sí mismo y hacia los demás.

Seguidamente se presenta el estudio estructurado en cinco capítulos, con sus respectivos rubros: En el primer capítulo, descripción, planteamiento y formulación del problema. De igual manera, los antecedentes de estudios, así como el marco teórico, formulación de objetivos, así como la justificación y los impactos en la investigación.

En el segundo capítulo, se presenta la metodología. En el tercer capítulo, los resultados de la investigación y las discusiones. En el cuarto capítulo, se expone las conclusiones derivadas de los resultados. En el quinto capítulo, están las recomendaciones.

Finalmente, se coloca las referencias y los anexos respectivos.

1.1. Descripción del problema

El hombre desde la creación siempre se ha interrelacionado manteniendo lazos de comunicación que le ha ayudado a descubrir otros campos del saber o tan solo a establecer diálogos con su entorno con mensajes o ideas que le ha ayudado a vivir en una plena intercomunicación con los demás. Pero esta fusión de ideas o intercambio de comunicación también se ha dado por medio de sentimientos y emociones que han ayudado a desarrollar su inteligencia emocional en varios ámbitos.

A nivel mundial, se puede observar que muchos países desarrollados han alcanzado niveles de crecimiento macroeconómico agigantado, así como grandes descubrimientos por el bien del país o del planeta, pero todo ello en un gran porcentaje ha ocasionado un nivel de estrés o un negativo estado de ánimo, es decir, se ha dejado de lado la inteligencia emocional en todos los campos de la humanidad ocasionando disputas y un acrecentado desequilibrio emocional en las personas cuyo efecto hasta se ha asociado con enfermedades terminales en su sistema inmune. En el ámbito educativo se está considerando un interés en el desarrollo de las emociones ya que es un componente determinante en el rendimiento académico, la salud y el desarrollo de las relaciones humanas (Niño et al., 2017). De igual modo, García et al. (2018) asevera que actualmente se está valorando mucho en países europeos como en América Latina, el aspecto emocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje ya que genera respuestas

positivas a los diversos problemas o conflictos de la comunidad. En otras palabras, no solo se debe reforzar el aspecto cognitivo sino también el aspecto emocional ya que llevara al estudiante al éxito en todas sus dimensiones personales.

A nivel nacional, muchas instituciones solo se dedican a enseñar bajo el régimen bancario, es decir, solo trasmiten información que luego se convierte en un proceso memorístico y al final no se alcanza un nivel de conocimiento. Es por ello que el Ministerio de Educación - MINEDU (2021) ha diseñado y publicado una guía para los docentes que ayudaran a fortalecer las habilidades socioemocionales de sus pupilos para el retorno gradual a las clases presenciales ya que antes de la pandemia se vivía una ola de bullying en todos los sectores sociales. De igual modo, se ha dictado un taller sobre el logro de habilidades socioemocionales cuyo objetivo es implementar y brindar a los docentes recursos y herramientas para un quehacer educativo integral, por ello, es necesario un soporte emocional en los educandos, y así elevar la inteligencia emocional para lograr seres humanos de calidad que estén comprometidos con ellos mismos y al servicio de la comunidad. Así mismo, Cuenca et al. (2011) aseveran que los educandos no solo deben recibir aprendizaje cognitivo sino también animarlos, entusiasmarlos y generar interés en la enseñanza aprendizaje ya que de esa manera manifestaran valores como la solidaridad, empatía, respeto, etc. Es decir, no solo debe ser un buen maestro en el aspecto de contenidos, sino que también debe influir en el buen desempeño de sus pupilos a través de las actitudes, valores y el equilibrio emocional ya que los docentes son fuente de inspiración para sus estudiantes.

A nivel institucional, los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” presentan un bajo rendimiento académico debido a los problemas económicos, de salud y familiares que poseen, y eso mancilla su

rendimiento y a la vez prevalece un desequilibrio emocional ya que manifiestan un alto grado de estrés, así como mal genio o estado de ánimo, no se interrelacionan de manera positiva y en muchas ocasiones entablan opiniones negativas ya que se ven avasallados por los múltiples conflictos y no prolifera en ellos un equilibrio emocional. Por otra parte, los docentes no saben cómo estimular adecuadamente la asertividad, la proactividad o la buena interrelación entre ellos, lo cual afecta directamente con su aprendizaje.

Por lo cual, basada en la experiencia y observación de los estudiantes se considera importante investigar la siguiente situación problemática.

1.1.1 Formulación del problema

Problema general

¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023?

Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel del Componente Intrapersonal en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023?
- ¿Cuál es el nivel del Componente interpersonal en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023?
- ¿Cuál es el nivel de Manejo de estrés en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023?

- ¿Cuál es el nivel de Estado de ánimo en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023?

1.2 Antecedentes

Antecedentes internacionales

Prieto et al. (2021) en su estudio, tuvieron como objetivo estudiar la relación entre creatividad e Inteligencia Emocional. Esta investigación fue cuantitativa, transversal la cual se realizó con 187 estudiantes (superdotados y talentosos) que completaron el Test de Pensamiento Creativo de Torrance “TTCT” y el Test Cociente Emocional Inventario Versión Joven “EQ-i: YV”; y 228 estudiantes de coeficiente normal. Los resultados indican que la dimensión intrapersonal tiene relación significativa con la creatividad ($ß$ = .289). Existe una diferencia marcada en el estado de ánimo y la adaptabilidad entre los superdotados y sus compañeros ya que los superdotados muestran una capacidad creativa significativa y su estado de ánimo y adaptabilidad es de más alto nivel. En conclusión, si existe una relación significativa entre creatividad e inteligencia emocional por lo cual se debe implementar un proyecto para que se inserte la creatividad en todas las áreas extracurriculares.

De igual manera, Valenzuela y Portillo (2018) tuvieron como objetivo establecer la relación entre inteligencia emocional y el rendimiento académico en primaria. La investigación fue correlacional y cuantitativa con una muestra de 58 estudiantes, y se les aplicó el instrumento de Escala de Meta-Estado de Ánimo de Rasgo “TMMS-24” para medir la inteligencia emocional y el acta de notas finales para determinar el rendimiento académico. Los resultados manifiestan que rho: 0,022 entre ambas variables y el nivel de la inteligencia emocional es regular (42%) y de

igual manera el rendimiento académico es regular (56%). Se puede concluir que existe una relación significativa entre inteligencia emocional y rendimiento académico de los estudiantes de primaria.

Por un lado, Brock (2019) en su estudio, determinó las habilidades emocionales y el logro de aprendizajes en estudiantes de secundaria de Zaragoza. Fue un estudio cuantitativo, correlacional con una muestra de 345 estudiantes de una institución estatal, a quienes se les aplicó el inventario de Cociente Intelectual de Bar-On “EQ-I: YV”. Los resultados de la presente investigación correlacional reportan rho= 0,779, así mismo, solo la dimensión intrapersonal (22%) y manejo del estrés (31%) tienen un bajo nivel y por ello existe una baja inteligencia emocional. En conclusión, el manejo emocional tiene relación significativa en el rendimiento académico de la muestra de estudio.

Así mismo, García et al. (2019) realizó una investigación para determinar la importancia de formar en inteligencia emocional a estudiantes de 9° grado de Secundaria, Medellín. Fue de enfoque mixto. La parte cualitativa se realizó a través de la observación de campo y la cuantitativa por medio de una encuesta. La muestra fue de 50 participantes (9 educadores y 41 educandos). Los resultados indicaron una alta significancia porcentual (47%) de estudiantes que no son capaces de equilibrar sus emociones y sentimientos, siendo la causa de no saber manejar el estrés y tampoco relacionarse interpersonalmente con los demás de manera efectiva. En conclusión, si no existe una educación eficaz de la inteligencia emocional, no se podrá dar un desarrollo integral de la persona.

Por otro lado, Usan et al. (2019) tuvo como objetivo establecer la relación entre la inteligencia emocional el burnout y el rendimiento en adolescentes. Fue de

diseño descriptivo, teniendo de muestra a 1756 estudiantes de los Centros de Educación Secundaria Obligatoria de Zaragoza, España, aplicándoseles como instrumentos de Escala de Meta-Estado de Ánimo de Rasgo “TMMS-24”, el Maslach Burnout Inventory y una ficha documental para colocar las calificaciones de los educandos. Los resultados establecieron un bajo nivel de inteligencia emocional (65%) y eso les ocasionaba el síndrome de burnout (55%) por ende obteniendo bajas calificaciones. En conclusión, se comprobó la correlación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional; es por ello, que se debe trabajar a fondo los sentimientos y las emociones ya que ocasionan consecuencias en sus vidas.

De igual manera, Valenzuela y Portillo (2018) tuvieron como objetivo establecer la relación entre inteligencia emocional y el rendimiento académico en primaria. La investigación fue correlacional y cuantitativa con una muestra de 58 estudiantes, y se les aplicó el instrumento de Escala de Meta-Estado de Ánimo de Rasgo “TMMS-24”, para medir la inteligencia emocional y el acta de notas finales para determinar el rendimiento académico. Los resultados manifiestan que rho: 0,022 entre ambas variables y el nivel de la inteligencia emocional es regular (42%) y de igual manera el rendimiento académico es regular (56%). Se puede concluir que existe una relación significativa entre inteligencia emocional y rendimiento académico de los estudiantes de primaria.

Antecedentes Nacionales

Segura (2018) en su estudio tuvo como objetivo identificar la relación entre inteligencia emocional y el manejo de estrese estudiantes ingresantes de la Universidad De Lima. Fue de tipo descriptivo correlacional, transversal y no experimental con una muestra de 220 estudiantes aplicándoles el cuestionario de Bar-

ON y el cuestionario de Frydenberg y Lewis. Los resultados muestran rho= 0,672 por lo cual hay una correlación positiva entre ambas variables dándose la dimensión estado de ánimo un nivel bajo de 16% ya que su nivel de afrontamiento al estrés también es bajo de 20%. En conclusión, existe una correlación significativa entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés, por lo cual, se debe trabajar la dimensión intrapersonal y la interpersonal.

Por otro lado, Huarancca (2018), en su estudio buscó determinar la relación entre el consumo de los programas televisivos de realitys juveniles y la inteligencia emocional en educandos de 11 y 12 año. Fue un estudio cuantitativo, correlacional, no experimental y transversal. La muestra fue 208 estudiantes aplicándose dos instrumentos que midan ambas variables. Los resultados demostraron que existe rho= 0,024, por lo cual, el nivel de estado de ánimo (29%) y el componente intrapersonal (35%) es bajo por lo cual existe una influencia entre ambas variables. Se concluyó que, si existe correlación significativa entre ambas variables por lo que a menor influencia de los programas realitys, mayor desarrollo de la inteligencia emocional.

Así mismo, Varela (2019) en su estudio, determinó la relación entre el funcionamiento familiar y la inteligencia emocional en estudiantes de primer y segundo año de secundario, Lurín. La investigación fue descriptiva, tipo básica y correlacional. La muestra fue de 333 aplicándose el inventario FACES IV y de Inteligencia Emocional de Bar-On. Los resultados muestran una rho= 0,036 mostrando correlación entre ambos. Se obtuvo que el 52.55% se encuentran en un nivel promedio en inteligencia emocional, mientras que el 22.82% se encuentra en el nivel bajo y el 24.62% en un nivel alto en la inteligencia emocional. El componente que deben mejorar es el estado de ánimo o adaptabilidad ya que poseen 51% en un nivel bajo, 32% en nivel promedio y tan solo 16% tiene un nivel alto en dicho

componente. En conclusión, Existe una relación significativa entre el funcionamiento familiar y la inteligencia emocional de la muestra de estudio.

Finalmente, Alarcón (2018), en su tesis, tuvo como objetivo: Establecer el grado de relación entre la inteligencia emocional y metacogniciòn en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, Juliaca. Fue un estudio transversal, cuantitativo y correlacional. Se aplicó dos instrumentos a una muestra de 338 estudiantes. Los resultados obtenidos en rho de Spearman 0,4 entre la inteligencia emocional y metacognicion. El componente estado de ánimo obtuvo un menor nivel de 19%, concluyendo que existe relación entre las variables de estudio.

Marco Teórico

Concepto de Inteligencia

Londoño (2008) afirma que es el Dr. Howard Gardner quien gracias a su teoría sobre las inteligencias múltiples explica que las personas tienen ocho tipos de inteligencias, las cuales permiten a los individuos relacionarse de diferentes maneras con el mundo exterior; por ende, la inteligencia no solo puede conceptualizarse y medirse en función del Coeficiente de Inteligencia como se ha venido haciendo durante muchos años (CI).

Hasta los estudios realizados por Howard Gardner, la inteligencia solo se medía en base a las habilidades intelectuales de un individuo; sin embargo, la inteligencia es bastante más compleja como para medirla con la prueba denominada de coeficiente intelectual; por lo tanto, en la actualidad, sus resultados se consideran sesgados porque solo toma en cuenta algunos aspectos; sin embargo, muchos siguen tomándola como una referencia.

Los estudios del Dr. Gardner (1993) sobre las diferentes inteligencias abrieron un nuevo capítulo sobre el concepto de inteligencia, puesto que durante mucho tiempo su definición se centraba en los procesos intelectuales de una persona, en que esta era innata en el individuo y que por ello era imposible de transformar.

Esta forma de considerar la inteligencia llevó a discriminar o menospreciar a aquellas personas que estaban por debajo de un coeficiente intelectual normal pues las pruebas de inteligencia se basaban en diferentes componentes ya que es el individuo quien se inclina más a unas que otras.

Las actuales investigaciones sobre inteligencias múltiples identificaron entre las ocho a dos inteligencias que forman la base de los modelos relacionados a la inteligencia emocional, estas son la inteligencia intrapersonal y la interpersonal.

La inteligencia emocional se basa en la comprensión de las propias emociones y las de los demás para lograr regularlas, entonces la inteligencia intrapersonal y la interpersonal se ponen en juego, puesto que la primera implica una mirada hacia adentro y la segunda, el reconocimiento del otro.

Para Gardner (1993), la inteligencia es la habilidad que desarrolla el individuo para dar solución a los problemas o para crear productos significativos, es decir que aporten al desarrollo de una cultura.

La inteligencia ha dejado de ser vista como la acumulación de saberes y cómo los procesamos para pasar a definirse como el uso eficaz que hacemos de lo aprendido cuando nos enfrentamos a situaciones de la vida diaria o a como creamos productos que aportan a la propia cultura.

Para Wechesler (2001) como es citado en Londoño (2008), la inteligencia es la habilidad para conducirse en razón de un objetivo, de reflexionar de forma lógica y

de relacionarse de manera eficiente y eficaz con el medio donde se desenvuelve.

La inteligencia, al ser una habilidad, es posible desarrollarla, ejercitarla y transformarla, a diferencia de aquello que se pensaba antes, es decir que el ser humano era inteligente o no por naturaleza. La inteligencia le permite al individuo participar activamente en el mundo, lograr sus objetivos y relacionarse adecuadamente con los demás.

Concepto de emociones

Para Cerón et al. (2011), la emoción es una vivencia física potente, real, que tiene lugar en un espacio determinado y es de carácter temporal, la emoción traspasa el pensamiento de una persona, lo siente a través de todo su ser, y posiblemente quedará grabado a lo largo de toda la vida, transformando su existencia debido a la intensidad de las experiencias vividas.

La emoción es una respuesta intensa ante algún estímulo que afecta al individuo y puede influir en este positiva o negativamente durante su vida. Se trata de una respuesta no solo psicológica sino fisiológica que afecta la forma de conducirse en determinados momentos.

Para Melamed (2016), las emociones primarias, que se vuelven respuestas automáticas con el tiempo, representan una inclinación compleja y estructurada que lleva a un individuo a actuar en razón de determinados tipos de conductas orgánicas adaptativas, determinadas por singulares estados de agitación.

Todos los seres humanos tienen emociones, estas no son consideradas ni buenas ni malas porque nacen como una reacción ante el ambiente. Las emociones pueden tener una función adaptativa, motivacional y social; por ende, son complejas, aunque se crea que no lo son porque se sienten como naturales debido a que aparecen

continuamente.

Para Bericat (2012), las emociones son estructuras motivacionales que incluyen elementos orgánicos, conductuales, experienciales y procesos intelectuales, que tienen un carga positiva o negativa, que cambian de magnitud y que son el resultado de eventos interpersonales o situaciones que llaman el interés porque tienen que ver la supervivencia y el bienestar del individuo.

Las emociones cumplen una función adaptativa porque buscan lograr un comportamiento adecuado, acorde a la situación; pero también tiene una función motivacional pues conduce al individuo a realizar acciones para lograr objetivos, y en esta movilización entran en juego elementos fisiológicos, psicológicos e intelectuales que afectan positiva o negativamente a la persona.

Definición de la Inteligencia Emocional

Según Goleman (1995), es la habilidad para reconocer emociones y sentimientos, generar motivación intrínseca y hacer usos de estrategias que permitan controlar las propias acciones gracias a la regulación de la conducta, lo cual se ha logrado por el desarrollo de destrezas, actitudes y competencias, debido al conocimiento de uno mismo y de los demás de manera que la convivencia con otros sea armoniosa.

Las emociones pueden ser primarias y secundarias, y aunque por naturaleza no pueden ser malas o buenas porque son una reacción al ambiente o estímulo; sin embargo, la manera cómo afecta la conducta si puede ser positiva o negativa dependiendo del manejo que se tenga de las mismas.

Para Goleman (1995), citado en Mayer (2006), la inteligencia emocional permite evaluar los propias emociones y sentimientos, logrando generar autocontrol o

autorregulación, asimismo, también incluye la capacidad para automotivarse y controlar el estrés para enfrentar en mejores condiciones situaciones difíciles.

Evaluar las emociones implica ser conscientes de qué emociones nos invaden, cuándo y por qué, colocándoles un nombre preciso (alegría, tristeza, etc.); al estar identificadas, el individuo es capaz de controlar el contexto donde se presentan, su intensidad, e ir desarrollando estrategias para tener una conducta o reacción más positiva en el caso de eventos difíciles o desafiantes.

Extremera et al. (2006) definen la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer y valorar las propias emociones y sentimientos, y las de los demás, de manera que se pueda pensar y actuar de manera calmada y objetiva ante cualquier evento que pueda alterar un estado de ánimo. La inteligencia emocional permite establecer relaciones saludables con los demás, mejorando la convivencia porque brinda las estrategias para regular las emociones.

Educar en inteligencia emocional desde los primeros años de vida, en el hogar y la escuela, se ha vuelto una necesidad, el poder ser conscientes de los propios sentimientos y emociones y la de los demás para poder regular la conducta es imprescindible. Los estudios indican la importancia de las emociones en los procesos cognitivos, los cuales pueden afectar también los procesos de aprendizaje.

Según Bar-On (2006), la inteligencia emocional le brinda al ser humano las herramientas para hacer frente a diversos eventos adversos de forma satisfactoria; por tal motivo, la considera como el conjunto de habilidades personales, afectivas y sociales que permite que un individuo se adapte a su entorno, generándole bienestar físico, emocional y psicológico.

La inteligencia emocional es considerada una habilidad blanda la cual es fundamental en las relaciones con los demás, el trabajo colaborativo y en la comunicación en el ámbito personal, laboral y social; en ese sentido, los estudiosos coinciden en la necesidad de desarrollarla desde edades tempranas.

En el mismo sentido, Huarancca (2018) manifiesta que es el conjunto de conocimientos y capacidades en el ámbito emocional y social de un individuo que lo lleva a alcanzar sus objetivos gracias a que logra solucionar de manera efectiva los problemas; jugando entonces un rol muy importante la inteligencia cognitiva y emocional, por lo que se ha concluido que las personas con relaciones saludables poseen una adecuada inteligencia emocional.

Entre los beneficios de la inteligencia emocional se encuentran la disposición a la colaboración, reflexionar antes de actuar, afrontar y superar conflictos, comunicarse de forma eficiente y eficaz, etc. gracias a la posibilidad de conectar con las propias emociones, comprenderlas y regularlas a favor del individuo.

Para Quilez y Lozano (2020), la inteligencia emocional es la respuesta consciente y racional a situaciones que afectan al individuo, evita que las emociones y sentimientos dominen su actuar y se salga de control, y si bien es cierto que tiene relación con el coeficiente intelectual, sin embargo, abarca mucho más.

Los resultados del coeficiente intelectual indican los valores que se consideran estándar, sobre este estándar indica que el individuo es más hábil y si está por debajo es porque le cuesta más que a los demás; sin embargo, la inteligencia emocional involucra aspectos como autoconcepto, la automotivación, la empatía, etc., lo cual difícilmente se mide en una prueba estandarizada.

En el mismo sentido, Manrique (2015) expresa que la inteligencia emocional es la habilidad de identificar las propias emociones y sentimientos, de generar motivación para afrontar diversas situaciones y fomentar las buenas relaciones con uno mismo y con los demás.

Una persona con inteligencia emocional busca no solo su propio bienestar sino el de los demás, por ello se apropia de herramientas o estrategias que le ayuden a vivir en armonía lo cual genera un ambiente positivo y optimista para afrontar las dificultades.

Bases biológicas y fisiológicas de la inteligencia emocional.

Respecto a cómo funciona la inteligencia emocional en el ámbito biológico, es necesario revisar el funcionamiento de la corteza cerebral.

Goleman (1995) sostiene que la razón y la emoción, las cuales considera como dos mentes en estrecha relación, se sostienen en la actividad cerebral; es decir, que las uniones entre la amígdala, las estructuras límbicas y la neocorteza forman el núcleo de las asociaciones cooperativas que tienen lugar entre el cerebro, el corazón, el pensamiento y el sentimiento. De esta manera, se comprende cómo la emoción influye en los pensamientos y por ende, en la resolución de problemas y la toma de decisiones.

Esta compleja estructura, ayuda al individuo a tomar decisiones que se les puede considerar inteligentes en situaciones donde se presentan emociones intensas. Todos pueden llegar a contar con la capacidad de tomar buenas decisiones, pero requiere de formación y práctica.

Además, agrega que los neurólogos definen como memoria operativa a la capacidad de atención que identifica la información necesaria para dar solución a un

problema o dar por terminada una tarea, desde reconocer y comparar características, evaluar posibilidades, identificar las partes de un todo, etc. y esto es posible gracias a la capacidad de procesamiento y almacenamiento que un individuo desarrolla. La corteza pre-frontal es la zona del cerebro responsable de la memoria operativa, pero las conexiones existentes desde el cerebro límbico a los lóbulos pre-frontales dan como resultado que emociones intensas pueden afectar la capacidad del lóbulo pre-frontal para conservar la memoria operativa.

Las emociones generan cambios en el estado de ánimos, lo cual puede interrumpir el proceso normal de pensamiento, si estos cambios son constantes pueden afectar las habilidades intelectuales a corto, mediano y largo plazo y así terminar afectando los procesos de aprendizaje.

Existe la necesidad de desarrollar la inteligencia emocional para mejorar los procesos de aprendizaje. La inteligencia emocional mejora la autoestima y el autoconcepto, hace que los estudiantes se sientan más a gusto con los demás lo cual les da mayor seguridad para participar y afrontar situaciones adversas; en ese sentido disminuye los comportamientos agresivos y el aislamiento individual en el centro de estudio.

En relación a lo anterior, Goleman (1995) explica que un nervio que se dirige desde el cerebro a las glándulas suprarrenales, situadas encima de los riñones, genera la secreción de la hormona llamada epinefrina y nerepinefrina, las cuales se desplazan a través del cuerpo poniéndolo en alerta ante cualquier situación de emergencia, ya sea haciéndole frente, luchando o escapando de la misma; este sistema permite que se grabe el momento de intensidad en la memoria, es decir que los eventos emocionales intensos quedan guardados en la memoria del individuo.

Las investigaciones indican que las situaciones donde exista un fuerte grado de intensidad emocional tienen mayor posibilidad de permanecer en la memoria. La memoria codifica la información recibida y la almacena para que pueda ser recuperada en cualquier momento; es decir, todo recuerdo, sea positivo o negativo, que ha quedado en nuestra memoria, está asociado a una emoción.

Entonces, se comprueba que la persona actúa en base al trabajo conjunto de la mente emocional y la mente racional; sin embargo, no se puede olvidar que la emoción provee y modifica los procesos de la mente racional, de ahí la importancia que tiene sobre la conducta humana.

La mente emocional y racional, aunque independientes, se relacionan y se complementan porque mientras la mente emocional ayuda a gestionar las emociones y sentimientos, la mente racional va a reflexionar de forma lógica; y aunque se piense que la mente racional es la que debería marcar la conducta, lo cierto es que la mente emocional puede dominar y desbordar la situación cuando no se ha aprendido a regularla.

Shapiro (1997) afirma que la corteza cerebral forma la cubierta pensante del cerebro, que le brinda significado a la forma de actuar y percibir de la persona, lo cual lo diferencia de los demás seres vivos.

La corteza cerebral es considerada la parte más grande y desarrollada del cerebro, es la capa que envuelve el cerebro y donde se realizan los procesos relacionados a la percepción, el pensamiento, la imaginación, donde se toman las decisiones que llevan al individuo a actuar.

El cerebro consta de cuatro lóbulos. El lóbulo occipital está ubicado en la parte posterior de la cabeza e incluye el área visual primaria del cerebro. El lóbulo

temporal, que se encuentra detrás del oído, se relaciona con la memoria a largo plazo. El lóbulo prefrontal administra las reacciones emocionales y es el responsable de la memoria operativa. Y el lóbulo parietal donde llegan las vías específicas que llevan la información exteroceptiva, cutánea y propioceptiva general.

Shapiro (1997) afirma que las emociones que se generan en la infancia se sostienen en un complejo sistema de circuitos emocionales naturales y específicos del cerebro, que dan forma a un esquema de la conducta y de la expresión emocional en el ahora y en el futuro.

Las emociones en la infancia afectan los procesos de aprendizaje porque impacta en la comunicación, la atención y la memoria. Por ejemplo, si un niño está molesto posiblemente le cueste poner atención a las explicaciones del docente y, por ende, tendrá problemas para comprender esa información; es necesario recordar que la habilidad de afrontar situaciones difíciles no es innata, por lo que debe ser desarrollada.

Componentes de la Inteligencia Emocional

Bar-On, citado por Ugarriza (2001), toma en cuenta cinco puntos que sustentan la variable inteligencia emocional, las cuales se detallarán a continuación.

Dimensión 1: Componente intrapersonal

Es el conocimiento de uno mismo, es decir, es el entendimiento de las características propias; incluye la comprensión emocional de sí mismo (CM) que es el entendimiento del propio mundo subjetivo; la asertividad (AS) que se refiere a la forma apropiada de conducirse para mantener buenas relaciones; el autoconcepto (AC) que es la idea que se tiene de uno mismo, de las posibilidades y las limitaciones;

la autorrealización (AR) para hacer lo que nos hace feliz y nos hace sentir satisfechos, la independencia (IN) que es la libertad y autonomía para actuar con responsabilidad.

La inteligencia intrapersonal es la capacidad de autoanalizarse; es decir de identificar las propias fortalezas y debilidades, valorándose como ser humano, lo cual también lo lleva a hacer lo mismo con los demás. Además, cuando un individuo es consciente de sí mismo y de su valor, es capaz de generar cambios positivos en sus actitudes y conductas, se adapta con mayor facilidad al contexto, afronta de mejor manera las situaciones difíciles y se siente incluido y apreciado por su desenvolvimiento, y por lo tanto, mantiene una mejor relación consigo mismo y como consecuencia con los demás.

Comprende los siguientes subcomponentes:

Comprensión de sí mismo: La capacidad de identificar y entender los propios sentimientos y emociones, de manera que se puedan regular. Si un individuo no reconoce y comprende su propia forma de ser, difícilmente podrá aceptarse y menos aún cambiar para mejor.

Asertividad: La capacidad para expresarse de forma adecuada y positiva para mantener buenas relaciones, pues se toma en consideración la forma de sentir y actuar de los demás. Todos tenemos la habilidad de comunicar lo que deseamos y sentimos, sin embargo, no todos lo hacen de manera adecuada. Es necesario recordar que, así como se desea que se escuchen y respeten las propias ideas, también, el otro desea lo mismo.

Autoconcepto: La capacidad para reconocer las propias características, tanto las cualidades como las carencias, aceptándose y valorándose. Es la definición que se tiene de uno mismo e incluye la percepción de la propia identidad, la cual se relaciona

a factores como el autoconocimiento, autoestima, aptitud, interés, etc.

Autorrealización: La capacidad de hacer, con disfrute, lo que nos hace sentir satisfechos y felices. Es el logro de las propias aspiraciones que llenan al individuo de satisfacción y orgullo gracias a la completa realización de sus potencialidades.

Independencia: La capacidad conducirse con libertad y de forma autónoma y responsable. Es decir que gracias a la independencia podemos tomar decisiones propias y asumir la responsabilidad de la propia existencia sin la necesidad de algún tipo de control externo.

Dimensión 2: Componente interpersonal

Es la capacidad de mantener relaciones saludables con los demás, gracias a un buen estado de salud físico y psicológico. Este incluye la empatía (EM), que permite ponernos en el lugar de otro y comprender lo que siente; las relaciones interpersonales (RI), donde ambos partes se sienten satisfechas, gracias a un gran nivel de comprensión y la responsabilidad social (RS) que significa tomar consciencia del mundo y la sociedad donde vivimos para generar un compromiso de mejora de todo su ambiente.

El componente interpersonal hace referencia a un conjunto de actuaciones que un individuo lleva a la práctica cuando se vincula con otras personas y que tienen por objetivo mantener una buena relación basada en la comprensión mutua, para ello, entra en juego la capacidad de identificar las emociones, motivaciones y necesidades que embargan al otro, sumado a la capacidad de una buena comunicación.

Comprende los siguientes subcomponentes:

Empatía: Capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona para poder comprender mejor su situación, lo cual no es fácil porque las personas tienen

diferentes vivencias, sin embargo, es necesario poseer la suficiente sensibilidad para entender la realidad ajena.

Relaciones interpersonales: Capacidad para mantener relaciones saludables con los demás, basadas en la comprensión mutua y en la adecuada comunicación. Este tipo de relaciones recíprocas son el fundamento de la vida en sociedad, se hace presente en la familia, en lo laboral y lo social.

Responsabilidad social: Capacidad de reconocerse como parte de la sociedad y, por ende, tener el compromiso de colaborar con su mejora, en otras palabras, es la contribución participativa que busca el mejoramiento de la sociedad en el aspecto social, económico y ambiental.

Dimensión 3: Manejo de Estrés

Capacidad de desarrollar herramientas para afrontar situaciones de presión. De este se desprende la tolerancia al estrés (TE) que se refiere a la capacidad de enfrentar situaciones tensas evitando que estas se desborden y afecten la salud del individuo y su relación con los demás y respeto al control de los impulsos (CI), hace referencia a la capacidad de contar con estrategias que permitan regular las emociones para una adecuada conducta.

Este componente busca identificar cuáles son las fuentes que provocan tensión y estrés y encontrar los medios para eliminarlas o minimizar sus efectos negativos en la salud y las relaciones de los individuos. Prevenir y controlar el estrés reduce los riesgos a la salud (dolores de cabeza, problemas estomacales, ansiedad, depresión, insomnio, etc.) y genera un mejor ambiente de convivencia lográndose un trabajo más productivo.

Comprende los siguientes subcomponentes:

Tolerancia al estrés: Capacidad para afrontar situaciones adversas, de estrés y de fuertes emociones sin caer en el desánimo y la desmotivación. Para ello, se aconseja, por ejemplo, tomar la situación como vaya viniendo, es decir, día a día; tomarse un tiempo antes de actuar para no caer en errores o contradicciones y tomarse un espacio para uno mismo, de manera que pueda retomar la situación de forma más calmada.

Control de los impulsos: Capacidad de reconocer las propias emociones y de regularlas con el objetivo de tener buenas relaciones. Para lograrlo, por ejemplo, se propone aprender a relajarse y analizar qué está sucediendo, buscar las alternativas de solución, aprender de los errores anteriores, aprender a tolerar la frustración, realizar actividades físicas, etc.

Dimensión 4: Estado de ánimo general

Un estado de ánimo positivo fomenta una existencia con bienestar, lo cual lleva a un individuo a alcanzar sus objetivos. Este componente incluye los estados de ánimo de Felicidad (FE) que se demuestra con actitudes positivas y de satisfacción con el entorno y el Optimismo (OP) que se manifiesta por la confianza que se tiene en un futuro mejor a pesar de las situaciones difíciles.

Este componente hace referencia a la experimentación de emociones y sentimientos que acompaña al individuo en su diario vivir y su duración es variable en el tiempo, cuando este estado de ánimos es positivo, el individuo se siente feliz y optimista, y esto favorece la inteligencia emocional.

Comprende los siguientes subcomponentes:

Felicidad: Capacidad de sentirse dichoso con la vida que se lleva, disfrutando de sí mismo y de sus relaciones con los demás. La felicidad es una sensación de satisfacción, bienestar y plenitud respecto a la vida.

Optimismo: Capacidad de mantener una actitud positiva y esperanzadora sobre el futuro a pesar de los problemas que se puedan tener. Un individuo optimista siente que tiene la capacidad de hacer que las cosas salgan bien, y esto los motiva a seguir adelante sin desanimarse.

1.3. Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Seoane Corrales - San Juan de Lurigancho, 2023.

1.3.2 Objetivos específicos

- Establecer el nivel del Componente Intrapersonal en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023.
- Establecer el nivel del Componente interpersonal en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho en el año 2023.
- Determinar el nivel de Manejo de estrés en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023.
- Determinar el nivel de Estado de ánimo en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023.

1.4 Justificación

La presente investigación presenta **justificación teórica** porque se hará una exhaustiva investigación de los diversos enfoques, teorías y conceptualizaciones de la variable de estudio estableciéndose el autor base que será el eje central de la variable. De igual manera, se analizará los diversos trabajos que han antecedido a la presente investigación teniendo como referencia para los antecedentes internacionales y nacionales y poder tener una idea sobre la inteligencia emocional en otros contextos.

Así mismo, en la **justificación práctica,** la investigación brindará un estudio profundo sobre la inteligencia emocional y esta ayudará a que la muestra de estudio mejore en sus equilibrios de emociones y sentimientos. De ese mismo modo, otras instituciones que pasen por el mismo problema podrán visualizar los recursos y técnicas que se han tomado para conocer el diagnóstico de la variable y también tomar soluciones o recomendaciones ante tal situación similar.

Y en la **justificación Metodológica,** el estudio presenta un instrumento sobre inteligencia emocional de Bar-ON la cual ha sido adaptado por el autor acorde a las características y realidad la muestra siendo validado por jueces expertos y aplicándose la confiabilidad del Alfa de Cronbach, la cual, a la vez servirá para posteriores investigaciones.

1.5 Impactos esperados del trabajo académico

La presente investigación basada en la inteligencia emocional en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Manuel Seoane Corrales. Con esta investigación se desea conocer el nivel de la inteligencia emocional de la muestra de estudio para aportar recursos o herramientas para un mejor equilibrio de emociones y sentimientos. La inteligencia emocional ayuda al ser

humano a poder interrelacionarse consigo mismo y con los demás haciendo que este a la vez controle su estrés y posea un mejor estado de ánimo permitiendo que las personas trasmitan pensamientos, sentimientos, ideas de manera asertiva. Se utilizará una encuesta sobre emociones de Bar-ON para conocer el nivel de inteligencia emocional de los educandos y saber qué debilidades se debe trabajar con ellos.

II. METODOLOGÍA

2.1. Enfoque

Este estudio se apoya en un enfoque cuantitativo que en palabras de Hernández et al. (2018) se conceptualiza como una estructura organizada que se basa en un conjunto total de eventos y en el análisis estadístico, si es que se requiriera de este; de esta forma, se mide la hipótesis y se comparan las teorías para reconocer si las particularidades antes mencionadas son o no descritas en la investigación.

2.2. Tipo

La investigación es de tipo básico, puesto que busca producir información para generar conocimiento sobre una base sólida de manera que se pueda aplicar a situaciones reales. Es decir, según Hernández et al. (2018), los métodos de medición aplicados tienen por objetivo brindar solución a un problema. En tal sentido, estos investigadores buscan generar conocimientos basados en le método científico que puedan emplear en la realidad.

2.3. Diseño

Este estudio es no experimental y de corte transversal que según Hernández et al. (2018), hace referencia a la observación de los fenómenos que se presentan en su contexto natural y que son reseñados sin adulterar o modificar la variable para después ser medidos; y es también transversal porque analiza las variables y mide la forma en que afecta y se relaciona con otro espacio de tiempo, que tendrá lugar en los próximos doce meses, de esta manera se puede identificar y detallar un evento posterior en un momento determinado.

2.4. Nivel

La investigación es de nivel descriptivo el cual, según Hernández et al. (2018), permite brindar información clara y precisa del objeto de estudio y sus particularidades y singularidades.

2.5. Población y muestra

2.5.1. Población

Para Hernández et al. (2018) la población es un grupo de individuos o elementos que poseen determinadas propiedades o condiciones en un espacio y tiempo determinado. En esta investigación, la población incluye a 380 estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023.

2.5.2. Muestra

Para Hernández et al. (2018), la muestra es el conjunto de individuos de una población la cual se selecciona para una investigación. La muestra fue de 80 estudiantes de la Especialidad de Electrotecnia Industrial. La selección de la muestra fue de tipo no probabilístico intencionado.

Los criterios de inclusión fueron alumnos matriculados en el año 2022.

Los criterios de exclusión alumnos irregulares en la asistencia.

2.6. Variable y Operacionalización de la variable

Variable: *Inteligencia emocional*

Definición conceptual:

Según Goleman (1995), es la habilidad para reconocer emociones y sentimientos, generar motivación intrínseca y hacer usos de estrategias que permitan

controlar las propias acciones gracias a la regulación de la conducta, lo cual se ha logrado por el desarrollo de destrezas, actitudes y competencias, debido al conocimiento de uno mismo y de los demás de manera que la convivencia con otros sea armoniosa.

Tabla 1

Operacionalización de la variable: Inteligencia emocional

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escalas	Niveles y Rango
Contenido intrapersonal	-Comprensión de sí mismo -Asertividad -Autoconcepto -Autorealización -Independencia	1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11,12,13,14,15, 16,17,18,19,20,21, 22,23,24	Nunca (1) Casi nunca (2)	Bajo (1-29) Regular (30-69) Alto(70-40) Bajo (1-29)
Contenido interpersonal	-Empatía -Relaciones interpersonales -Responsabilidad social	25,26,27,28,29, 30,31,32,33,34, 35,36,37,38,39 40,41,42,43	A veces (3) Casi siempre (4)	Regular (30-59) Alto(60-90) Bajo (1-14)
Manejo de estrés	-Tolerancia al estrés -Control de los impulsos	44,45,46,47,48, 49,50,51,52	Siempre (5)	Regular (15-29) Alto(30-45)
Estado de Ánimo	-Felicidad -Optimismo	53,54,55,56,57,58, 59,60,61,62,63		Bajo (1-17) Regular (18-36) Alto(37-55)

2.7. Instrumento

El inventario de Bar-ON permitió medir el nivel de inteligencia emocional en sus *cuatro dimensiones: intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés y estado de ánimo*. Este cuestionario contiene 63 ítems cuyas escalas de valor son de Likert. Fue validado por jueces expertos y su confiabilidad fue realizada por el Alfa de Cronbach.

Dimensión 1: Componente intrapersonal

Bar-On, citado por Ugarriza (2001) asevera que es el conocimiento de uno mismo, es decir, es el entendimiento de las características propias. La inteligencia

intrapersonal es la capacidad de autoanalizarse; es decir de identificar las propias fortalezas y debilidades, valorándose como ser humano, lo cual también lo lleva a hacer lo mismo con los demás.

Dimensión 2: Componente interpersonal

Bar-On, citado por Ugarriza (2001) afirma que es la capacidad de mantener relaciones saludables con los demás, gracias a un buen estado de salud físico y psicológico. El componente interpersonal hace referencia a un conjunto de actuaciones que un individuo lleva a la práctica cuando se vincula con otras personas y que tienen por objetivo mantener una buena relación basada en la comprensión mutua.

Dimensión 3: Manejo de Estrés

Bar-On, citado por Ugarriza (2001) manifiesta que es la capacidad de desarrollar herramientas para afrontar situaciones de presión. De este se desprende la tolerancia al estrés (TE) que se refiere a la capacidad de enfrentar situaciones tensas evitando que estas se desborden y afecten la salud del individuo y su relación con los demás y respeto al control de los impulsos (CI), hace referencia a la capacidad de contar con estrategias que permitan regular las emociones para una adecuada conducta.

Dimensión 4: Estado de ánimo general

Bar-On, citado por Ugarriza (2001) expresa que es un estado de ánimo positivo fomenta una existencia con bienestar, lo cual lleva a un individuo a alcanzar sus objetivos. Este componente incluye los estados de ánimo de Felicidad (FE) que se demuestra con actitudes positivas y de satisfacción con el entorno y el Optimismo

(OP) que se manifiesta por la confianza que se tiene en un futuro mejor a pesar de las situaciones difíciles.

2.8. Validación

Para Hernández et al. (2018), la validación es la característica que tiene un instrumento para medir una variable con criterios claros, precisos y aplicables. En esta investigación, se ha hecho uso de la técnica de opinión de expertos.

2.9. Confiabilidad

Según Hernández et al. (2018), un instrumento es confiable cuando mide las variables de forma lógica y exacta. En esta investigación, se aplica el Alpha de Cronbach debido a la confiabilidad del instrumento, y a que su escala de medición es politómica, lográndose como puntaje 0,810 que hace referencia a una confiabilidad excelente.

Figura 1

Confiabilidad de alfa de Cronbach

Cronbach´s Alpha	N of Items
,810	63

2.10. Procedimiento estadístico

El instrumento para medir la variable inteligencia emocional, es de Bar-ON. Consta de 4 dimensiones con ítems politómicos siendo aplicado con una duración de 45 minutos aproximadamente. Finalizada la recolección de datos se procesó la data para ser analizada en el SPSS, versión 26. Finalizado el análisis se realiza la estadística descriptiva las cuales serán graficadas con tablas y figuras.

III. RESULTADOS

3.1 Estadística descriptiva

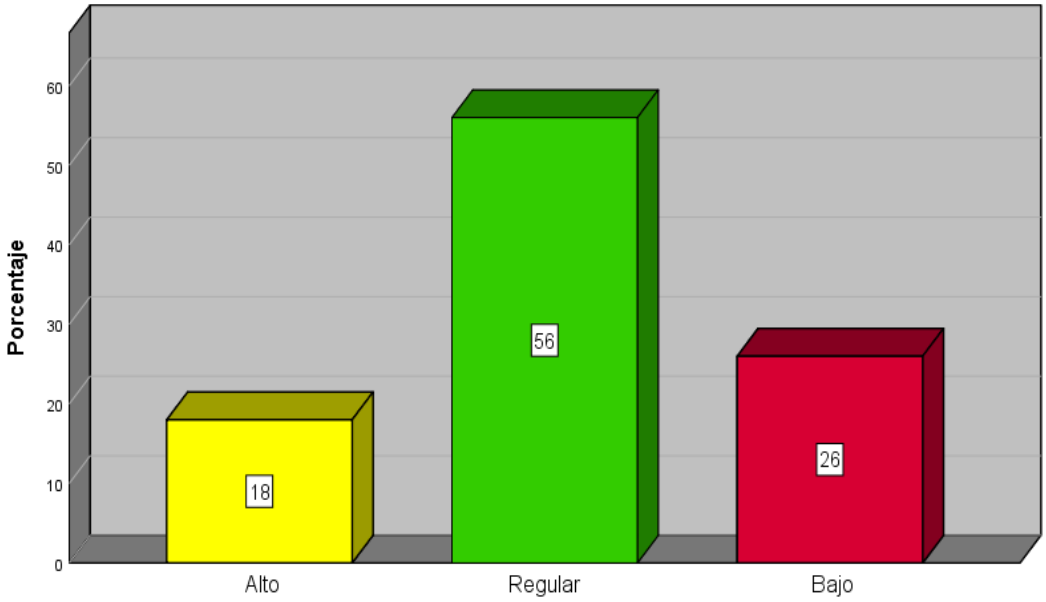
Tabla 2

Distribución de frecuencias según la variable: Inteligencia emocional

Inteligencia emocional	Frecuencia	Porcentaje
Alto	14	18,0
Regular	45	56,0
Bajo	21	26,0
Total	80	100,0

Figura 2

Gráfica de barras según la variable: Inteligencia emocional



Dimensión: Inteligencia emocional

Interpretación. En la tabla 2 y figura 2 se visualiza que el 26% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de S.J.L. poseen un nivel bajo en inteligencia emocional; el 56% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 18% se encuentra en el nivel alto en cuanto a su desenvolvimiento en inteligencia emocional.

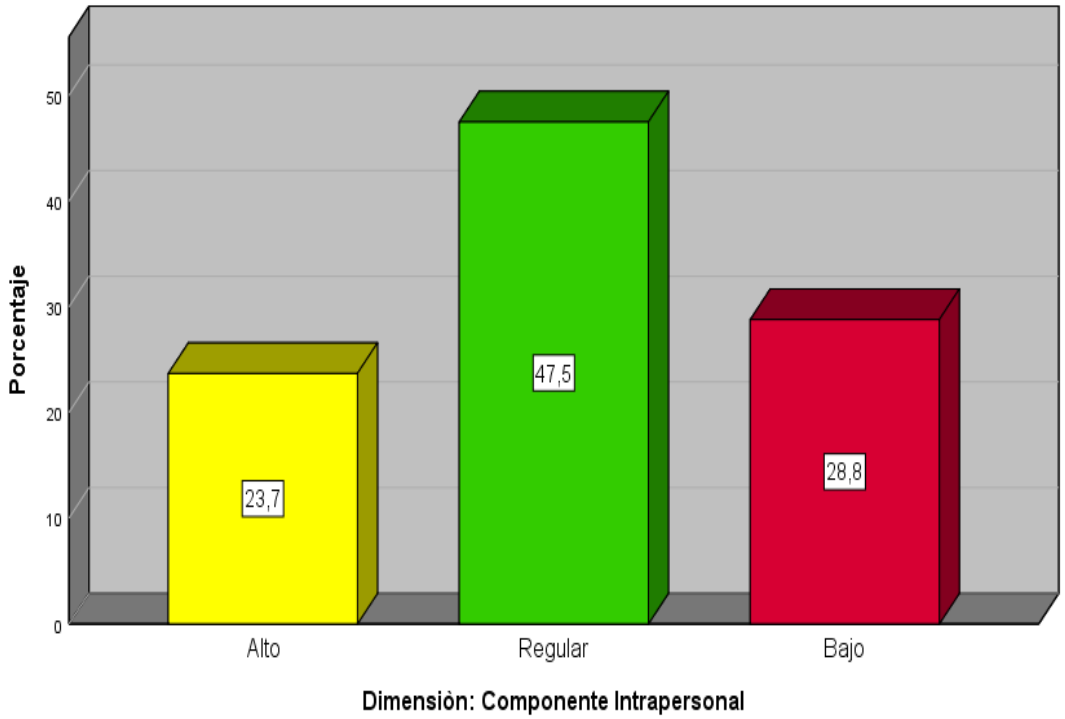
Tabla 3

Distribución de frecuencias según la dimensión: Componente intrapersonal

Componente intrapersonal	Frecuencia	Porcentaje
Alto	19	23,7
Regular	38	47,5
Bajo	23	28,8
Total	80	100,0

Figura 3

Gráfica de barras según la dimensión: Componente intrapersonal



Interpretación. En la tabla 3 y figura 3 se visualiza que el 28,8% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de S.J.L. poseen un nivel bajo en el componente intrapersonal; el 47,5% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 23,7% se encuentra en el nivel alto en cuanto a su desarrollo en el componente intrapersonal.

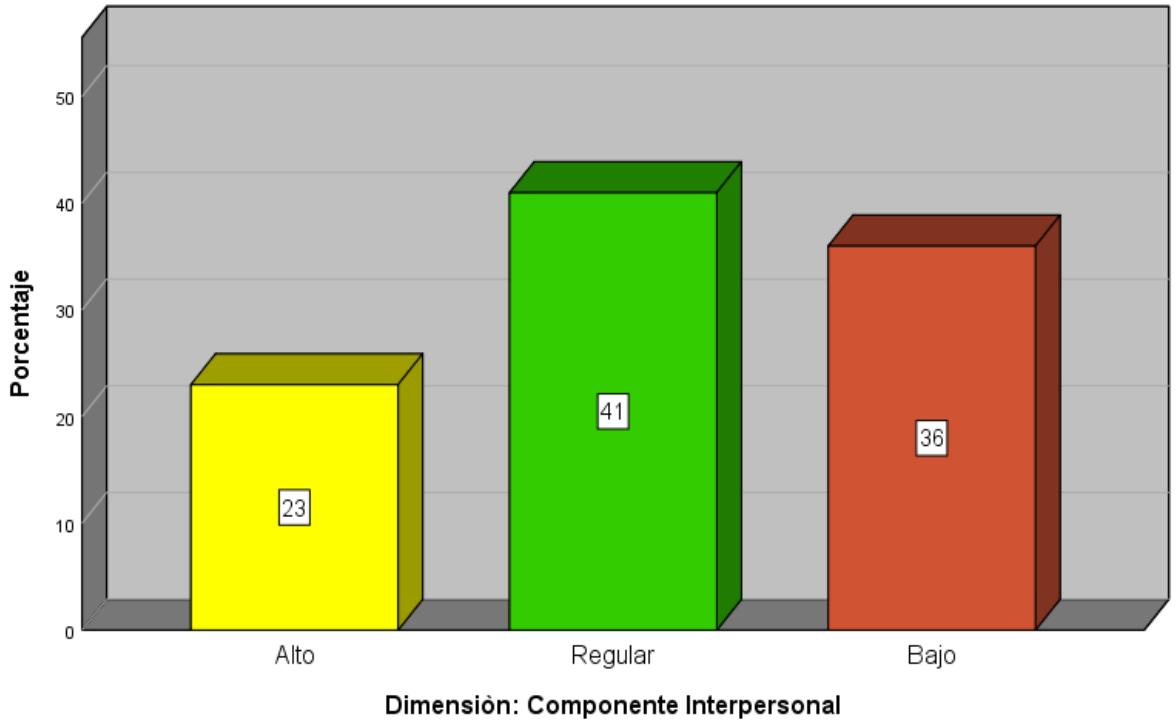
Tabla 4

Distribución de frecuencias según la dimensión: Componente interpersonal

Componente interpersonal	Frecuencia	Porcentaje
Alto	18	23,0
Regular	33	41,0
Bajo	29	36,0
Total	80	100,0

Figura 4

Gráfica de barras según la dimensión: Componente interpersonal



Interpretación. En la tabla 4 y figura 4 se visualiza que el 36% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de S.J.L. poseen un nivel bajo en el componente interpersonal; el 41% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 23% se encuentra en el nivel alto en cuanto a su desarrollo en el componente interpersonal.

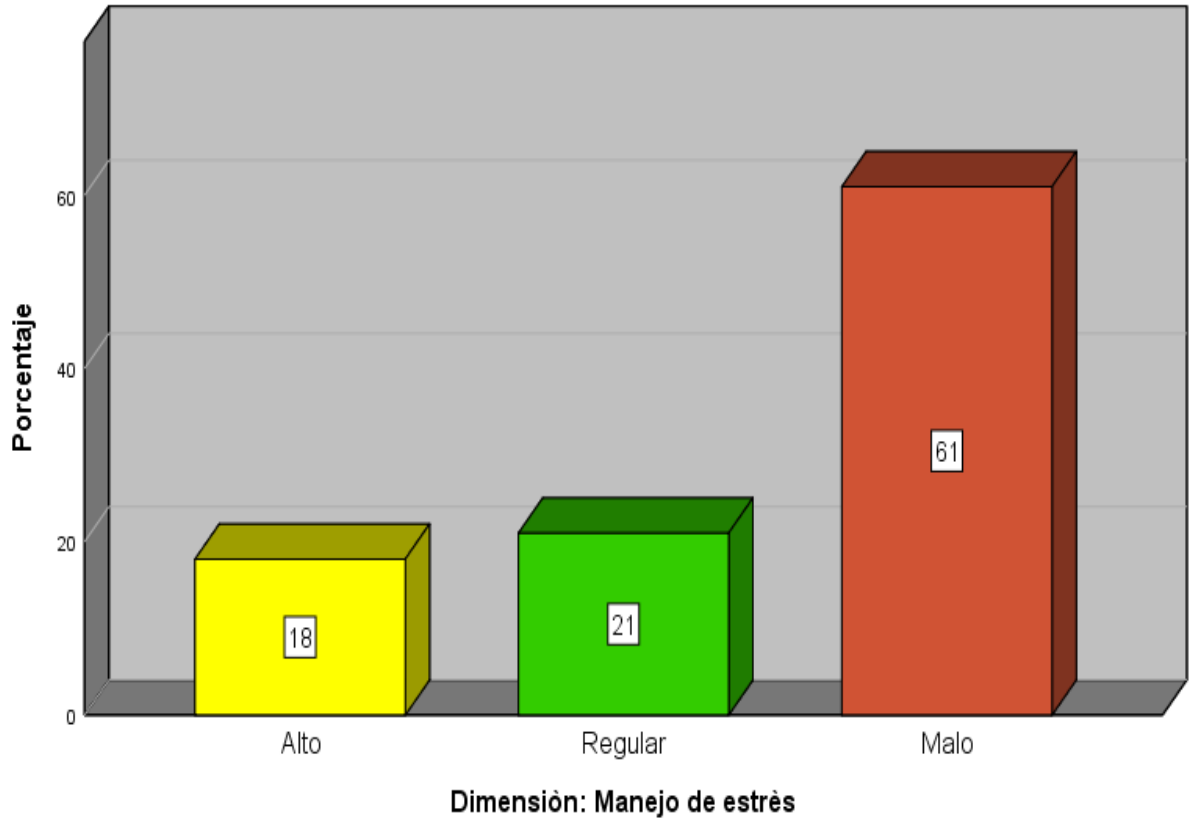
Tabla 5

Distribución de frecuencias según la dimensión: Manejo de estrés

Manejo de estrés	Frecuencia	Porcentaje
Alto	14	18,0
Regular	17	21,0
Bajo	49	61,0
Total	80	100,0

Figura 5

Gráfica de barras según la dimensión: Manejo de estrés



Interpretación. En la tabla 5 y figura 5 se visualiza que el 61% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de S.J.L. poseen un nivel bajo en el manejo de estrés; el 21% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 18% se encuentra en el nivel alto en cuanto al manejo de estrés.

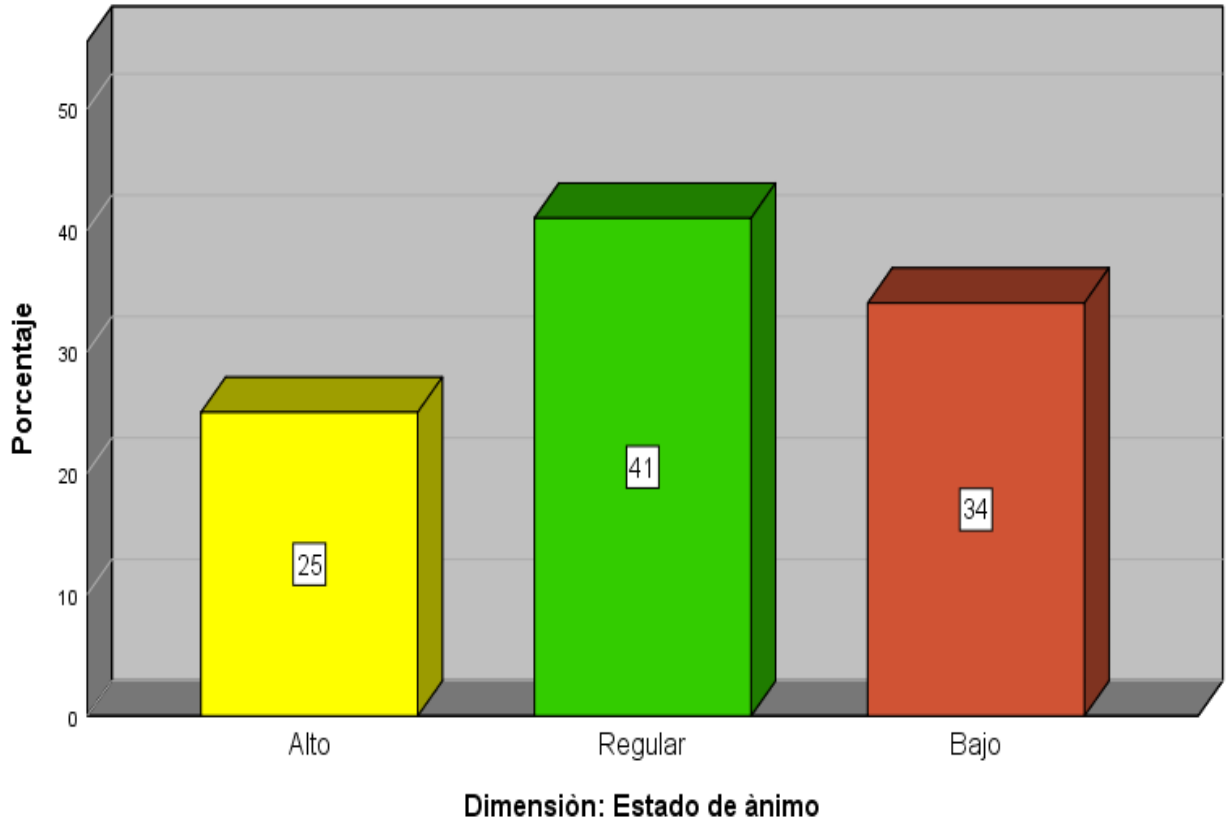
Tabla 6

Distribución de frecuencias según la dimensión: Estado de ánimo

Estado de ánimo	Frecuencia	Porcentaje
Alto	20	25,0
Regular	33	41,0
Bajo	27	34,0
Total	80	100,0

Figura 6

Gráfica de barras según la dimensión: Estado de ánimo



Interpretación. En la tabla 6 y figura 6 se visualiza que el 34% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de S.J.L. poseen un nivel bajo en el dominio del estado de ánimo; el 41% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 25% se encuentra en el nivel alto en cuanto al dominio de estado de ánimo.

Discusión

De acuerdo al estudio realizado se estableció como objetivo general: Determinar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” - San Juan de Lurigancho, 2023. Según los resultados se visualiza que el 26% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de S.J.L. poseen un nivel bajo en inteligencia emocional; el 56% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 18% se encuentra en el nivel alto en cuanto a su desenvolvimiento en inteligencia emocional. Estos resultados son similares al estudio realizado por Usan et al. (2019) cuyos resultados establecieron un bajo nivel de inteligencia emocional (65%) y eso les ocasionaba el síndrome de burnout (55%) por ende obteniendo bajas calificaciones. En conclusión, se comprobó la correlación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional; es por ello, que se debe trabajar a fondo los sentimientos y las emociones ya que ocasionan consecuencias en sus vidas. Es por ello que Goleman (1995) menciona que es la habilidad para reconocer emociones y sentimientos, generar motivación intrínseca y hacer usos de estrategias que permitan controlar las propias acciones gracias a la regulación de la conducta, lo cual se ha logrado por el desarrollo de destrezas, actitudes y competencias, debido al conocimiento de uno mismo y de los demás de manera que la convivencia con otros sea armoniosa.

En cuanto al objetivo específico 1, los resultados que se obtuvieron es el 28,8% de los estudiantes poseen un nivel bajo en el componente intrapersonal; el 47,5% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 23,7% se encuentra en el nivel alto en cuanto a su desarrollo en el componente intrapersonal. Este estudio tiene similitud con las investigaciones de Brock (2019) cuyos resultados de la reportan rho= 0,779, así mismo, solo la dimensión intrapersonal (22%) y manejo del estrés (31%) tienen un bajo nivel y por ello existe una baja inteligencia

emocional. En conclusión, el manejo emocional tiene relación significativa en el rendimiento académico de la muestra de estudio. Es por ello que, el componente intrapersonal, según Bar-On (2006) citado por Ugarriza (2001), es el conocimiento de uno mismo, es decir, es el entendimiento de las características propias; incluye la comprensión emocional de sí mismo, el asertividad, el autoconcepto, la autorrealización y la independencia que es la libertad y autonomía para actuar con responsabilidad.

En relación al objetivo específico 2, los resultados que se obtuvieron es el 36% de los estudiantes poseen un nivel bajo en el componente interpersonal; el 41% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 23% se encuentra en el nivel alto en cuanto a su desarrollo en el componente interpersonal. Este estudio tiene similitud con las investigaciones de Rojas (2018) cuyos resultados demostraron en cuanto a la dimensión interpersonal es baja en 22%. Por lo cual se concluye que si existe una relación significativa entre inteligencia emocional y autoestima en niños siendo el valor de rs =0,17 y de p< 0,02. Por lo cual se debe realizar talleres para mejorar las variables en estudio de la muestra. Es por ello que, el componente interpersonal, según Bar-On (2006) citado por Ugarriza (2001), es la capacidad de mantener relaciones saludables con los demás, gracias a un buen estado de salud físico y psicológico. Este incluye la empatía, las relaciones interpersonales y la responsabilidad social que significa tomar consciencia del mundo y la sociedad donde vivimos para generar un compromiso de mejora de todo su ambiente.

En relación al objetivo específico 3, los resultados que se obtuvieron el 61% de los estudiantes poseen un nivel bajo en el manejo de estrés; el 21% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 18% se encuentra en el nivel alto en cuanto al manejo de estrés. Estos resultados son similares a la investigación de García et al. (2019) cuyos resultados indicaron una alta significancia porcentual (47%) de estudiantes que no son capaces de

equilibrar sus emociones y sentimientos, siendo la causa de no saber manejar el estrés y tampoco relacionarse interpersonalmente con los demás de manera efectiva. Es por ello que, el manejo de estrés, según Bar-On (2006) citado por Ugarriza (2001), es la capacidad de desarrollar herramientas para afrontar situaciones de presión. De este se desprende la tolerancia al estrés y respeto al control de los impulsos que permitan regular las emociones para una adecuada conducta.

En cuanto al objetivo específico 4, los resultados que se obtuvieron el 34% de los estudiantes poseen un nivel bajo en el dominio del estado de ánimo; el 41% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 25% se encuentra en el nivel alto en cuanto al dominio de estado de ánimo. Estos resultados son similares a la investigación de Varela (2019) cuyos resultados muestran que el componente que deben mejorar es el estado de ánimo o adaptabilidad ya que poseen 51% en un nivel bajo, 32% en nivel promedio y tan solo 16% tiene un nivel alto en dicho componente. Es por ello que Bar-On (2006) citado por Ugarriza (2001), el estado de ánimo positivo fomenta una existencia con bienestar, lo cual lleva a un individuo a alcanzar sus objetivos. Este componente incluye los estados de ánimo de Felicidad y el Optimismo que se manifiesta por la confianza que se tiene en un futuro mejor a pesar de las situaciones difíciles.

IV. CONCLUSIONES

4.1. En cuanto a la variable: Inteligencia emocional, el 26% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de San Juan de Lurigancho, poseen un nivel bajo en inteligencia emocional; el 56% poseen un nivel regular, y el 18% se encuentra en el nivel alto.

4.2. En la dimensión: Componente Intrapersonal, los resultados muestran que el 28,8% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de San Juan de Lurigancho, poseen un nivel bajo en el componente intrapersonal; el 47,5% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 23,7% se encuentra en el nivel alto en cuanto a su desarrollo en el componente intrapersonal.

4.3. En la dimensión: Componente Interpersonal, el 36% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de San Juan de Lurigancho, poseen un nivel bajo en el componente interpersonal; el 41% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 23% se encuentra en el nivel alto en cuanto a su desarrollo en el componente interpersonal.

4.4. En la dimensión: Manejo de estrés, el 61% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de San Juan de Lurigancho, poseen un nivel bajo en el manejo de estrés; el 21% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 18% se encuentra en el nivel alto en cuanto al manejo de estrés.

4.5. En la dimensión: Estado de ánimo, el 34% de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Manuel Seoane Corrales” de San Juan de Lurigancho, poseen un nivel bajo en el dominio del estado de ánimo; el 41% poseen un nivel regular, mientras que tan solo el 25% se encuentra en el nivel alto en cuanto al dominio de estado de ánimo.

V. RECOMENDACIONES

5.1. Solicitar a la UGEL 05 que capacite a los docentes en talleres de inteligencia emocional para que realicen el efecto multiplicador con los estudiantes del Instituto Superior y así tener las estrategias adecuadas para ayudarlos en sus emociones.

5.2. Realizar para los estudiantes del Instituto Superior, por medio del Ministerio de Educación, talleres de manejo de estrés y estados de ánimo para que mejoren en sus relaciones intrapersonales e interpersonales.

5.3. Elaborar trabajos cooperativos con los estudiantes en todas las áreas extracurriculares para que puedan mejorar su inteligencia emocional y lograr competencias interpersonales con los demás.

5.4. Estimular el uso del lenguaje asertivo y proactivo en los estudiantes a través de concursos referente a diversos temas sobre su carrera consolidando así un abanico amplio en el dialogo y comunicación verbal.

5.5. Proponer un taller de relajación para mejorar el estado de ánimo de los estudiantes y así puedan innovar y crear nuevos proyectos o planes con entusiasmo y positivismo.

VI. REFERENCIAS

Alarcón, A. (2018). *Inteligencia Emocional y Metacognición en estudiantes de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez de Juliaca, año 2018.* (Tesis de Maestría). Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez Juliaca, Perú. http://repositorio.uancv.edu.pe/bitstream/handle/UANCV/4991/A51_Alarc%c3%b3n%20Sucasaca%2c%20Aldo.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Bar-ON, R. (2006). *Emotional and social intelligence: Insights from the emotional quotient inventory. En R. Bar-On y J. D. A. Parker (Eds.), Handbook of Emotional Intelligence* (pp.363-388). San Francisco: Jossey-Bass. https://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf

Bericat, E. (2012). *Emociones.* Revista Sociopedia.isa. Universidad de Sevilla, España. https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Brock, M. (2019). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en alumnos de educación secundaria obligatoria*. REOP. Vol. 30, nº1, 1º Cuatrimestre, 2019, pp. 75-92 https://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/25195/19998

Cerón, D.; Pérez, I. e Ibáñez, M. (2011). *Inteligencia emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá.* Revista Colombiana Psiquiátrica. Vol.40, No.1, Bogotá Jan./Mar. 2011 http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502011000100006

Cuenca, R., Montero, C., Ames, P., y Rojas, V. (2011). *Hacia una propuesta de criterios de buen desempeño docente: estudios que aportan a la reflexión, al diálogo ya la construcción concertada de una política educativa*. CNE, FSM.

https://repositorio.iep.org.pe/bitstream/handle/IEP/725/cuenca_dscursosynociones.pdf;jsessionid=666F20AA0653BD1BA03781C96C0E20E9?sequence=2

Extremera, N.; Fernández-Berrocal, P. y Salovey, P. (2006). *Spanish version of the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT).* Reliabilities, age and gender differences Psicothema, vol. 18, 2006, pp. 42-48 Universidad de Oviedo Oviedo, España https://www.redalyc.org/pdf/727/72709506.pdf

García, M., Hurtado, P., Quintero, D., Rivera, D. y Ureña, Y. (2018). *La gestión de las emociones, una necesidad en el contexto educativo y en la formación profesional*. Revista ESPACIOS. *Vol. 39 (Nº 49).* https://www.revistaespacios.com/a18v39n49/18394908.html

García, J.; Taborda, D.; Restrepo, L. y Mira, M. (2019). *Formación en Inteligencia Emocional en el Colegio Antares de Medellín.* Revista Tecnológico de Antioquia. https://dspace.tdea.edu.co/bitstream/handle/tda/491/Articulo%20Formacion%20en%20Inteligencia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The Theory in Practice*. Basic Book, NewYork.https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/referencespapers.aspx?referenceid=2129193

Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional.* México: Editorial Kairòs. http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf

Goleman, D. y Chernnis, C. (1996). *Inteligencia emocional en el trabajo: Cómo seleccionar y mejorar la inteligencia emocional en individuos, grupos y organizaciones.* México: Editorial Kairòs. https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=jvCbDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=P

T2&dq=Goleman,+D.+(1996).+Inteligencia+emocional.+Barcelona:+Kairos&ots=410VCvclMU&sig=uqdhP7CS-eVFCUKfYLV2DOFTdlE#v=onepage&q&f=false

Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, P. (2018). *Metodologia de la lnvestigación* (6°ta Edición ed.) México: McGraw, Companies.

Huarancca, A. (2018). *Los programas televisivos de realitys juveniles e inteligencia emocional.* (Tesis de Maestría). Universidad Nacional de San Agustín.https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_6e5d6066f939a3b0c88f78907fc52277

Londoño, M. (2008). *Cómo sobrevivir al cambio: Inteligencia emocional y social en la empresa*. Madrid, España: FC Editorial. https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=WUFg_cLyhHEC&oi=fnd&pg=PA4&dq=londo%C3%B1o+2008+inteligencia+emocional&ots=Mai9-Vmvyc&sig=5QpAwznF1f7GsGznSVXVZxT6PIo#v=onepage&q=londo%C3%B1o%202008%20inteligencia%20emocional&f=false

Manrique, R. (2015). *The problem of emotional intelligence.* Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq. vol.35 no.128 Madrid oct./dic. 2015. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352015000400008

Mayer, J. (2006). *La inteligencia emocional.* Unidad de Conocimiento. Barcelona: Random House. https://factorhuma.org/attachments_secure/article/8301/IE_cast.pdf

Melamed, A. (2016). *Las teorías de las emociones y su relación con la cognición: un análisis desde la filosofía de la mente.* Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales - Universidad Nacional de Jujuy, núm. 49, 2016, pp. 13-38 https://www.redalyc.org/pdf/185/18551075001.pdf

Ministerio de educación (2021). *Guía de disciplina positiva para el desarrollo de habilidades socioemocionales en la escuela y el trabajo con las familias*. https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/508387-fortaleceranhabilidades-socioemocionales-de-estudiantes-para-retorno-gradual-a-clasespresenciales

Niño, J.I., García, E. y Caldevilla, D. (2017). *Inteligencia emocional y educación universitaria: Una aproximación.* Revista de Comunicación de la SEECI, 43, 15-27. http://www.seeci.net/revista/index.php/seeci/article/view/486

Prieto, M; Ferrando, M. y Ferrándiz, C. (2021). *Creatividad. Inteligencia emocional. Implicaciones educativas.* Educar em vol.37 Epub Dec 06, 2021 http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-40602021000101104

Quilez, A. y Lozano, R. (2020). *Intelligence Models and High Capacities: A Descriptive and Comparative Review*. Enseñanza & Teaching. Revista Interuniversitaria de Didáctica. file:///C:/Users/User/Downloads/23097-Textodelartculo-85687-2-10-202011273.pdf

Rojas, E. (2018). *Inteligencia emocional y el nivel de autoestima en niños de 9, 10 y 11 años de la Institución Educativa Vista Alegre del distrito de Puente Piedra.* (Tesis de Maestría). Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/2269/TM%20CE-Pa%203958%20R1%20 %20Rojas%20Moreno.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Salovey, P. y Mayer, J. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, cognition and Personality.* U.S.A: SBS Books. https://aec6905spring2013.files.wordpress.com/2013/01/saloveymayer1990emotionalintelligence.pdf

Shapiro, L. (1997). *La inteligencia emocional de los niños.* México: Vergara editor. https://dehaquizgutierrez.files.wordpress.com/2018/04/inteligencia_emocional_de_los_ninos-shapiro.pdf

Segura, C. (2018). *Inteligencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios.* Universidad Ricardo Palma. https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_cbf323495a3c8d7292805adb48f71933

Ugarriza, N. (2001) *La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana Persona.* Universidad de Lima, Perú. https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118178005.pdf

Usan, P., Salavera, C. y Mejías, J. (2019). *Relaciones entre la inteligencia emocional, el burnout académico y el rendimiento en adolescentes escolares.* CES PSICOLOGIA, 13(1), 125-139. http://www.scielo.org.co/pdf/cesp/v13n1/2011-3080-cesp-13-01-125.pdf

Valero, L. (2018). *Inteligencia Emocional y Educación Emocional*. Revista Publicaciones Didácticas. https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/articulo/099111/articulo-pdf

Valenzuela, A. y Portillo, S. (2018). *La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico*. Revista Electrónica Educare, EISSN: 1409-4258 Vol. 22(3) Setiembre-Diciembre, 2018: 1-15 https://www.scielo.sa.cr/pdf/ree/v22n3/1409-4258-ree-22-03-228.pdf

Varela, S. (2019). *Funcionamiento familiar e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de Lurín – Lima.* (Tesis de Maestría). Universidad Femenina del Sagrado Corazón.

https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/543/Varela%20Guevara_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

VII. ANEXOS

Anexo A. Matriz de Consistencia

NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO "MANUEL SEOANE CORRALES", SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2023

PROBLEMA	OBJETIVOS				
Problema general: ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023?	**Objetivo general:** Determinar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023	**Variable: Lenguaje oral**			
		Dimensiones	**Indicadores**	**Ítems**	**Escalas de valor**
Problemas específicos: ¿Cuál es el nivel del Componente Intrapersonal en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023?	**Objetivos específicos:** Establecer el nivel del Componente Intrapersonal en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023.	Componente intrapersonal	Comprensión de sí mismo Asertividad Autoconcepto Autorrealización Independencia	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17, 18,19,20,21,22,23,24	Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
¿Cuál es el nivel del Componente Interpersonal en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023?	Establecer el nivel del Componente interpersonal en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023.	Componente interpersonal	Empatía Relaciones interpersonales Responsabilidad social	25,26,27,28,29,30,31,32, 33,34,35,36,37,38,39,40, 41,42,43	
¿Cuál es el nivel del Manejo de estrés en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023?	Determinar el nivel de Manejo de estrés en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023.	Manejo de estrés	Tolerancia al estrés Control de los impulsos	44,45,46,47,48,49,50,51, 52	
¿Cuál es el nivel del Estado de ánimo en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023?	Determinar el nivel de Estado de ánimo en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023.	Estado de ánimo	Felicidad Optimismo	53,54,55,56,57,58,59,60, 61,62,63	

TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA E INFERENCIAL
TIPO: Básico DISEÑO: No experimental Transversal NIVEL: Descriptivo simple	**POBLACIÓN:** 380 estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023. **MUESTRA:** 80 estudiantes de la Especialidad de Electrotecnia Industrial del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "Manuel Seoane Corrales" - San Juan de Lurigancho, 2023.	DESCRIPTIVA: Se utilizó tablas de frecuencias y porcentaje y figuras.

Anexo B. Operacionalizaciòn de la variable

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escalas	Niveles y Rango
Contenido intrapersonal	-Comprensión de sí mismo -Asertividad -Auto concepto -Autorrealización -Independencia	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24	Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	Bajo (1-29) Regular (30-69) Alto (70-40)
Contenido Interpersonal	-Empatía -Relaciones interpersonales -Responsabilidad social	25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38,39,40,41,42,43		Bajo (1-29) Regular (30-59) Alto (60-90)
Manejo de estrés	-Tolerancia al estrés -Control de los impulsos	44,45,46,47,48,49,50,51,52		Bajo (1-14) Regular (15-29) Alto (30-45)
Estado de ánimo	-Felicidad -Optimismo	53,54,55,56,57,58,59,60,61,62,63		Bajo (1-17) Regular (18-36) Alto (37-55)

Anexo C. Cuestionario Inteligencia Emocional
Autor: Bar-ON (2006)

Estimados estudiantes, el presente cuestionario tiene por finalidad la obtención deinformación acerca de la inteligencia emocional.

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permite hacer una descripción de timismo(a). Para ello, debes indicar, en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a cómo te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces.Hay cinco respuestas por cada frase.

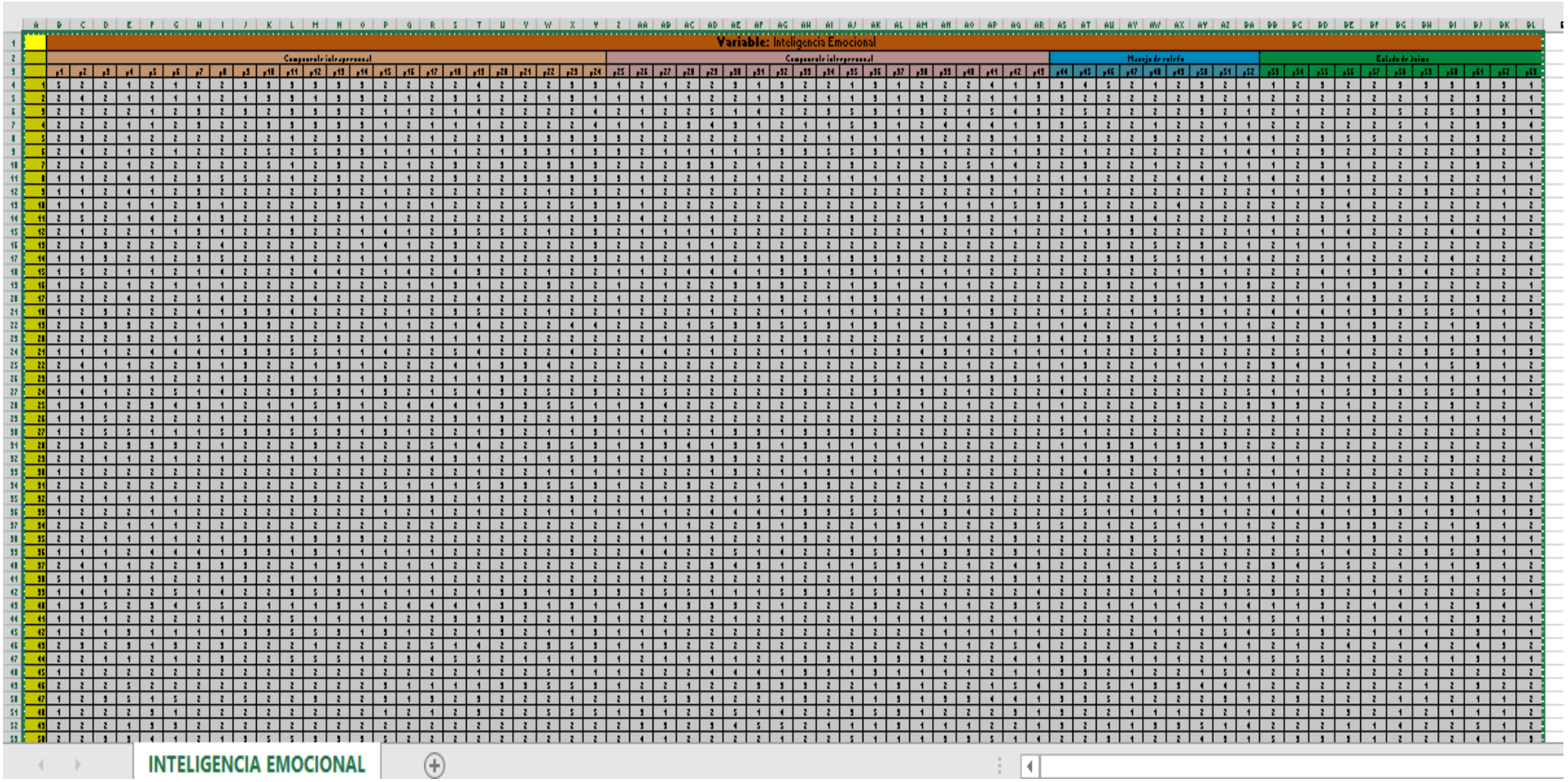
Escala de Likert				
1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

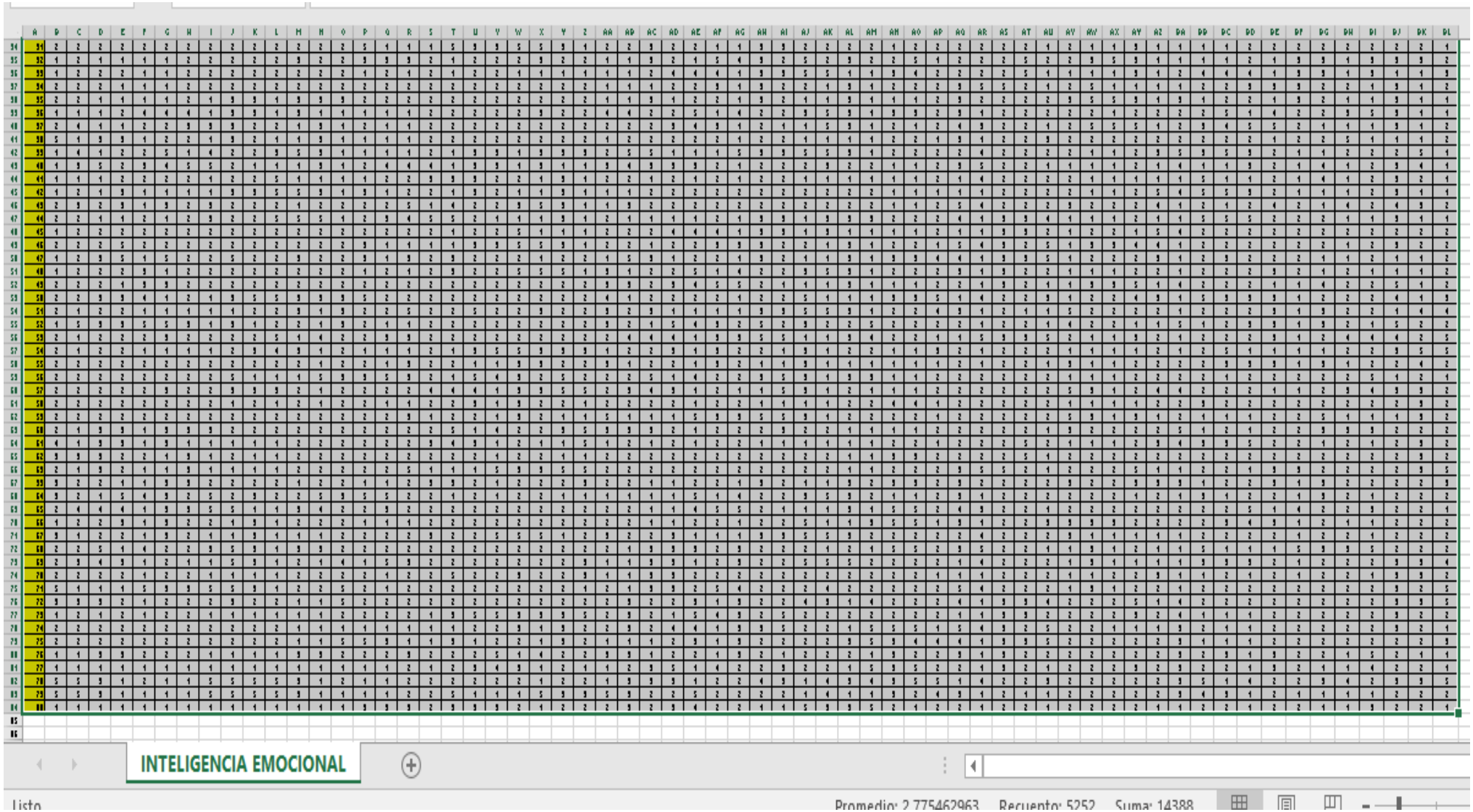
Nº	Ítems	Escala de Likert				
	Componente intrapersonal	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
1	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.					
2	Me resulta relativamente fácil de expresar mis sentimientos.					
3	Reconozco con facilidad mis emociones.					
4	Me siento seguro (a) de mí mismo (a) en la mayoría de situaciones.					
5	Tengo confianza en mí mismo (a).					
6	Cuando estoy enojado (a) con alguien se lo puedo decir.					
7	Me tengo mucho respeto.					
8	Me resulta fácil tomar decisiones por mismo (a).					
9	Disfruto de lo que hago.					
10	Me siento bien conmigo mismo (a).					
11	Soy consciente de cómo me siento.					
12	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo					
13	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.					
14	Me siento feliz con el tipo de persona que soy.					
15	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado (a).					
16	Disfruto de las cosas que me interesan.					
17	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.					
18	Estoy contento (a) con mi cuerpo.					
19	No me siento avergonzado (a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.					
20	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.					

21	Estoy contento (a) con la forma en que me veo.				
22	No tengo días malos				
23	Tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.				
24	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo (a).				
	Componente interpersonal				
25	Me agradan las personas que conozco.				
26	Soy capaz de demostrar afecto.				
27	Me gusta ayudar a la gente.				
28	Soy capaz de comprender cómo se sienten los demás.				
29	Pienso bien de las personas.				
30	Me resulta fácil de hacer amigos (as).				
31	A la gente le resulta fácil confiar en mí.				
32	Mis amigos me confían sus intimidades.				
33	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar sus madres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese Momento.				
34	Me es fácil llevarme con los demás.				
35	Me importa lo que puede sucederle a los demás.				
36	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.				
37	Soy capaz de respetar a los demás.				
38	Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.				
39	Mantengo buenas relaciones con los demás.				
40	Considero que es muy importante ser un (a) que respeta la ley.				
41	Los demás opinan que soy una persona sociable.				
42	Me es difícil ver sufrir a la gente.				
43	Intento no herir los sentimientos de los demás.				
	Manejo de estrés				
44	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.				
45	Puedo controlarme cuando me enojo.				
46	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.				
47	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.				
48	Puedo soportar el estrés.				
49	Nada me perturba.				

50	Tengo mucha paciencia				
51	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.				
52	Tengo buen carácter.				
	Estado de ánimo				
53	Me es fácil sonreír.				
54	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.				
55	Soy una persona bastante alegre.				
56	Estoy contento (a) con mi vida.				
57	Generalmente espero lo mejor.				
58	Soy una persona divertida.				
59	En general me siento motivado (a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.				
60	Disfruto las vacaciones y los fines de semana.				
61	En general tengo una actitud positiva para todo aun cuando surgen problemas.				
62	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.				
63	Me gusta divertirme.				

Anexo D.
Vaciado de datos




INTELIGENCIA EMOCIONAL
Listo
Promedio: 2.775462963
Recuento: 5252
Suma: 14388

Anexo E. Confiabilidad del Instrumento

Reliability Statistics

Cronbach´s Alpha	N of Items
,810	63

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
p1	166,73	549,638	-,437	,820
p2	166,27	533,067	-,101	,814
p3	166,40	528,829	-,010	,813
p4	166,00	526,571	,025	,812
p5	165,93	510,638	,293	,806
p6	164,80	490,029	,607	,798
p7	165,87	524,124	,063	,812
p8	165,20	519,886	,116	,811
p9	165,80	520,457	,168	,809
p10	166,27	515,495	,340	,806
p11	165,73	515,210	,180	,809
p12	165,47	522,695	,058	,813
p13	165,27	534,495	-,115	,815
p14	166,33	530,667	-,047	,815
p15	165,47	514,838	,174	,810
p16	165,93	511,495	,232	,808
p17	165,53	491,552	,507	,800
p18	165,93	521,210	,128	,810
p19	165,73	515,638	,181	,809
p20	165,73	524,781	,078	,811
p21	165,87	520,838	,158	,809
p22	165,80	506,171	,302	,806
p23	165,47	506,267	,287	,806
p24	165,73	523,495	,096	,811
p25	166,67	533,381	-,100	,814
p26	166,33	507,952	,503	,804
p27	165,80	526,457	,015	,813
p28	166,27	531,495	-,064	,813
p29	166,13	525,838	,049	,812
p30	165,80	514,171	,212	,808
p31	165,93	520,067	,140	,810
p32	165,93	492,210	,436	,801
p33	164,80	477,600	,760	,793
p34	166,07	519,781	,215	,808
p35	166,00	497,286	,392	,803
p36	165,33	498,952	,358	,804
p37	165,93	495,352	,701	,799
p38	165,27	467,352	,748	,790
p39	166,47	518,838	,197	,809
p40	166,53	515,981	,247	,808
p41	165,93	501,210	,457	,802
p42	165,40	527,114	,006	,814
p43	164,20	494,457	,693	,798
p44	166,07	519,638	,418	,807
p45	166,33	528,524	,032	,811
p46	165,80	522,171	,080	,812
p47	164,67	482,238	,724	,795
p48	165,80	518,314	,139	,810
p49	165,80	518,314	,139	,810
p50	165,80	515,314	,204	,808
p51	165,53	501,838	,369	,804
p52	164,73	480,638	,717	,794
p53	165,60	525,257	,036	,813
p54	165,80	519,314	,123	,811
p55	165,87	522,267	,118	,810
p56	166,07	523,352	,105	,810
p57	166,93	531,495	-,093	,812
p58	166,40	535,971	-,144	,816
p59	166,60	552,829	-,442	,822
p60	166,47	515,267	,319	,807
p61	165,07	493,638	,623	,799
p62	165,13	482,838	,596	,797
p63	164,40	497,114	,411	,803

Anexo F. Validación del Instrumento

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia[1]		Relevancia[2]		Claridad[3]		Sugerencias
	Dimensión 1: Competencia intrapersonal	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
1	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.	X		X		X		
2	Me resulta relativamente fácil de expresar mis sentimientos.	X		X		X		
3	Reconozco con facilidad mis emociones.	X		X		X		
4	Me siento seguro (a) de mí mismo (a) en la mayoría de situaciones.	X		X		X		
5	Tengo confianza en mí mismo (a).	X		X		X		
6	Cuando estoy enojado (a) con alguien se lo puedo decir.	X		X		X		
7	Me tengo mucho respeto.	X		X		X		
8	Me resulta fácil tomar decisiones por mismo (a).	X		X		X		
9	Disfruto de lo que hago.	X		X		X		
10	Me siento bien conmigo mismo (a).	X		X		X		
11	Soy consciente de cómo me siento.	X		X		X		
12	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo	X		X		X		
13	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.	X		X		X		
14	Me siento feliz con el tipo de persona que soy.	X		X		X		
15	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado (a).	X		X		X		
16	Disfruto de las cosas que me interesan.	X		X		X		
17	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.	X		X		X		
18	Estoy contento (a) con mi cuerpo.	X		X		X		
19	No me siento avergonzado (a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.	X		X		X		
20	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.	X		X		X		
21	Estoy contento (a) con la forma en que me veo.	X		X		X		
22	No tengo días malos	X		X		X		
23	Tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.	X		X		X		
24	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo (a).	X		X		X		
	Dimensión 2: Competencia interpersonal	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
25	Me agradan las personas que conozco.	X		X		X		
26	Soy capaz de demostrar afecto.	X		X		X		
27	Me gusta ayudar a la gente.	X		X		X		
28	Soy capaz de comprender cómo se sienten los demás.	X		X		X		

29	Pienso bien de las personas.	X		X		X		
30	Me resulta fácil de hacer amigos (as).	X		X		X		
31	A la gente le resulta fácil confiar en mí.	X		X		X		
32	Mis amigos me confían sus intimidades.	X		X		X		
33	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar sus madres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese Momento.	X		X		X		
34	Me es fácil llevarme con los demás.	X		X		X		
35	Me importa lo que puede sucederle a los demás.	X		X		X		
36	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.	X		X		X		
37	Soy capaz de respetar a los demás.	X		X		X		
38	Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.	X		X		X		
39	Mantengo buenas relaciones con los demás.	X		X		X		
40	Considero que es muy importante ser un (a) que respeta la ley.	X		X		X		
41	Los demás opinan que soy una persona sociable.	X		X		X		
42	Me es difícil ver sufrir a la gente.	X		X		X		
43	Intento no herir los sentimientos de los demás.	X		X		X		
	Dimensión 3: Manejo de estrés	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**		
44	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.	X		X		X		
45	Puedo controlarme cuando me enojo.	X		X		X		
46	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.	X		X		X		
47	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.	X		X		X		
48	Puedo soportar el estrés.	X		X		X		
49	Nada me perturba.	X		X		X		
50	Tengo mucha paciencia	X		X		X		
51	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.	X		X		X		
52	Tengo buen carácter.	X		X		X		
	Dimensión 4: Estado de animo	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**		
53	Me es fácil sonreír.	X		X		X		
54	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.	X		X		X		
55	Soy una persona bastante alegre.	X		X		X		
56	Estoy contento (a) con mi vida.	X		X		X		
57	Generalmente espero lo mejor.	X		X		X		
58	Soy una persona divertida.	X		X		X		
59	En general me siento motivado (a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.	X		X		X		
60	Disfruto las vacaciones y los fines de semana.	X		X		X		
61	En general tengo una actitud positiva para todo aun cuando surgen problemas.	X		X		X		
62	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.	X		X		X		
63	Me gusta divertirme.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dra: María Soledad Mañaccasa Vásquez DNI: 08882152

Especialidad del validador: Doctora en Educación

[1]**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
[2]**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
[3]**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

22 de febrero del 2023

M.SOLEDAD MAÑACCASA VASQUEZ
DOCTORA EN EDUCACIÓN
DOCENTE INVESTIGADOR

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia[1]		Relevancia[2]		Claridad[3]		Sugerencias
	Dimensión 1: Competencia intrapersonal	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
1	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.	X		X		X		
2	Me resulta relativamente fácil de expresar mis sentimientos.	X		X		X		
3	Reconozco con facilidad mis emociones.	X		X		X		
4	Me siento seguro (a) de mí mismo (a) en la mayoría de situaciones.	X		X		X		
5	Tengo confianza en mí mismo (a).	X		X		X		
6	Cuando estoy enojado (a) con alguien se lo puedo decir.	X		X		X		
7	Me tengo mucho respeto.	X		X		X		
8	Me resulta fácil tomar decisiones por mismo (a).	X		X		X		
9	Disfruto de lo que hago.	X		X		X		
10	Me siento bien conmigo mismo (a).	X		X		X		
11	Soy consciente de cómo me siento.	X		X		X		
12	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decirselo	X		X		X		
13	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.	X		X		X		
14	Me siento feliz con el tipo de persona que soy.	X		X		X		
15	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado (a).	X		X		X		
16	Disfruto de las cosas que me interesan.	X		X		X		
17	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.	X		X		X		
18	Estoy contento (a) con mi cuerpo.	X		X		X		
19	No me siento avergonzado (a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.	X		X		X		
20	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.	X		X		X		
21	Estoy contento (a) con la forma en que me veo.	X		X		X		
22	No tengo días malos	X		X		X		
23	Tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.	X		X		X		
24	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo (a).	X		X		X		
	Dimensión 2: Competencia interpersonal	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
25	Me agradan las personas que conozco.	X		X		X		
26	Soy capaz de demostrar afecto.	X		X		X		
27	Me gusta ayudar a la gente.	X		X		X		
28	Soy capaz de comprender cómo se sienten los demás.	X		X		X		

29	Pienso bien de las personas.	X		X		X		
30	Me resulta fácil de hacer amigos (as).	X		X		X		
31	A la gente le resulta fácil confiar en mí.	X		X		X		
32	Mis amigos me confían sus intimidades.	X		X		X		
33	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar sus madres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese Momento.	X		X		X		
34	Me es fácil llevarme con los demás.	X		X		X		
35	Me importa lo que puede sucederle a los demás.	X		X		X		
36	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.	X		X		X		
37	Soy capaz de respetar a los demás.	X		X		X		
38	Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.	X		X		X		
39	Mantengo buenas relaciones con los demás.	X		X		X		
40	Considero que es muy importante ser un (a) que respeta la ley.	X		X		X		
41	Los demás opinan que soy una persona sociable.	X		X		X		
42	Me es difícil ver sufrir a la gente.	X		X		X		
43	Intento no herir los sentimientos de los demás.	X		X		X		
	Dimensión 3: Manejo de estrés	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**		
44	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.	X		X		X		
45	Puedo controlarme cuando me enojo.	X		X		X		
46	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.	X		X		X		
47	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.	X		X		X		
48	Puedo soportar el estrés.	X		X		X		
49	Nada me perturba.	X		X		X		
50	Tengo mucha paciencia.	X		X		X		
51	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.	X		X		X		
52	Tengo buen carácter.	X		X		X		
	Dimensión 4: Estado de ánimo	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**		
53	Me es fácil sonreír.	X		X		X		
54	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.	X		X		X		
55	Soy una persona bastante alegre.	X		X		X		
56	Estoy contento (a) con mi vida.	X		X		X		
57	Generalmente espero lo mejor.	X		X		X		
58	Soy una persona divertida.	X		X		X		
59	En general me siento motivado (a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.	X		X		X		
60	Disfruto las vacaciones y los fines de semana.	X		X		X		
61	En general tengo una actitud positiva para todo aun cuando surgen problemas.	X		X		X		
62	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.	X		X		X		
63	Me gusta divertirme.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dra.: Francis Díaz Flores **DNI:** 40675304

Especialidad del validador: Doctora en Educación

[1]**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
[2]**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
[3]**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

22 de febrero del 2023

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia[1]		Relevancia[2]		Claridad[3]		Sugerencias
	Dimensión 1: Competencia intrapersonal	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
1	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.	X		X		X		
2	Me resulta relativamente fácil de expresar mis sentimientos.	X		X		X		
3	Reconozco con facilidad mis emociones.	X		X		X		
4	Me siento seguro (a) de mí mismo (a) en la mayoría de situaciones.	X		X		X		
5	Tengo confianza en mí mismo (a).	X		X		X		
6	Cuando estoy enojado (a) con alguien se lo puedo decir.	X		X		X		
7	Me tengo mucho respeto.	X		X		X		
8	Me resulta fácil tomar decisiones por mismo (a).	X		X		X		
9	Disfruto de lo que hago.	X		X		X		
10	Me siento bien conmigo mismo (a).	X		X		X		
11	Soy consciente de cómo me siento.	X		X		X		
12	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo	X		X		X		
13	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.	X		X		X		
14	Me siento feliz con el tipo de persona que soy.	X		X		X		
15	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado (a).	X		X		X		
16	Disfruto de las cosas que me interesan.	X		X		X		
17	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.	X		X		X		
18	Estoy contento (a) con mi cuerpo.	X		X		X		
19	No me siento avergonzado (a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.	X		X		X		
20	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.	X		X		X		
21	Estoy contento (a) con la forma en que me veo.	X		X		X		
22	No tengo días malos	X		X		X		
23	Tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.	X		X		X		
24	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo (a).	X		X		X		
	Dimensión 2: Competencia interpersonal	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**	**No**	
25	Me agradan las personas que conozco.	X		X		X		
26	Soy capaz de demostrar afecto.	X		X		X		
27	Me gusta ayudar a la gente.	X		X		X		
28	Soy capaz de comprender cómo se sienten los demás.	X		X		X		

29	Pienso bien de las personas.	X		X		X		
30	Me resulta fácil de hacer amigos (as).	X		X		X		
31	A la gente le resulta fácil confiar en mí.	X		X		X		
32	Mis amigos me confían sus intimidades.	X		X		X		
33	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar sus madres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese Momento.	X		X		X		
34	Me es fácil llevarme con los demás.	X		X		X		
35	Me importa lo que puede sucederle a los demás.	X		X		X		
36	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.	X		X		X		
37	Soy capaz de respetar a los demás.	X		X		X		
38	Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.	X		X		X		
39	Mantengo buenas relaciones con los demás.	X		X		X		
40	Considero que es muy importante ser un (a) que respeta la ley.	X		X		X		
41	Los demás opinan que soy una persona sociable.	X		X		X		
42	Me es difícil ver sufrir a la gente.	X		X		X		
43	Intento no herir los sentimientos de los demás.	X		X		X		
	Dimensión 3: Manejo de estrés	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**		
44	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.	X		X		X		
45	Puedo controlarme cuando me enojo.	X		X		X		
46	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.	X		X		X		
47	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.	X		X		X		
48	Puedo soportar el estrés.	X		X		X		
49	Nada me perturba.	X		X		X		
50	Tengo mucha paciencia	X		X		X		
51	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.	X		X		X		
52	Tengo buen carácter.	X		X		X		
	Dimensión 4: Estado de animo	**Si**	**No**	**Si**	**No**	**Si**		
53	Me es fácil sonreír.	X		X		X		
54	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.	X		X		X		
55	Soy una persona bastante alegre.	X		X		X		
56	Estoy contento (a) con mi vida.	X		X		X		
57	Generalmente espero lo mejor.	X		X		X		
58	Soy una persona divertida.	X		X		X		
59	En general me siento motivado (a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.	X		X		X		
60	Disfruto las vacaciones y los fines de semana.	X		X		X		
61	En general tengo una actitud positiva para todo aun cuando surgen problemas.	X		X		X		
62	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.	X		X		X		
63	Me gusta divertirme.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Sí hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Mgtr: Luz Milagros Azañero Távara **DNI:** 06806869

Especialidad del validador: Doctora en Educación

[1]**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
[2]**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
[3]**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

22 de febrero del 2023